

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Katedra praktické teologie

Bakalářská práce

**SONDA DO STRAVOVACÍCH NÁVYKŮ ROMŮ V  
SOCIÁLNĚ VYLOUČENÉ LOKALITĚ V ČESKÝCH  
BUDĚJOVICÍCH**

Vedoucí práce: Mgr. Markéta Elichová, Ph.D.

Autor práce: Magdalena Urbanová

Studijní obor: Sociální a charitativní práce

Ročník: Třetí

2011

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění, souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě (v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných Teologickou fakultou) elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

18. března 2011

Magdalena URBANOVÁ

Děkuji vedoucí bakalářské práce Mgr. Markétě Elichové, Ph.D. za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce. Mé poděkování dále patří Mgr. Aleně Kajanové, Ph.D. za cenné připomínky k mé práci, dále Janu Horváthovi a zaměstnancům Poradny Eva pro ženy a dívky v nouzi při Diecézní charitě České Budějovice za pomoc při terénním sběru dat. Daně Urbanové bych ráda poděkovala za jazykovou korekturu. V neposlední řadě děkuji mému manželovi jednak za odborné konzultace k tématu, ale především pak za jeho podporu.

# OBSAH

Úvod .....	5
1 Stravovací návyky .....	8
1.1 Obecná východiska životosprávy .....	8
1.2 Životospráva Romů .....	9
2 Stravovací návyky Romů a jejich proměny v čase .....	11
2.1 Stravovací návyky Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách v současnosti .....	14
2.2 Stravování Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách v Českých Budějovicích .....	15
3 Teoretická východiska a náměty na vlastní výzkumné šetření .....	19
4 Metodika vlastního výzkumného šetření .....	21
4.1 Cíl výzkumného šetření .....	21
4.2 Metodika výběru lokality .....	21
4.3 Metodika výběru respondentů .....	21
4.4 Metodika sběru dat .....	22
4.5 Metodika vyhodnocování dat .....	22
4.6 Metodika prezentace výsledků .....	23
5 Výsledky .....	24
5.1 Frekvence stravování .....	24
5.2 Kvantita potravin .....	26
5.3 Kvalita stravování (resp. složení jídelníčku) .....	28
5.4 Tradiční romská jídla .....	31
5.5 Pitný režim .....	32
5.6 Zhodnocení životosprávy .....	32
6 Shrnutí výsledků a diskuze .....	35
7 Závěr .....	39
8 Seznam použitých zdrojů .....	42
9 Seznam příloh .....	44

## Úvod

Jídelníček v sobě nese řadu specifík, typických pro každou rodinu (jedná se o např. předávání rodinných receptů a zkušeností), národnost (příkladem mohou být různé tradiční pokrmy jednotlivých národů) a také pro etnikum.

Ve své bakalářské práci bych se ráda zaměřila na stravovací návyky, resp. na skladbu jídelníčku u Romů. Výběr této cílové skupiny byl podmíněn informacemi, že stravovací návyky u této skupiny prošly v uplynulé době celou řadou změn<sup>1</sup> a v současné době se u Romů, s ohledem na jejich způsob stravování, vyskytují některé závažné zdravotní problémy (např. obezita, kardiovaskulární onemocnění).<sup>2</sup> Jelikož se jedná o rozrůstající se problém, je užitečné sledovat, co Romové v současné době nejčastěji a v jakém množství jedí – jaká je jejich skladba jídelníčku. Se znalostí těchto informací by bylo, dle mého názoru, možné, účinněji zacílit preventivní opatření, jenž by tuto situaci mohla řešit.

Cílem mé bakalářské práce je popsat stravovací návyků u Romů žijících v sociálně vyloučené lokalitě sídliště Máj (ulice V. Volfa) v Českých Budějovicích.

Za účelem naplnění tohoto cíle popisuji v první části své práce obecná východiska a zásady správné životosprávy. Tyto poznatky považuji s ohledem na zvolené téma za důležité proto, že na jejich základě poukazují na nevyhovující životosprávu u Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách – s informacemi, co by měl obsahovat jídelníček a s poznatky, jak jídelníček Romů reálně vypadá, diskutuji nad tím, do jaké míry jsou splněny zásady správné výživy u této cílové skupiny. Pro mě je stěžejním výstupem této části zjištění, že kvalita stravy je determinovaná finančními příjmy a že chudí lidé mají tendenci nahrazovat čerstvé potraviny levnějšími, již zpracovanými potravinami, případně konzumují energeticky nevhodnou stravu a nápoje a to jak po stránce kvalitativní, tak i kvantitativní.<sup>3</sup>

V další části se již zaměřuji na stravovací návyky u Romů, přičemž nejdříve stručně popisuji historický vývoj a typická romská jídla, především z prostředí slovenských osad. Tímto krátkým historickým exkurzem se snažím poukázat na stravovací stereotypy, které byly a v některých ohledech stále ještě i jsou přítomny v romských

---

<sup>1</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. s. 82.

<sup>2</sup> Srov. NESVADBOVÁ, L., ŠANDERA, J., HABERLOVÁ, V. *Sastipen. Romská populace a zdraví. Národní zpráva*. Praha, 2009.

<sup>3</sup> WILKINSON, R., MARMOT, M. *Sociální determinanty zdraví: Fakta a souvislosti*. Kostelec nad Černými Lesy: Institut zdravotní politiky a ekonomiky, 2005. s. 42.

rodinách. S ohledem na to, že většina Romů žijících na území České republiky přišla právě v období 50 až 70. let z východního Slovenska, přinášeli si tito lidé své stravovací zvyklosti s sebou. Některé z těchto zvyklostí, ať již konkrétní pokrmy, či kvalitativně- kvantitativní zásady stravování, mohou přetrvávat do současnosti a ovlivňovat stravovací návyky Romů i dnes. Výstupem této kapitoly<sup>4</sup> je ta skutečnost, že z romského života se pomalu, postupem času, vytrácela „tradiční romská“ jídla a jídelníček se přibližoval stravovacím návykům majoritní populace, avšak byl přebrán v modifikované podobě,<sup>5</sup> často s preferencí tučných a masitých, tudíž nezdravých jídel. Závěrem této kapitoly je zjištění, že stravovací návyky u Romů, žijících v sociálně vyloučených lokalitách, jsou kvalitativně a kvantitativně nedostatečné a změny, které lze u této skupiny zaznamenat, jsou pak spíše k horšímu.<sup>6</sup> Rozboru tohoto tvrzení, tedy současným stavem stravovacích návyků, se věnuje i další kapitola,<sup>7</sup> která pojednává o nejčastější skladbě jídelníčku u Romů v sociálně vyloučených lokalitách v současnosti. Popisem těchto skutečností si pak vytvářím půdu pro další kapitolu, kdy se snažím popsat stravovací návyky Romů, žijících přímo v sociálně vyloučených lokalitách v Českých Budějovicích.

Na základě výše uvedených zjištění jsem mohla vysledovat, jaké jsou nejčastější stravovací návyky u Romů, což mi pomohlo při formulaci otázek, respektive námětů na rozhovor, které jsem použila při vlastním výzkumném šetření. Formulaci těchto námětů na rozhovor, včetně odůvodnění jejich volby, uvádím v kapitole „Teoretická východiska a náměty na vlastní výzkumné šetření“.

S vědomím toho, že stravovací návyky je třeba posuzovat s ohledem na věkovou skupinu,<sup>8</sup> krátce charakterizuji tyto zvyklosti a jídelníček i u dětí, žijících v rodinách v sociálně vyloučených lokalitách. Zde si především všímám toho, zda tyto děti mají odlišnou stravu od stravy dospělých a kde se přes den především stravují – zda ve školní jídelně, kde strava odpovídá požadovaným stravovacím normám, či na obědy docházejí domů.

Své výzkumné šetření, které prezentuji v další části své bakalářské práce, jsem realizovala v době od října 2010 do února 2011, kdy jsem oslovila celkem 10 rodin žijících v sociálně vyloučené lokalitě Máj (ulice V. Volfa) v Českých Budějovicích.

---

<sup>4</sup> Kapitola č. 2 Stravovací návyky Romů a jejich proměny v čase

<sup>5</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 88

<sup>6</sup> Srov. ELIHOVÁ, M. Sonda do zdravotního stavu a životního stylu českobudějovických Romů. *Kontakt*, 2004, č. 6.

<sup>7</sup> Kapitola: „Stravovací návyky u Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách v současnosti“

<sup>8</sup> Srov. HAINEROVÁ, A. I. *Dětská obezita*. Praha: Maxdorf, 2010. s. 34.

Rodiny byly zvoleny podle kvót, stanovených a popsáných v „Metodice vlastního výzkumného šetření“.

S respondenty jsem vedla polostrukturované rozhovory, které jsem následně přepsala (nedoslovnou formou) do kasuistik, jež uvádím v příloze této práce. Následně byly jednotlivé výpovědi respondentů roztríděny k jednotlivým, mnou vydefinovaným, námětům na rozhovor a okomentovány. Bližší vztahy a souvislosti mezi zjištěnými daty a informacemi, dostupnými v odborné literatuře, popisuji v kapitole diskuze, kde se nad svými výsledky blíže zamýšlím.

# 1 Stravovací návyky

## 1.1 Obecná východiska životosprávy

Sledovat stravovací návyky a skladbu jídelníčku je důležité hned z několika důvodů. Jednak tato skutečnost vypovídá o kultuře a tradici dané skupiny obyvatel,<sup>9</sup> dále složení stravy, její úprava a pravidelnost ve stravování představují významný faktor ovlivňující zdravotní stav. Výživa je z toho důvodu chápána i jako jedna ze sociálních determinant zdraví,<sup>10</sup> kdy dobré stravovací návyky a adekvátní zásobování potravinami má zásadní význam pro podporu zdraví a životní pohodu. Naopak nedostatek potravin a jejich nedostatečná pestrost způsobují podvýživu a nemoci podmíněné nutričními deficity.<sup>11</sup>

Snad právě proto je tato oblast ve středu zájmu celé řady výzkumů<sup>12</sup> a je sledována např. Ministerstvem zdravotnictví<sup>13</sup> a Ústavem zdravotnických informací a statistiky ČR,<sup>14</sup> neboť dostupnost a cena zdravé, nutričně bohaté stravy je důležitým úkolem veřejného zdravotnictví<sup>15</sup>.

Stravovací návyky a výživa mají silný sociální aspekt. Společnost (především média a reklama) již v dětství určuje chuťové preference, či závislosti na určitých potravinách,<sup>16</sup> které se přenášejí do dalšího věku a významně determinují stravovací návyky jedince.<sup>17</sup>

Správné stravovací návyky lze charakterizovat z hlediska kvantitativního a kvalitativního. Z kvalitativního hlediska by měla být strava vyvážená a rozmanitá, čímž je zajištěn dostatečný a vyvážený příjem živin, vitamínů a minerálů. Ačkoliv se některá doporučení ohledně správné výživy postupem času mění, jsou známy potraviny se spíše negativními a na druhé straně potraviny se spíše pozitivními účinky na zdraví. Mezi potraviny se spíše pozitivními účinky obecně platí ovoce a zelenina. Jejich dostatečným přísunem lze předcházet kardiovaskulárním onemocněním a některým druhům

---

<sup>9</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. České Budějovice: Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Zdravotně sociální fakulta. 2009. s. 37.

<sup>10</sup> Srov. WILKINSON, R., MARMOT, M. *Sociální determinanty zdraví: Fakta a souvislosti*. s. 41-44.

<sup>11</sup> Tamtéž, s. 41.

<sup>12</sup> Např. WILKINSON, R. MARMOT, M. (2005), NESVADBOVÁ, L. (2003), NESVADBOVÁ, L., ŠANDERA, J., HABERLOVÁ, V. (2009), DAVIDOVÁ, E. a kol. (2010)

<sup>13</sup> Srov. *Ministerstvo zdravotnictví České republiky*. [online]. [cit. 201-01-21]. Dostupné z: <<http://www.mzcr.cz>>.

<sup>14</sup> Srov. *Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky*. [online]. [cit. 201-01-21]. Dostupné z: <<http://www.uzis.cz>>.

<sup>15</sup> WILKINSON, R., MARMOT, M. *Sociální determinanty zdraví: Fakta a souvislosti*. s. 41.

<sup>16</sup> FRAŇKOVÁ, S., DVOŘÁKOVÁ-JANŮ, V. *Psychologie výživy a sociální aspekty jídla*. Praha: Nakladatelství Karolinum, 2003.

<sup>17</sup> KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 37.



rakoviny, zejména trávicího ústrojí. Špatné stravovací návyky jsou spojeny s výskytem některých druhů onemocnění, jako je např. kardiovaskulární onemocnění, ale i další onemocnění související s přejídáním a s následnou obezitou.<sup>18</sup>

Základním pravidlem jídelníčku je vyvážená strava, rozdělená do 5-6 porcí za den. Důležité je nevynechávat snídani a nejíst v pozdních hodinách.<sup>19</sup> Omezit by se měly tuky a zařadit do jídelníčku ryby. Další pravidlo se týká dostatku ovoce a zeleniny. U zeleniny by měla být spotřeba 500 g na den a u ovoce 150-250 g na den. Strava by měla odpovídat věkovým skupinám, speciálně by měl být upravený dětský jídelníček.<sup>20</sup> Při dodržování základních pravidel jídelníčku nesmíme zapomenout na pitný režim, který je obzvláště důležitý. Lepší je upřednostnit vodu a sodovku před sladkými limonádami.<sup>21</sup>

Takovéto hlavní zásady stravování můžeme najít v nutriční (výživové) pyramidě, která seřazuje potraviny podle vhodného kvantitativního zastoupení ve stravě. V základně této pyramidy jsou uvedeny ty potraviny, které lze konzumovat ve větším množství (např. obiloviny, zelenina, ovoce, ryby, aj.) a na vrcholu pyramidy nalézáme ty potraviny, jejichž konzumace by měla být střídmá<sup>22</sup> (cukr, sladkosti, slazené nápoje aj.).<sup>23</sup>

Kvalita stravování je pak významně determinována finančními příjmy. Lidé s nízkými příjmy, mladé rodiny, senioři a nezaměstnaní jsou skupiny, které mají větší problém s tím, aby se stravovali zdravě. Chudí pak mají tendenci nahrazovat čerstvé potraviny levnějšími, již zpracovanými potravinami.<sup>24</sup> Níže stratifikované skupiny obyvatelstva vykazují například výskyt nadměrné konzumace energeticky bohatých tuků a cukru.<sup>25</sup>

## 1.2 Životaspráva Romů

Nyní bych se pokusila shora popsané teoretické přístupy a zásady správného stravování aplikovat na romské rodiny. Tradiční romské pokrmy byly „chudé“ a sestávaly

<sup>18</sup> Srov. *Světové šetření o zdraví (7. díl) - Výživa a fyzická aktivita*. [online]. Praha: Ústav zdravotnických informací a statistiky, 6/2004. [cit. 2011-01-15]. Dostupné z: <<http://www.uzis.cz/rychle-informace/svetove-setreni-zdravi-7-dil-vyziva-fyzicka-aktivita>>.

<sup>19</sup> Jak si ukážeme dále, právě tato dvě „doporučení“ jsou Romy velmi často zanedbávána.

<sup>20</sup> HAINEROVÁ, A. I. *Dětská obezita*. s. 93.

<sup>21</sup> Tamtéž. s. 93.

<sup>22</sup> Směrem k vrcholu pyramidy jsou uváděny potraviny, jejichž spotřeba by měla mít klesající tendenci.

<sup>23</sup> Srov. WEBSTER-GANDY, J., MADDEN, A., HOLDSWORTH, M. *Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics*. Oxford: Oxford University Press, 2006.

<sup>24</sup> WILKINSON, R., MARMOT, M. *Sociální determinanty zdraví: Fakta a souvislosti*. s. 42.

<sup>25</sup> Srov. HOLČÍK, J., KOUPILOVÁ, I. Sociální determinanty zdraví. Základní fakta a doporučení pro praxi v kontextu programu Zdravá města. *Časopis lékařů českých*, 2001, s. 3 - 7.

především z bramborových (goja), moučných (pirohy, halušky) a luštěninových (fazulja) jídel, maso se vyskytovalo spíše svátečně, protože romská kuchyně byla určována sociální situací.

V posledních desetiletích však doznala romská kuchyně značných změn. Tradiční jídla sice přetrvávají dodnes, v každodenním jídelníčku jsou však nahrazována polotovary a smaženými pokrmy.<sup>26</sup> Základem romské kuchyně se stalo maso (hlavně levnější druhy) a uzeniny. Většina Romů má v oblibě tučná, z kvalitativního pohledu nezdravá jídla, ovoce a zelenina je v jídelníčku nedostatečně zastoupena, stejně jako například tmavé pečivo. Nevyhovující je rovněž pitný režim s nadměrným zastoupením limonád a jiných slazených nápojů.<sup>27</sup> Současní Romové se tedy obvykle stravují způsobem zdraví neprospěšným a vedoucím k obezitě.<sup>28</sup>

Závažné nedostatky vykazuje stravování romských dětí, které jsou nadměrně hýčkány sladkostmi a jinými pochutinami. O významnosti stravovacích návyků svědčí to, že je mnoho praktických lékařů považuje v podílu na špatném zdravotním stavu romské populace za významnější, než kouření cigaret a konzumace alkoholu.<sup>29</sup>

V následující kapitole bych se tedy stravovacími návyky u Romů chtěla blíže zabývat, přičemž si dovolím krátký exkurz do historie stravování Romů, na základě kterého se snažím poukázat na některé zažitě stravovací stereotypy u této cílové skupiny.

---

<sup>26</sup> DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 86

<sup>27</sup> Srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A. Nutrition (dietary habits) in selected Romany communities in south-czech voivodeship, in the context of hesly condition. In. BALVÍN, J., KWADRANS, L. *Situation of Roma Minority in Czech, Poland and Slovakia*. Wrocław: Foundation of Social Integration Prom, 2009. s. 91.

<sup>28</sup> ELICHOVÁ, M. Sonda do zdravotního stavu a životního stylu českobudějovických Romů. s. 204-205.

<sup>29</sup> KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 130.

## 2 Stravovací návyky Romů a jejich proměny v čase

Na tomto místě bych ráda zmínila stravovací návyky, které měli Romové v minulosti. Této oblasti se věnuji proto, že způsob stravování a strava samotná, jako jedna z nejkonzervativnějších složek způsobu života každého etnika, se udržuje dlouho, dokonce ve změněném životním prostředí, a odhaluje často původ a vývoj daného etnika.<sup>30</sup> I přes to, že romské etnikum prodělalo v minulých letech celou řadu změn<sup>31</sup> oproti době, kterou popisuje Davidová<sup>32</sup> (v současné době se této skupiny obyvatel týká ve velké míře např. sociální vyloučení, celá řada sociálně problémových jevů, nezaměstnanost aj.<sup>33</sup>), zachovávají si někteří Romové do určité míry tradiční stravovací návyky, které jsou předávány z generace na generaci v jednotlivých romských rodinách. Tento koncept předávání stravovacích návyků byl v romských rodinách navíc podpořen postavením romské ženy v rodině, kdy úkolem (nejstarší) dcery bývalo pomáhat matce s domácností, zvláště pak při vaření.<sup>34</sup> Dále i žena, která se provdala za muže a přestěhovala se k němu domů, pomáhala své tchýni v domácnosti a učila se „být svému muži dobrou ženou“, mimo jiného měla umět i ta jídla, která jejímu manželovi nejvíce chutnala - ta se měla od své tchýně naučit vařit.<sup>35</sup> Takto se tedy udržovaly stravovací stereotypy po celé generace.

Nutno podotknout, že tento koncept a postavení romské ženy (především pak výpomoc nejstarší dcery v domácnosti) je v některých rodinách zachován i v současnosti.<sup>36</sup> Na základě těchto informací lze tedy usuzovat, že některé stravovací návyky se do určité míry stále předávají z generace na generaci a zůstávají neměnné. Tato tradiční kulturní specifika, jsou dle některých autorů,<sup>37</sup> nejvíce zachována v chudých romských vesnicích a osadách, především pak ve Východní Evropě.<sup>38</sup> Lze

<sup>30</sup> DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 82.

<sup>31</sup> ŘÍČAN, P. *S Romy žít budeme, jde o to jak*. Praha: Portál, 1998. s. 11

<sup>32</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 82.

<sup>33</sup> Srov. HIRT, T., JAKOUBEK, M. *Romové v osidlech sociálního vyloučení*. Plzeň: Aleš Čeněk, 2006. případně srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A. *Social work in socially excluded areas aimed at the practical prevention of social pathology - České Budějovice. Sociální práce/Sociálna práca*, 2009.

<sup>34</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 106.

<sup>35</sup> Srov. LACKOVÁ, E. *Narodila jsme se pod šťastnou hvězdou*. Praha: Triáda, 2010.

<sup>36</sup> Srov. KAJANOVÁ, A., URBAN, D., KUBELOVÁ, V., DAVIDOVÁ, E. *Změna tradičního postavení romské ženy v romské rodině a české společnosti. Zdravotnictvo a sociálna práca*. roč. 4, č. 1-2, 2009. s. 70-74.

<sup>37</sup> Této oblasti se např. věnuje CROWE, D., M. *A History of the Gypsies of Eastern Europe and Russia*, 1996.

<sup>38</sup> A jak si ukážeme dále, řada Romů, žijících v České republice, právě z této oblasti Východní Evropy, především Východního Slovenska, pochází (Davidová, 2004). Navíc i v současnosti, v období letních měsíců, přijíždí na návštěvy (často dlouhodobé) příbuzní ze širokých romských velkorodin ze Slovenska (často za sezónní prací) a pobývají zde i několik měsíců. Této otázce se specificky věnuje např. Urban,

tedy snad do jisté míry předpokládat, že tyto aspekty a tradiční východiska mohou být do určité míry zachovány i v sociálně vyloučených lokalitách v České republice.

U romského etnika se oblast stravování měnila v uplynulém období jen pomalu – v různém tempu a projevu, diferencovaně podle jednotlivých skupin a rodin. V tradiční, téměř nezměněné podobě, se v poválečném období, až do roku 1959, udržoval způsob stravování u skupin Romů olašských a u německých Sintů, kteří tehdy ještě většinu roku trávili jako kočovníci na cestě. Kromě bohatších skupin Romů (řemeslníků i obchodníků), kteří si vydělávali peníze a mohli si životní potřeby koupit, část olašských a sintsých skupin byla na svých cestách odkázána jen na potraviny darované, či ukradené. Proto jejich jídelníček a způsob stravování byl vždy odlišný od stravy Romů usedlých. Jejich výživa byla velmi jednostranná a nedostatečná, zvláště pak v zimě.<sup>39</sup>

Způsob domácího hospodaření a stravy v tradičních (usazených) romských rodinách, především na Slovensku, byl v poválečném období určen romským pojetím života „ze dne na den“, bez starosti o zítřek, natož o vzdálenější budoucnost.<sup>40</sup> O těchto zvyklostech pojednává řada autorů.<sup>41</sup> Ti uvádějí, že mezi základní potraviny patřily především mouka, brambory, omastek, zelí, kukuřice a různé druhy zeleniny.<sup>42</sup> Jednalo se o suroviny, které byly získávány buď pomocnou prací na poli u sedláků, či byly vyžebrány, v některých případech ukradeny.<sup>43</sup> Časté také bylo (a i v současnosti v některých případech stále je)<sup>44</sup> kojení dětí do dvou až tří let jejich věku z důvodu, aby matka tímto způsobem ušetřila na jídle.<sup>45</sup>

Typické pro romskou kuchyni bylo, že ženy připravovaly většinu pokrmů vařením, zatímco pečením a smažením jen velmi málo,<sup>46</sup> což je naopak nejčastější až v poslední

---

Kouba, Mižigár (2010), když popisují místa, odkud Romové na Českobudějovicku pocházejí (především z Vranova nad Toplou).

<sup>39</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 85.

<sup>40</sup> Srov. Tamtéž. s. 85.

<sup>41</sup> V českém prostředí se touto otázkou zabývá především již shora citovaná DAVIDOVÁ, E. (2004). Další informace o tradičním způsobu stravování a životě Romů lze dohledat z vyprávění a osobní zkušenosti LACKOVÉ, E. (2010), která ve své knize „Narodila jsme se pod šťastnou hvězdou“ popisuje tradiční, každodenní život Romů ve slovenských osadách. V neposlední řadě stravovací zvyklosti zaznamenává DĚDIČ, M. (1985) ve své knize „Škola bez kázně“. V zahraniční literatuře je pak historie stravování u Romů dohledatelná u YOORS, J. (rok neuveden), který popisuje tradiční jídla připravovaná v romských rodinách.

<sup>42</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 86.

<sup>43</sup> Srov. LACKOVÁ, E. *Narodila jsme se pod šťastnou hvězdou*.

<sup>44</sup> Srov. BERNASOVSKÝ, I., BERNASOVSKÁ, J. *Antropology of Romanies (Gypsies): Auxological and Anthropogenetical Study*. Brno: Nauma, 1999.

<sup>45</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 101.

<sup>46</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 88.

době.<sup>47</sup> Romové, pokud měli možnost, preferovali především maso (často podřadné kvality) upravované především vařením. Frekventované byly i polévky, často poměrně „chudé“, tzn. především ochucená voda bez dalších přísad (zelenina, nudle, maso aj.). Nejvíce rozšířena byla i konzumace halušek, respektive moučných jídel, jenž byla cenově dostupná a zároveň dostatečně sytá.<sup>48</sup>

Nutno podotknout, že i přesto, že se stravovací návyky u Romů mění velmi pomalu (jak bylo uvedeno výše), i v této skupině docházelo a stále dochází ke změnám v jídelníčku. Tyto změny pak mají spíše negativní charakter, tzn. směrem k horšímu po kvalitativní stránce.<sup>49</sup>

Výše uvedeným textem nechci naznačit, že tyto stravovací návyky přetrvávají beze změny do současnosti. Rozhodně se mění a dalo by se snad i říci, že se z nich vytrácí tradičnost romské kuchyně, neboť v poslední době nenacházíme u značného počtu Romů v České republice ani na Slovensku, téměř žádné zvláštnosti, typické jen pro Romy (samozřejmě až na některé případy - nechci na tomto místě generalizovat fakta). Strava je povětšinou v podstatě zjednodušenou či modifikovanou stravou českou či slovenskou. Avšak složení stravy je ve většině případů nezdravé v kvalitě i kvantitě, což negativně ovlivňuje např. zdravotní stav.<sup>50</sup>

Tímto textem jsem se snažila poukázat na to, že pokud se podíváme do nedávné historie romského stravování, je tato poznamenána celou řadou nezdravých stravovacích návyků, ovlivněných např. nedostatkem hmotných prostředků, případně absencí správných vzorů zdravé výživy, způsobené prostorovou izolací romských osad a sociálně vyloučených lokalit. Dá se tedy předpokládat, že i při sebevětší snaze odstranit tyto stravovací návyky, budou některé oblasti těchto stravovacích stereotypů zachovány. Navíc díky tomu, že Romové povětšinou přebrali, jak bylo výše řečeno, modifikované (často kvalitativně i kvantitativně nezdravé) stravovací návyky od majority, bude (resp. může být) tato skupina determinována k preferenci nezdravých způsobů stravování. Tuto svou domněnku stavím na poznatku kolektivu autorů,<sup>51</sup> kteří

---

<sup>47</sup> Touto otázkou se budu zabývat v textu později, kde prezentuji výsledky popsané Urbanem, Kajánovou (2009). Ti právě na převládající úpravu pokrmů pečením a smažením upozorňují.

<sup>48</sup> Srov. LACKOVÁ, E. *Narodila jsme se pod šťastnou hvězdou*.

<sup>49</sup> ELIHOVÁ, M. Sonda do zdravotního stavu a životního stylu českobudějovických Romů. *Kontakt*, 2004, č. 6.

<sup>50</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. a kol. *Kvalita života a sociální determinanty zdraví u Romů v České a Slovenské republice*. Praha: Triton, 2010. s. 187.

<sup>51</sup> PETRÁŠOVÁ, D., SANITRIKOVÁ, Z., KOPROVIČOVÁ, J., BERTKOVÁ, I., ŽOFČÁKOVÁ, M., KUČHTA, M. Porovnanie lipidových markerov v majoritnej detskej populácii s rómskou populáciou. *Životné podmienky a zdravie*, 2006.

konstatují, že (romské) etnikum nedodrhuje zdravý životní styl, a že zdravotní stav Romů je v porovnání s majoritou horší. Tato skutečnost je, mimo jiných faktorů, způsobena právě špatnými stravovacími návyky, dále nízkými standardy osobní a komunitní hygieny, provizorním bydlením a ekologickými riziky v romských osadách (resp. sociálně vyloučených lokalitách) a zvýšenou konzumací alkoholu a tabákových výrobků.<sup>52</sup> Pokud se podíváme na prostředí sociálně vyloučených lokalit, jsou shora popsané faktory nejčastějšími problémy tohoto prostředí. S ohledem na to, že sociálně vyloučené lokality se pak povětšinou týkají právě Romů,<sup>53</sup> vyvozuji výše uvedenou domněnku, tedy že stravovací návyky Romů žijící v sociálně vyloučených lokalitách jsou kvalitativně i kvantitativně nedostatečné.<sup>54</sup> Tato má domněnka v podstatě souvisí i s výzkumným šetřením, podle kterého romská kuchyně doznala v současné době značných změn; kvalitativně pak spíše změny k horšímu.<sup>55</sup>

V následující kapitole bych tedy stravovací návyky současných Romů, žijících v sociálně vyloučených lokalitách, krátce popsala. Vycházím přitom z dostupné literatury, zaměřené na tuto otázku. Především se jedná o výstupy z vědeckých projektů několika autorů.<sup>56</sup>

## ***2.1 Stravovací návyky Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách v současnosti***

Informace z dostupných zdrojů naznačují, že mnozí obyvatelé sociálně vyloučených romských lokalit trpí horším zdravotním stavem než celková populace České republiky - viz např. výsledky výzkumného šetření, ve kterém 69,7 % dotazovaných lékařů ohodnotilo zdravotní stav Romů jako viditelně horší.<sup>57</sup> K tomuto zjištění mohou právě přispívat špatné stravovací návyky, které se v prostředí romských osad na Slovensku a

---

<sup>52</sup> Srov. PETRÁŠOVÁ, D., SANITRIKOVÁ, Z., KOPROVIČOVÁ, J., BERTKOVÁ, I., ŽOFČÁKOVÁ, M., KUČHTA, M. Porovnanie lipidových markerov v majoritnej detskej populácii s rómskou populáciou. Životné podmienky a zdravie, 2006.

<sup>53</sup> Srov. HIRT, T., JAKOUBEK, M., *Romové v osidlech sociálního vyloučení*. s. 35.

<sup>54</sup> Jak v podstatě uvádí již i DAVIDOVÁ, E. (2004).

<sup>55</sup> ELICHOVÁ, M. *Sonda do zdravotního stavu a životního stylu českobudějovických Romů*. s. 204-205.

<sup>56</sup> Především výstupy projektu GAČR Č. 403/07/0336 prezentované URBAN, D., KAJANOVÁ, A. (2009), dále NESVADBOVÁ, L. (2003) a NESVADBOVÁ, L., ŠANDERA, J., HABERLOVÁ, V. (2009) V tomto teoretickém zpracování jsem však narážela na nedostatečný počet odborná literatury a to z důvodu úzce zaměřeného tématu této následující kapitoly.

<sup>57</sup> NESVADBOVÁ, L., et al. *Determinanty zdraví romské populace v České republice*. s. 139-145.

sociálně vyloučených lokalit udržují.<sup>58</sup>

Z výsledků výzkumů vyplývá, že současný stav stravování, popisovaných romských respondentů v České republice, vykazuje závažnější nedostatky především v kvalitativní úrovni. S ohledem na to, že se romský jídelníček přibližuje majoritnímu, přičemž Romové z něho vybírají (redukuje jej) pouze jen některé pokrmy (moučná jídla - knedlíky, majonézy, omáčky a majonézové saláty), převládají stravovací návyky, které lze hodnotit jako nevyhovující. Nejzávažnější je nadměrná konzumace masa a masných výrobků, kdy především u sociálně vyloučených Romů byla prokázána přítomnost kvalitativně horších a levnějších druhů masa a uzenin, dále přítomnost tuků a jednoduchých cukrů a naopak minimální konzumace zeleniny a ovoce.<sup>59</sup> Navíc jsou u Romů v současné době častěji preferována pečená a smažená jídla (především pak řízky),<sup>60</sup> jako i jídla z rychlého občerstvení.<sup>61</sup> V tomto ohledu tedy zmiňovaní Romové nemají, dle popsaných zásad zdravé výživy,<sup>62</sup> vyhovující jídelníček. Odlišné výživové zvyklosti a způsob stravování zmiňují i výsledky výzkumu Sastipen,<sup>63</sup> podle kterého tyto faktory negativně podmiňují zdravotní stav romské populace.

## ***2.2 Stravování Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách v Českých Budějovicích***

Než začnu popisovat stravovací návyky Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách, ráda bych upozornila na původ, odkud většina Romů, žijících na tomto území (především v Českých Budějovicích a na Českokrumlovsku) pochází. Dle průzkumů přicházeli Romové v 50. až 70. letech do tehdejšího Československa především z východoslovenských romských osad.<sup>64</sup> Tato migrace Romů je prezentována na příkladu Českého Krumlova, kdy byl zaznamenán právě ve shora

---

<sup>58</sup> PETRÁŠOVÁ, D., SANITRIKOVÁ, Z., KOPROVIČOVÁ, J., BERTKOVÁ, I., ŽOFČÁKOVÁ, M., KUČHTA, M. Porovnanie lipidových markerov v majoritnej detskej populácii s rómskou populáciou. *Životné podmienky a zdravie*, 2006.

<sup>59</sup> Srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A. Výživa a způsob stravování ve vztahu ke zdraví romských komunit. In DAVIDOVÁ, E. a kol. *Kvalita života a sociální determinanty zdraví u Romů v České a Slovenské republice*. s. 191.

<sup>60</sup> Srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A. *Nutrition (dietary habits) in selected Romany communities in south-czech voivodeship, in the context of hesly condition*. s. 92

<sup>61</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 37.

<sup>62</sup> Srov. KUNOVÁ, V. *Zdravá výživa*. Praha: Grada, 2004. s. 46.

<sup>63</sup> NESVADBOVÁ, L., ŠANDERA, J., HABERLOVÁ, V. *Sastipen. Romská populace a zdraví. Národní zpráva*.

<sup>64</sup> Odkaz na původ rodin, žijících na jmenovaném území, je možný především díky studii DAVIDOVÁ, E. (2004), URBAN, D., KOUBA, J., MÍŽIGÁR, M. (2010).

uvedených obdobích nárůst romských rodin ze slovenských osad.<sup>65</sup> Podobná situace byla i v Českých Budějovicích, kdy místní Romové pocházejí povětšinou z Vranova nad Toplou, tedy z východní části Slovenska.<sup>66</sup>

Tímto chci upozornit na to, že tyto romské rodiny si s sebou přinášely i své stravovací návyky a stereotypy, typické právě pro slovenské romské osady. Dalo by se tedy usuzovat, že současné stravovací návyky mohou být těmito skutečnostmi do jisté míry ovlivněny - především pak negativními aspekty romského stravování, typického pro romské osady.<sup>67</sup>

Ucelenější přehled o výživě Romů, coby sociální determinantě zdraví, žijících v sociálně vyloučených lokalitách v Českých Budějovicích a Českých Velenicích, byl proveden v roce 2009.<sup>68</sup> V rámci tohoto výzkumného šetření byly osloveny vybrané rodiny žijících v těchto lokalitách,<sup>69</sup> přičemž jednou ze sledovaných oblastí byla i výživa a stravovací návyky, především z hlediska: pravidelnosti ve stravování, kvality a kvantity stravování, podílu ovoce a zeleniny, podílu masa a uzenin, podílu cukrů (cukrovinek) a tuků, podílu mléka a mléčných výrobků, vláknin a pitný režim.

Autorka poukazuje na významné odlišnosti z hlediska sociální stratifikace, kdy respondenti žijící v sociálně vyloučených lokalitách se stravovali především s ohledem na cenu potravin (oproti sociálně výše stratifikovaným, kde stravování bylo řízeno chutí, nikoliv tím, co si mohou finančně dovolit).<sup>70</sup> Dále práce upozorňuje na fenomén, kdy se nadměrná konzumace energeticky bohatých tuků a cukrů stává častějším jevem u chudých než bohatých, kdy ekonomicky slabší mají větší problém stravovat se zdravě z důvodu vyšší ceny kvalitních potravin,<sup>71</sup> což se potvrdilo i u shora popisovaného výzkumného souboru Romů ve vybraných sociálně vyloučených lokalitách.<sup>72</sup>

Dle zásad zdravé výživy by v jídelníčku neměla absentovat zelenina a ovoce, a to v poměrně vysokém zastoupení.<sup>73</sup> Tato oblast se jeví, s ohledem na socioekonomickou situaci Romů v sociálně vyloučených lokalitách, jako problematická - byla zjištěna

---

<sup>65</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 152.

<sup>66</sup> Srov. URBAN, D., KOUBA, J., MIŽIGÁR, M. *Analýza romských obyvatel v Jihočeském kraji, především v Písku a v Českých Budějovicích*, 2010. s. 5.

<sup>67</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 152.

<sup>68</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*.

<sup>69</sup> KAJANOVÁ, A. (2009) prováděla své výzkumné šetření i u několika rodin z lokality, ze které realizuji i já svůj výzkum.

<sup>70</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 135-136.

<sup>71</sup> HOLČÍK, J., KOUPILOVÁ, I. *Sociální determinanty zdraví. Základní fakta a doporučení pro praxi v kontextu programu Zdravá města*. s. 5.

<sup>72</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 135-136.

<sup>73</sup> Srov. HAINEROVÁ, A. I. *Dětská obezita*. s. 34.



nízká míra nákupu těchto potravin. Tento fakt je vysvětlován tak, že tato jídla méně zasytí nežli například oblíbené masové pokrmy,<sup>74</sup> a navíc nejsou často preferována z důvodu chutě. Nehledě na to, že u obyvatel sociálně vyloučených lokalit je primárně důležitý dostatek potravy, případně i existence nějaké potravy vůbec. Lze tedy hovořit o tom, že kvantitativní složka převažuje nad složkou kvalitativní.<sup>75</sup>

Romové v těchto lokalitách významně častěji preferovali tučná a masitá jídla, dále pak jídla obdobná u majoritní populace (knedlíky, omáčky, majonézové saláty aj.). Často byla zastoupena i moučná jídla – halušky, jenž byly zároveň označovány za typické romské jídlo. Dále byly preferovány především uzeniny (salámy) a maso, připravované především pečením a smažením. Co se pitného režimu týče (především kvalitativní složky), byl tento zastoupen nejčastěji slazenými limonádami.<sup>76</sup>

Specifickou kapitolou ve stravování romských rodin je pak stravování a jídelníček dětí, žijících v těchto rodinách.<sup>77</sup> Výsledky výzkumů poukazují na to, že v porovnání s jídelníčkem dětí, vychovávaných starší generací Romů, kdy tyto děti neměly žádnou specifickou stravu, odlišnou od stravy dospělých, byl zaznamenán posun směrem k lepšímu (ve smyslu ke zvláštní dětské stravě, odlišné od stravy dospělých). Avšak stále počet dětí, které mají v současné době svou specifickou stravu, není ani poloviční - pouze 36 dětí z celkového počtu 82 (tedy 43,9 %) má odlišnou stravu, avšak 42 respondentů z 82 (51,3 %) odlišnou stravu nemá.<sup>78</sup> Za zamyšlení zde však také stojí, zda specifická strava, odlišná od stravy dospělých, musí automaticky znamenat, že se bude jednat o stravu zdravou.

Skutečnost, že jen minimum romských dětí navštěvuje předškolní zařízení a ve školním se rovněž stravují spíše výjimečně, podporuje stravovací návyky z rodiny. Romské děti se pak ve školních zařízeních nestravují především z důvodu nedostatečných finančních prostředků. Na obědy docházejí domů a to z toho důvodu, že „dětem doma více chutná“ a že „přeci nebudou platit dva obědy - dětem ve škole jeden, když i dospělí (v sociálně vyloučených lokalitách často nezaměstnaní a tudíž doma)

---

<sup>74</sup> Na negativní posun ve stravování v romských komunitách, směrem ke kalorickým pokrmům a polotovarům upozorňuje rovněž např. ELICHOVÁ, M. (2004), která rovněž poukazuje na chyby v denním stravovacím režimu.

<sup>75</sup> KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 135.

<sup>76</sup> Srov. Tamtéž. s. 135.

<sup>77</sup> Stravovací specifika a jídelníček u dětí v romských rodinách bych však chtěla zmínit pouze okrajově. Jsem si vědoma, že je to také jistá součást mého tématu, avšak tato oblast, s ohledem na svá specifika a potřeby, by mohla tvořit samostatnou práci (na to bohužel na tomto místě nemám dostatečný prostor). Proto se omezím pouze na prezentování základních oblastí.

<sup>78</sup> URBAN, D., KAJANOVÁ, A., DAVIDOVÁ, E. Possible risks in the Romany child development. *Journal of Health Science Management and Public Health*, 2008, vol. 9, no. 2, s. 236 - 246.

musejí něco obědvat.<sup>79</sup> Výživa dětí přitom představuje obrovský potenciál z hlediska možnosti ovlivnění ke zdravějšímu životnímu stylu. Otázkou však zůstává, do jaké míry jsou rodiče obeznámeni s pravidly zdravé výživy a riziky nevhodného stravování, přičemž tato obeznámenost bude v sociálně vyloučených komunitách minimální - a to nejen z důvodu samotné exkluze, ale rovněž proto, že osoby zde žijící mají většinou pouze základní vzdělání, s nímž souvisí menší povědomí o rizicích nevhodného stravování.<sup>80</sup>

---

<sup>79</sup> Srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A., DAVIDOVÁ, E. *Possible risks in the Romany child development.* s. 236 - 246.

<sup>80</sup> KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit.* s. 135.

### 3 Teoretická východiska a náměty na vlastní výzkumné šetření

Z výše uvedeného teoretického popisu jsou patrná některá východiska, která pomohla zformulovat mé náměty okruhů otázek pro vlastní výzkumné šetření.

Jednak je patrné, že Romové v sociálně vyloučených lokalitách mají problém týkající se kvantity konzumovaných potravin - a to jak v jeho nadbytku (nadměrná konzumace), tak také v nedostatku. Pro můj výzkum tedy vyvstává otázka zmapovat kvantitu potravin.

Mezi zásady správné výživy patří také rovnoměrně zastoupená strava, tedy kolikrát za den člověk jí a zda se jedná o pravidelný interval. Nepravidelnost stravy, případně vynechávání některých jídel (např. snídaně) může poukazovat na faktory, zapříčiňující špatnou životosprávu. Proto jsem se rozhodla zkoumat také frekvenci stravování. Pod tento okruh jsem také zařadila otázky, týkající se toho, v jaké frekvenci vybrané romské rodiny konzumují některé potraviny, především pak ovoce a zeleninu, maso, mléčné výrobky a jogurty.

Neméně důležitá je také kvalita stravování (resp. obsah jídelníčku). Jedná se o to, jaký typ potravin a jídla rodina konzumuje, zda je v jídelníčku zastoupena zelenina a ovoce, zda převažují např. levnější potraviny (náhražky), či polotovary aj. Proto i tato část byla v mém výzkumu zastoupena, přičemž se v závěru nesnažím hodnotit to, zda se jedná o kvalitní či nekvalitní potraviny, pouze poukazuji na skladbu jídelníčku (konzumace polotovarů, druhy salámů, jogurtů, limonád atd.) a druhy jídel, které vybrané romské rodiny konzumují.

Pitný režim, především druh vypitých tekutin, byl další mnou sledovanou oblastí. Tento okruh jsem zařadila z toho důvodu, že odborná literatura často zmiňuje pití slazených limonád, případně alkoholických nápojů. Proto jsem chtěla zjistit, jaké nápoje romské rodiny v sociálně vyloučených rodinách preferují a jaké množství těchto tekutin denně vypijí.

Jak bylo popsáno v textu výše, romská kuchyně byla v dřívějších dobách, oproti majoritní kuchyni, specifická. Odborná literatura<sup>81</sup> hovoří v této souvislosti o romských

---

<sup>81</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*.

jídlech, které byly u Romů typické. S tímto účelem bych chtěla ve svém výzkumu zjistit, co Romové za tradiční romská jídla považují<sup>82</sup> a následně zjistit, jak často je vaří.

Poslední sledovanou oblastí je okruh, který se zabývá tím, zda oslovení Romové budou mít vůbec představu o tom, co je „zdravá výživa“. Chtěla bych se jich proto ptát, co za správnou (zdravou) výživu považují. Tento okruh zařazuji z toho důvodu, že dle některých autorů nemusejí mít Romové vůbec představu o tom, co se za zdravou životosprávu považuje a pak tedy porušování těchto zásad může pramenit z neznalosti, nikoliv z nedodržování těchto zásad.

---

<sup>82</sup> Dle ŘÍČANA, P. (1998) není možné ptát se přímo na tradiční romská jídla, protože pod tímto pojmem si Romové mohou představit zcela odlišná jídla. Z toho důvodu se chci nejdříve ptát na otázku, jaká romská jídla znají a až následně sledovat, zda je i vaří.

## **4 Metodika vlastního výzkumného šetření**

### **4.1 Cíl výzkumného šetření**

Cílem mého výzkumného šetření je popsat stravovací návyky (kvalita a kvantita stravy, frekvence stravování, pitný režim a představa respondentů o zdravé stravě) u Romů v sociálně vyloučené lokalitě v Českých Budějovicích (sídlíště Máj, ulice V. Volfa).

### **4.2 Metodika výběru lokality**

Lokalita byla vybírána podle několika kritérií. Jednak se mělo jednat o sociálně vyloučenou lokalitu na území Českých Budějovic. Pro její výběr jsem použila Analýzu sociálně vyloučených romských lokalit a komunit v České republice a absorpční kapacita subjektů působících v této oblasti<sup>83</sup>. Dále jsem lokalitu volila podle přístupnosti k respondentům sledovaného cílového souboru. S ohledem na tato kritéria jsem pro své výzkumné šetření zvolila sídlíště Máj, konkrétně obyvatele žijící v ulici V. Volfa.

### **4.3 Metodika výběru respondentů**

Respondenty v této lokalitě jsem vybírala za pomoci sociálních pracovníků z Poradny pro ženy a dívky Eva při Diecézní charitě České Budějovice, kde jsem vykonávala svou praxi, v rámci které jsem provedla čtyři rozhovory. Dále byli respondenti kontaktováni za pomoci romského sociálního pedagoga ze Salesiánského střediska České Budějovice - Domu dětí a mládeže. S ním jsem navštívila šest rodin, kde jsem také provedla rozhovory. Rozhovory v rodině jsem chtěla vést s tím členem domácnosti, který pro rodinu vaří a připravuje stravu. Ve všech případech se jednalo o ženy, resp. manželky.<sup>84</sup>

Základním ukazatelem pro mě bylo, aby se respondentky identifikovaly jako Romky. Proto jsem se jich na počátku našeho rozhovoru dotazovala, zda se považují za „romskou rodinu“. Ve všech případech jsem získala kladnou odpověď a pokračovala tedy v rozhovoru.

---

<sup>83</sup> Analýza sociálně vyloučených romských lokalit a komunit v České republice a absorpční kapacity subjektů působících v této oblasti (říjen 2005 - červenec 2006). [online]. [cit. 2008-06-06]. Dostupné z: <[http://www.gabal.cz/documents/brozura\\_4.pdf](http://www.gabal.cz/documents/brozura_4.pdf)>

<sup>84</sup> V případě, že rodina byla třígenerační, tak jsem rozhovor vedla s osobou střední generace.

Základním kritériem pro výběr rodin bylo to, že k nim výše jmenovaní pracovníci docházeli ve stanoveném čase sběru dat<sup>85</sup> a měli s nimi domluvené konzultace. S ohledem na podobnou cílovou skupinu, se kterou tyto pracovníci pracují, předpokládám podobnost výzkumného souboru. Jsem si ale vědoma možného zkreslení dat, způsobeného ne striktně stanovenými kritérii.

S ohledem na popsany způsob výběru respondentů jsem neměla předem stanovený počet respondentů (předpokládala jsem však získat cca. 10 až 15 rozhovorů). Rozhovory jsem tímto způsobem nakonec získala od 10 respondentek.

#### ***4.4 Metodika sběru dat***

Pro svůj sběr dat jsem použila kvalitativní výzkum, techniku polořízených rozhovorů.<sup>86</sup> Pro rozhovor jsem měla předem stanoveny tématické okruhy (náměty na rozhovor), které byly výstupem teoretické části této práce. V každém okruhu jsem měla několik otázek, které případně mohly napomáhat vedení rozhovoru (viz Příloha I.). Délka jednoho rozhovoru byla v rozmezí 30 až 45 minut. Některé rozhovory jsem vedla i za přítomnosti dalších členů rodiny, kteří některé výpovědi ženy (matky) doplňovali.

Při rozhovorech byly sledovány následující okruhy:

- kvantita konzumovaných potravin
- kvalita konzumovaných potravin
- frekvence stravování
- pitný režim
- konzumace tradičních romských jídel
- představa správné životosprávy

#### ***4.5 Metodika vyhodnocování dat***

Sebraná data byla sepsána (nedoslovně) formou kasuistik (Příloha II.), přičemž jsem se snažila zaznamenávat i některé přímé výpovědi respondentů, které jsem následně použila při prezentaci výsledků. Ty napomáhají blíže ilustrovat výpovědní hodnotu.

---

<sup>85</sup> U respondentů kontaktovaných prostřednictvím Poradny Eva pro ženy a dívky se jednalo o období mé praxe (18. 10 - 6. 12. 2010), u respondentů od sociálního pedagoga to bylo za období (8. - 20. ledna a 14. - 15. února 2011).

<sup>86</sup> Ten jsem u svého cílového souboru považovala za nejvhodnější, protože umožňuje případné dotazování či konkretizaci některých výpovědí.

Následně jsem ke každému okruhu přiřadila informace, vztahující se tématicky k dané oblasti.

#### ***4.6 Metodika prezentace výsledků***

Výsledky prezentuji podle jednotlivých okruhů, přičemž popisuji a následně slovně komentuji výroky respondentů k danému tématu. Prezentaci výsledků doplňuji navíc o přímé výpovědi, které mají za úkol podbarvit a více přiblížit odpovědi respondentů. Tyto přímé výpovědi jsem si zaznamenávala v průběhu rozhovoru do terénních poznámek. Některé výpovědi jsou pak prezentovány a uvedeny v přepsaných kasuistikách (viz Příloha I. č. 1-10), zbylé jsou pak uloženy v osobním výzkumném archivu autorky práce.

V následující části této práce (v kapitole „Diskuze“) se zamýšlím nad jednotlivými oblastmi, především nad tím, jak jsou vzájemně provázány a jak se případně ovlivňují a doplňují.

## 5 Výsledky

### 5.1 Frekvence stravování

#### a) Pravidelnost stravy - počet jídel denně

Frekvence ve stravování, respektive dodržování četnosti stravovacího režimu, byla u mého výzkumného souboru různě zastoupena. Největší část respondentek (N=7) však odpovídala, že nedodržují určitý stravovací řád, především že každý jí podle toho jak má hlad.

*„U nás se jí jako kdo chce, jak má kdo hlad. Nemáme nějaký společný řád, jako že bychom třeba všichni se v určitou dobu navečeřeli.“* (respondentka č. 2)

případně chuť:

*„Jí se prostě podle toho, jak má kdo chuť. Je to lepší. když prostě chci, tak jdu a najím se. Proto tady vždycky něco je.“* (respondentka č. 10)

V těchto rodinách respondenti udávali, že se u nich jí v podstatě v průběhu celého dne. Ženy také zároveň zmiňovaly náročnost tohoto způsobu stravování (i když ne v přímé souvislosti) - udávaly, že mají s vařením a se stravováním hodně práce a že za jídlo utratí mnoho peněz:

*„No je to náročný, musí se pořád něco dělat, pořád tady něco musí být. Když někdo přijde, tak aby bylo co nabídnout.“* (respondentka č. 2)

*„Za jídlo dáme hodně peněz, hlavně pro děti. To tady vždycky musí být nějaký sušenky a tak, aby když budou mít hlad, jsem jim mohla něco dát.“* (respondentka č. 6)

U této skupiny respondentů se dále vyskytovalo vynechávání některého z jídel, nejčastěji pak snídaně. Ty absentovaly u zaměstnaných lidí, kteří snídani nestíhali, případně pak u nezaměstnaných, kteří naopak vstávali v pozdějších dopoledních hodinách (např. okolo 10 hod.), poté konzumovali nejčastěji kávu a cigaretu a dříve obědvali.

*„No já ráno vstanu okolo 10, někdy až okolo 11 hod., umeju se, dám si pak kafe a cigaretu. No a to už pak nesnídám, protože hned začnu připravovat oběd a rovnou obědvám.“* (respondentka č.8)



Poslední skupina (N=3) vypověděla, že se stravují pravidelně. Touto pravidelností mysleli 3 až 5 jídel denně, přičemž nižší počet jídel byl zastoupen u dospělých (snídaně, oběd, večeře), vyšší u dětí (dopolední a odpolední svačina). Pravidelná strava byla dodržována především kvůli dětem (Např. v kasuistice č. 9 žijí v rodině 3 děti ve věku do 4 let, kvůli kterým matka dbá na pravidelný stravovací režim. Stejně pak je tomu i v kasuistice č. 6).

#### b) Konzumace ovoce a zeleniny

Co se konzumace ovoce týče, 4 respondenti vypověděli, že ovoce (nejčastěji jablka, banány, kiwi či mandarinky) konzumují každý den či ob den, především pak děti. Ovoce v podstatě jako takové bylo ve všech případech spojováno se stravováním dětí. Konzumace ze strany dospělých osob nebyla téměř žádná.

*„Nám dospělým to nekupuju, hlavně pro děti. My to nepotřebujeme, dřív jsme to taky neměli, ale těm dětem to jo.“* (respondentka č. 6)

Další 5 respondentek uvedlo, že ovoce konzumují jednou do týdne, z toho 1 respondentka zmínila, že: *„Někdy ani to ne“* (respondentka č. 9)

Pouze v jednom případě (kasuistika č. 5) byla uvedena odpověď, že ovoce nekupují vůbec, že ovoce mají děti ve škole v rámci obědů.

Naopak zelenina v jídelníčku oslovených rodin téměř absentovala. Pouze ve 2 případech bylo zmíněno, že ji konzumují čerstvou (jako přílohu), avšak ve všech ostatních byla uváděna pouze ve spojitosti s mraženou zeleninou do polévky. Jako důvod byla zmiňována vysoká cena a také to, že nezasytí.

*„Zeleninu nejíme. Je drahá a taky nám nechutná a je po ní hlad. Máme radši jídla s omastkem a knedlíky. Zelenina je taková nic moc.“* (respondentka č. 6)

#### c) Jogurty a mléčné výrobky

Jogurty, podobně jako ovoce, byly konzumovány výhradně dětmi jako součást snídaně či svačiny, přičemž frekvence byla udávaná „denní“, případně „ob den“. Naopak u dospělých zcela absentovala.

#### d) Sladkosti a pochutiny

Nákup a konzumace sladkostí a brambůrek byla v různém frekvenčním zastoupení, počínaje denní konzumací, „*Kupujeme dětem často sladké, musí doma stále něco být. Třeba sušenky nebo lízátko*“ (respondentka č. 9), případně několikrát do týdne. Jednalo se výlučně o nákup tohoto sortimentu pro děti.

#### e) Maso

Konzumace masa byla pravidelná ve všech případech, zastoupené pak v denním intervalu. Na její konzumaci neměl vliv finanční příjem, ani případný nedostatek financí na konci měsíce. V takových případech klesalo nikoliv množství, ale kvalita - nakupovali levnější výrobky (kabanos, párky):

„*Maso jíme každý den, a když třeba už koncem měsíce nejsou moc peníze, tak kupujeme něco levnějšího, třeba kabanos.*“ (respondentka č. 8)

Maso bylo symbolem syté stravy, po které není hlad a proto bylo také denně zastoupeno v jídelníčku.

### **5.2 Kvantita potravin**

V rámci kvantity konzumovaných (nakupovaných) potravin jsem nezaznamenala zásadní nedostatek finančních prostředků, kdy by rodina neměla peníze na koupi potravin. Případný nedostatek potravin byl nahrazen nákupem levnějších druhů, či těch, které nasytí.

Pokud respondentky zmiňovaly nedostatek potravin, tak se vždy jednalo pouze o některý sortiment:

- nedostatek zeleniny z důvodu vyšší ceny: „*Zeleninu nejíme. Je drahá a taky nám nechutná a je po ní hlad. Máme radši jídla s omáčkou a knedlíky. Zelenina je taková nic moc.*“ (respondentka č. 6)

- omezený nákup sladkostí a pochutin (brambůrky): „*Oni by toho snědli moc, co bych koupila, tak by bylo hned pryč, na to nejsou taky pořád peníze. Tak jen tak sem tam, na zpestření něco koupím.*“ (respondentka č. 8)

- častější nákup kuřecího masa oproti dražšímu vepřovému či hovězímu: „*Častěji jíme kuřecí, je levnější*“ (respondentka č. 8)

- nákup levnějších druhů salámů a sýrů

- preference levnějších limonád: „*Občas kupujeme kolu, ale tu levnou, takový ty náhražky. Ta pravá je moc drahá.*“ (respondentka č. 1)

Za účelem šetření finančních prostředků některé rodiny (N=4) vařily větší množství jídla k obědu, které následně konzumovali i k večeři,

„*K večeři si často ohříváme to, co zbude od oběda. Hodím to jen do mikrovlnky a je to.*“ (respondentka č. 10)

Případně zbylé jídlo od oběda konzumovali v průběhu odpoledne (toto jídlo nahrazuje svačinu) a k večeři se pak připravovalo jídlo nové.

„*Vždy někdo z rodiny přijde, lžící si nabere z pekáče a takhle se to dělá celý den až do večere, kdy se dělá nové jídlo.*“ (respondentka č. 1)

Další způsob šetření finančních prostředků a tím, svým způsobem, zajišťování kvantitativního dostatku bylo to, že v některých rodinách (respondentka č. 8) nechodily děti na oběd do školní jídelny a obědvaly až po návratu domů.

„*Děti na oběd ve škole nechodí. Jí až doma. Musím tak jako tak vařit pro sebe a ostatní.*“ (respondentka č. 8)

Podobně tomu tak bylo u dospělých, kteří obědvali až po návratu z práce.

„*Já uvařím a manžel obědvá až když přijde z práce.*“ (respondentka č. 6)

„*Obědvám až když přijdu z práce domů.... No to je tak okolo té čtvrté hodiny.*“ (respondentka č. 10)

Pouze v jednom případě (respondentka č. 6) byla zaznamenána situace, kdy na nákup potravin nezbývalo rodině koncem měsíce dostatek finančních prostředků, a tak byla nucena si na jídlo půjčit. Jednalo se však o výjimečnou událost, která byla způsobena ztrátou zaměstnání a neschopností splácet finanční pohledávky - resp. po jejich splacení pak nezbývalo dostatek financí na potraviny. Tento stav však byl hodnocen velmi negativně, protože další měsíc musela dotyčná rodina splácet nejenom pohledávky původní, ale navíc musela splácet ještě půjčku na jídlo z předešlého měsíce a zároveň zajistit dostatek potravin na měsíc současný.

„*Bylo to hrozný, protože kromě toho, že jsem musela nakupovat i na ten měsíc, museli jsme platit ještě tu půjčku z předešlého měsíce a navíc ty dluhy. To jsme tenkrát málem šli žebrot.*“ (respondentka č. 6)

### **5.3 Kvalita stravování (resp. složení jídelníčku)**

#### **a) Konzumace polotovarů**

Nákup polotovarů byl respondentkami velmi často zmiňován. Pouze 2 uvedly, že polotovary nekupují, přičemž v jednom případě bylo toto odůvodněno tím, že jim to nechutná: „... *Jo, ty (knedlíky) jsou vždycky domácí, kupované by nikomu nechutnaly.*“ (respondentka č. 6) A jednou proto, že je to ze zvyku. „*Prostě jsem zvyklá dělat všechno domácí.*“ (respondentka č. 4).

Jinak mezi nejčastěji nakupované polotovary patřily:

- houskové knedlíky
- rybí prsty
- mražená pizza
- mražené ovocné knedlíky
- hotové omáčky
- instantní kaše a polévky

#### **b) Konzumovaná strava k snídani**

Oblast snídaně byla v souboru velmi různorodě zastoupena. Jak již bylo uvedeno výše, někteří respondenti nesnídají (jedná se především o dospělé), nebo alespoň nesnídají v týdnu, kdy chodí do práce a snídají o víkendu. Rozdíl byl dále zaznamenán mezi tím, co konzumují k snídani děti a co dospělí.

U dětí se jednalo často o sladké (většinou kupované) pečivo - buchtu, koláče a koblihy, případně o rohlíky s máslem, paštikou, sýrem či salámem. V jednom případě děti snídaly i cereálie (respondentka č. 5) ve formě kuliček s mlékem.

Spektrum stravy u dospělých byl pak velmi rozmanitý, počínaje rohlíkem se salámem (Camping, Vysočina), paštikou a sýrem, dále rohlík s párkem, vajíčka, či v některých případech sladké pečivo. V jednom případě (respondentka č. 2) vypověděla, že „...*k snídani máme někdy to, co zbude od oběda, klidně i vepřovou pečení nebo knedlíky s omáčkou nebo když nic nezbude, tak si dojdeme něco koupit – rohlíky, chleba, s pomazánkou, se salámem.*“

Nutno však podotknout, že tato „snídaně“, jak ji respondentka charakterizovala, je konzumována okolo 10 hod. - v tu dobu totiž ona, či její manžel vstávají.

### c) Konzumovaná strava k obědu

Oběd a konzumovaná strava byla velmi různorodá, způsobilá tím, kde jednotliví členové obědvají. Děti, pokud navštěvují školu či mateřskou školu, tak nejčastěji obědvají tam (pokud nedochází na obědy domů). Jejich jídelníček se tedy řídí stravovacími normami, předepsanými pro jídelny. Dospělí buďto obědvají v závodní jídelně, případně se stravují až po příchodu domů.

Následující výčet pak představuje jídla, která respondentky uváděly jako ta, která nejčastěji konzumují. Tento výčet poukazuje na kvalitu stravování, ale také prezentuje nejčastější, případně nejoblíbenější pokrmy, přičemž vynechávám ty, které respondentky označily jako tradiční romské pokrmy, protože ty budou popsány v samostatné kapitole. Pokud bych měla zmínit nejčastější jídlo, jednalo se o smažený vepřový řízek. Ten zmiňovaly v určité frekvenci téměř všechny respondentky. Další nejčastější pokrmy byly následující:

- omáčky s knedlíky (7 respondentek), přičemž se nejčastěji jednalo o rajskou , svíčkovou a guláš

- vepřové maso, knedlík a zelí (4 respondentky)

- pečený bůček (2 respondentky)

- pečené kuře (2 respondentky)

Ostatní jídla se v souboru již neopakovala a jednalo se o tyto pokrmy: zapečené těstoviny, špagety, uzené maso, rýže se zelím, rybí prsty, hranolky.

### d) Konzumovaná strava k večeři

Večeře byla ve všech případech zastoupena primárně zbylým jídlem od oběda či z předešlého dne. To bylo buďto ohříváno, případně konzumováno studené (např. pizza).

*„K večeři si často ohříváme to, co zbude od oběda. Hodím to jen do mikrovlnky a je to.“* (respondentka č. 10)

V případě, že nic takového nezbývalo, tak pouze dvě rodiny uváděly jako alternativu studenou večeři (rohlík, salám, sýr, paštika) a všechny ostatní pak zmiňovaly teplé pokrmy.<sup>87</sup> Nejčastěji se jednalo o smažené hranolky, langoše, polévky, opětovně řízky, dále o pečený bůček, kuře, párky aj. Večeře tedy byly hodně podobné obědu.

---

<sup>87</sup> Přičemž jsem se však nedotazovala na to, zda teplá večeře je v těchto případech výhradně zastoupena. Jsem si vědoma toho, že se mohlo jednat o stav několika posledních dnů, tedy že respondentky vypovídaly podle aktuálního stavu, protože jsem nezjišťovala, jak často k tomuto (ohřívání jídla, či příprava nového) dochází.

Respondentka č. 9 vypověděla, že většinou je večeře stejná jako to, co dělají jiný den k obědu.

#### e) Stravování dětí v rodině

O stravování dětí v rodině jsem nezískala příliš (dostatek) informací - především v tom slova smyslu, zda děti konzumují odlišnou stravu od stravy dospělých. Na otázku „Zda dávají dětem odlišnou stravu od stravy dospělých“ respondentky nejčastěji vypovídaly, že dětem dávají často jogurty, dále že mají v jídelníčku ovoce a dostávají sladkosti. Při upřesňující otázce - zda mají stejné obědy a večeře jako ostatní, tak mi bylo sděleno, že ano - jednalo se však již o rodiny, kde byly děti starší (4 roky a více). Zásadní mezník pro přechod na stravu dospělých je ukončení kojení.

*„Dětem stravu neoddělujeme, dáváme jim to, co dospělým, jakmile se přestane kojit. Kojí se ale u nás dlouho, třeba i do dvou až tří let, jak to jde. Dcera se snaží kojit vždy co nejdéle. Většinou kojila starší dítě do doby, než se narodilo další, ale mezi šesti a osmi měsíci začínala přikrmovat, aby nemělo dítě hlad, protože pak brečí. Potom dostávají už normální jídlo, které mají dospělí.“* (respondentka č. 1)

Rozdíl oproti dospělým byl zachycen především v pravidelnosti (popsáno v oblasti „frekvence stravování“), kde se u dětí dbalo na pravidelnost stravování a také na to, aby měly děti vždy něco k jídlu (sladké, sušenky aj.)

#### f) Kvalita nakupovaných potravin

Kvalitu nakupovaných potravin jsem hodnotila podle její ceny. Resp. zajímalo mě, v jaké cenové relaci romské rodiny nakupují potraviny, zda upřednostňují nižší cenu a větší množství, případně kvalitu. Původně jsem předpokládala, že na tuto oblast poukáží pomocí toho, kolik rodina měsíčně vydává na nákup potravin (postačil by alespoň orientační odhad). Ale bohužel, respondentky nebyly (či nechtěly) schopni tuto otázku zodpovědět. Uváděly, že nakupují potraviny průběžně v měsíci, hlavně podle toho, jak jsou finance. Příjem některé rodiny (např. respondentka č. 4) udávala, že „...záleží na tom, jak má manžel brigády. Když se poštěstí a je práce, tak pak nakupuju víc. Jinak jsem se ale naučila vyjít i s malým obnosem peněz.“

Respondentky také uváděly, že se snaží ušetřit a nakupují levnější produkty (např. Vysočina, Gothaj, levnější párky). Respondentka č. 2 v této souvislosti také dodává:

*„Nám je to jedno, jak jíme, jestli je to zdravé nebo ne, hlavně že nám to chutná. Důležitý je, že máme hezky vyzdobený byt a že je hodně toho jídla. Proto radši koupim*

*něco levnýho, ale je toho pak hodně a každéj se aspoň nají.*“ Z další výpovědi je patrné podobné:

*„K tomu koupim nějakej salám, ...šunku ne, ta je drahá, většinou tak Gothaj nebo ještě Vysočinu.“* (respondentka č. 8).

Všechny respondentky (N=10) také nakupovaly, hlavně pro děti, limonády. Jednalo se o levnější varianty barvených a ochucených, především pomerančových či citronových, limonád značky Coop, případně náhražky Coca Coly.

Respondentka č. 1 vypověděla, že pravou Coca Colu nekupují kvůli její finanční náročnosti, podle respondentky to nemá smysl, když se tak rychle vypije: *„Občas kupujeme kolu, ale tu levnou, takový ty náhražky. Ta pravá je moc drahá.“*

#### **5.4 Tradiční romská jídla**

Na tuto otázku jsem se ptala tím způsobem, že jsme se nejprve zeptala, zda vaří tradiční romská jídla. V případě že odpověděli kladně, ptala jsem se na to, o jaké se jedná. Jednak jsme tím sledovala zjistit samotný výskyt vaření romských jídel (zda připravují či nikoliv) a dále pak i to, co vlastně sami za „tradiční romská jídla“ považují. Několik respondentek (N=4) odpovědělo, že romská jídla nevaří, že jim tyto jídla nechutnají, případně že je neumějí připravit.

Zbýlých 6 respondentek odpovědělo, že tato romská jídla v různých intervalech vaří. Respondentka č. 6 uvedla, že tato jídla připravuje především pro rodiče, které s nimi žijí v domácnosti

*„Já je ráda nemam, ale vařim je hlavně kvůli rodičům.“* (respondentka č. 6)

Za tradiční romská jídla jsou považovány následující pokrmy, které se v oslovených rodinách vaří (frekvenci vaření jsem nezjišťovala):

- plněné zelí
- goja
- halušky
- holubky
- vepřová pečeně
- polévky

První tři pokrmy (plněné zelí, goja a halušky) se přitom opakovaly u všech respondentek, které tradiční romská jídla vaří. Z toho vepřovou pečení považovaly za

tradiční romské jídlo dvě respondentky a polévky (bramborovou, zelnou) jedna respondentka.

### **5.5 Pitný režim**

Jak již bylo uvedeno výše, v romských rodinách se nejčastěji konzumují limonády (pomerančové a citrónové) - ty byly v různém množství zastoupeny ve všech rodinách, případně levnější džusy. Dále rodiny kupovaly náhražky Coca Coly. Dvě oslovené rodiny (resp. její členové) pijí obyčejnou vodu, případně vodu se šťávou (respondentka č. 2 a 4).

*„...dospělí pijí vodu s džusem, ale tím levným, takové ty náhražky za pár korun. Když mají limonády v akci, tak koupíme i několik balíčků, protože to se vypije hned... a voda z vodovodu nám nechutná.“* (respondentka č. 8)

Dalším nejčastěji zmiňovaným nápojem byla káva (ta je konzumována ve všech rodinách), přičemž ve 4 rodinách to je nápoj typický spíše pro ženu (matku) a pivo nápojem typickým pro otce (muže). Pouze respondentka č. 4 uvedla, že konzumují také pálenku. Avšak z tohoto výsledku nelze nic vyvozovat, protože jsem se na pití alkoholických nápojů neptala a proto ani nemám informace od ostatních respondentek. Jiné nápoje (např. čaj) nebyly v mém souboru zaznamenány. Nepředpokládám, že by jej v rodinách vůbec nepili, ale myslím si, že frekvence jeho konzumace není natolik významná, a proto jej ani respondentky nezmiňovaly.

### **5.6 Zhodnocení životosprávy**

V rámci této oblasti jsem se ptala na 3 otázky. Jednak na to, co si myslí o svém stravování, dále jaká je jejich představa o zdravé stravě a pak, zda by chtěli něco změnit.

#### **a) Zhodnocení svého stravování**

Celkem 8 z 10 oslovených respondentek uvedlo, že jejich stravování je nezdravé, přičemž důvody, proč takto soudí, by se daly rozdělit do 4 oblastí:

- z důvodu konzumace tučných jídel: Např. Respondentka č. 10 vypověděla, že jsou zvyklí dělat hodně masná jídla a to není zdravé: *„Mám ráda maštěná jídla, jsme takhle naučený to dělat a chutná nám to, ty tučná jídla.“* (respondentka č. 10)

- z důvodu přejídání se: *„Vadí mi to, jak se přejídají, hlavně děti, ty jí vlastně celý den. A jsou vybíraví, oni normálně nechtějí jíst nic bez masa.“* (respondentka č. 3)



- z důvodu nahrazování kvalitních potravin nekvalitními, či z důvodu nedostatku finančních prostředků na zdravé potraviny: „*My ale nemáme na to, abysme jedli zdravě, abysme si kupovali drahý jídlo, který je zdravý.*“ (respondentka č. 8)

- z důvodu absence některých potravin či nevhodného jídelníčku: Např. respondentka č. 4 vyvodila, že jí nezdravě, z toho, že nejí zeleninu, která je podle ní nejzdravější.

Rodina, která uvedla, že se stravuje „*celkem zdravě*“ (respondentka č. 7) však více své tvrzení nezdůvodnila. Respondentka č. 9, která taktéž odpověděla, že se stravují „*celkem zdravě*“ uvedla tyto důvody: „*Jíme to co vy, bílí, takže je to asi zdravé.*“ Zdravé je také podle ní, když děti pijí kakao, „*...protože je to mlíko a to je hodně zdravý.*“

#### b) Představa o zdravé stravě

Představa o zdravé stravě byla v rodinách různá. Většinou se s touto představou pojily kvalitnější a dražší potraviny, např. „*pravé džusy*“, žádné náhražky.

Další zdravou stravou byla zelenina (N=7), ryby (N=3), ovoce (N=3), mléko a mléčné výrobky - jogurty, tvaroh, podmásí (N=7). Dále byly jmenovány tyto potraviny:

- brambory
- vajíčka
- maso
- máslo
- obyčejná voda
- rýže

#### c) Změna stravovacích návyků či jídelníčku

Ačkoliv 8 z 10 oslovených rodin (resp. respondentek) subjektivně hodnotilo svůj jídelníček a stravovací režim jako „*nezdravý*“, nechtěly s ním však nic dělat. Nejčastějšími důvody pro zachování stávajícího jídelníčku bylo:

- vyhovuje nám to a chutná nám: „*Nám je to jedno, jak jíme, jestli je to zdravé nebo ne, hlavně, že nám to chutná. ...*“ (respondentka č. 2)

- nevadí nám nezdravá jídla: „*Mám ráda maštěná jídla, jsme takhle naučený to dělat a chutná nám to, ty tučná jídla.*“ (respondentka č. 10)

- zdravá strava je drahá, případně nechutná: „...*to si nemůžeme dovolit, zelenina je totiž strašně drahá a mlíko a ryby nám nikomu nechutnají. Jíme to, co jíme, jsme spokojení, hlavně že nám chutná.*“ (respondentka č. 4)

## 6 Shrnutí výsledků a diskuze

Na tomto místě bych ráda shrnula shora prezentované výsledky a případně je porovнала s dostupnou odbornou literaturou.

Co se týče frekvence stravování, tak ta je u dospělých různá, přičemž některá jídla jsou hlavně dospělými vynechávána (jedná se primárně o snídaně). Důvodem často bývá buďto pozdější vstávání (okolo 10 až 11 hod.), případně brzký odchod do zaměstnání (pak si berou nejčastěji do práce svačinu – např. rohlík se salámem).<sup>88</sup> Pravidelnější stravovací režim pak mají děti, které ráno snídají (nejčastěji sladké pečivo, či slané se salámem, sýrem či paštikou, ojediněle také cereálie s mlékem), následně dostávají do školy drobnou svačinu či menší finanční obnos na její zakoupení. Obědy mají buď ve školní jídelně, případně doma a pak večeří (někdy mají ještě mezi obědem a večeří další svačinu). O pravidelném stravovacím režimu u romských dětí se zmiňují i další autoři, kteří dále i popisují, že dítě v rodině dostává většinou to nejlepší a jeho potřeby jsou upřednostňovány oproti případným potřebám dospělých.<sup>89</sup> I v mém výzkumném souboru romské děti dostávaly oproti dospělým navíc jogurty a ovoce - v těchto rodinách udávali, že ovoce kupují kvůli dětem každý den, či ob den, i když se nejednalo o výlučné pravidlo - v některých rodinách byla konzumace ovoce v týdenním intervalu, případně byla součástí pouze stravy ve školních jídelnách.

Snídaně je často zastoupena sladkým pečivem, jogurty, rohlíkem se salámem, sýrem či paštikou u dětí. U dospělých je snídaně obdobná (nejsou však konzumovány jogurty), preferovány jsou naopak párky a salámy. V jednom případě byla snídaně zastoupena zbylým jídlem od předchozího oběda, avšak toto bylo konzumováno až okolo 10 hod. Uvědomuji si (pro případný další výzkum), že je třeba jasně definovat termín „snídaně“, neboť respondenty za tímto pojmem často asociovaly první jídlo dne, avšak v některých případech - viz výše, se jednalo téměř o oběd.

Co se obědů týče, nejčastěji konzumován (v různé preferenci) byl smažený (kuřecí či vepřový) řízek, který byl v různé frekvenci zastoupen u všech rodin. Řízek se jako nejčastější pokrm u Romů objevuje nejenom v mém výzkumu, ale i u ostatních autorů, kteří se tématem zabývají.<sup>90</sup> Dále častým jídlem byly různé omáčky (rajská, svíčková) s knedlíky, vepřové s knedlíkem a zelím, případně pečené kuře. Jedná se tedy veskrze o

---

<sup>88</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. a kol. *Kvalita života a sociální determinanty zdraví u Romů v České a Slovenské republice*. s. 187.

<sup>89</sup> Srov. URBAN, D., KAJANOVÁ, A., DAVIDOVÁ, E. Possible risks in the Romany child development. s. 236 - 246.

<sup>90</sup> KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 135.

typicky „česká jídla“. Pokud se podíváme i na oblast preference tradičních romských jídel,<sup>91</sup> nebyly tyto, kromě několika málo výjimek (halušky, které navíc nejsou tradičním romským jídlem, ale jídlem převzatým od majoritní slovenské populace, či goja) v mém výzkumném souboru zastoupeny. Tím docházím k podobným výsledkům jako Kajánová s Urbanem,<sup>92</sup> kteří popisují podobnou situaci – preference „českých jídel“ (omáčky, knedlíky, vepřová pečeně) namísto jídel romských, jejichž zastoupení v romském jídelníčku, dle jejich vyjádření, ubývá a je preferováno spíše starší generací. Podobné jsem zaznamenala i já – „tradiční romská jídla“ se vaří v malé frekvenci a jedná se (u mnou oslovených rodin) nejčastěji o tři pokrmy: goja, zelné listy a halušky. Navíc dvě rodiny označily za tradiční romské jídlo i vepřovou pečení, která však není (resp. nebyla) odbornými autory<sup>93</sup> za tradiční romské jídlo považována. Dle mého názoru se jedná o pokrm, který vlivem četné frekvence vaření v daných dvou rodinách natolik „ztradičněl“, že jej za tradiční považují. Může se v podstatě jednat o to samé, jako konzumace halušek, které romské rodiny také považují za tradiční romské jídlo. Přičemž se však dle Kajánové a Urbana jedná o pokrm typický spíše pro slovenskou majoritní populaci, který romské rodiny převzaly.<sup>94</sup> Dalo by se tedy uvažovat o tom, že podobně převzaly i zmíněné dvě rodiny vepřovou pečení za tradiční romský pokrm.

Večeře byly zastoupeny nejčastěji zbylým jídlem od oběda, případně bylo připravováno jídlo nové, které bylo druhem srovnatelné s obědem. S ohledem na tento fakt je třeba podotknout, že mnou oslovené romské rodiny jídlo (až na jednu výjimku) ohřívají, resp. nedojedené jídlo konzumují ještě i později, což dříve nebylo, podle Davidové, pro Romy typické – ti nedojedené jídlo vyhazovali.<sup>95</sup> Na tuto měnící se skutečnost (ohřívání či konzumace zbylého jídla)<sup>96</sup> upozorňuje i výzkum Grantové agentury České republiky (hl. řešitelkou byla PhDr. Eva Davidová, CSc.), kde bylo zjištěno podobné.<sup>97</sup>

Strava byla často volena ta, která zasytí - důležitější byla absence hladu, než složení jídelníčku. Preferenci určovala také chuť - „jíme to, co nám chutná“, přičemž se

---

<sup>91</sup> Za tradiční romská jídla považují dle Davidové (2004) např.: gója, holubky, pišot.

<sup>92</sup> Srov. KAJANOVÁ, A., URBAN, D. Nutrition (dietary habits) in selected Romany communities in south-czech voivodeship, in the context of health condition. s. 92.

<sup>93</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 82-90.

<sup>94</sup> Srov. KAJANOVÁ, A., URBAN, D. Nutrition (dietary habits) in selected Romany communities in south-czech voivodeship, in the context of health condition. s. 92.

<sup>95</sup> Srov. Tamtéž. s. 93

<sup>96</sup> To může mj. být zapříčiněno i tím, že Romové mají ledničky, což dříve nebylo samozřejmostí.

<sup>97</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. a kol. *Kvalita života a sociální determinanty zdraví u Romů v České a Slovenské republice*. s. 187.

povětšinou jednalo o tučná jídla (pečený bůček, párky, hranolky a pizza), případně sytá (moučná) jídla - halušky, knedlíky. Souhrnem lze říci, že konzumovány byly především energeticky bohaté a tučné pokrmy, nejčastěji smažené (hranolky, řízek, rybí prsty), či pečené (vepřový bůček). Zelenina v jídelníčku téměř absentovala - zmiňována byla pouze u jedné rodiny jako příloha, případně pak u dalších jako mražená zelenina do polévky.

Polotovary byly poměrně často zastoupeny, především v podobě knedlíků a mražené pizzy - ta byla nakupována a konzumována nejčastěji. Dále se jedná o rybí prsty, mražené výrobky, hotové omáčky a instantní polévky. Zajímavé je, že tyto potraviny byly nakupovány i v těch rodinách, kde byla respondentka nezaměstnaná, a tudíž by se dal předpokládat dostatek času na přípravu těchto jídel. Polotovary tedy nebyly, z mého pohledu, preferovány jako nástroj urychlení přípravy jídla, převládala zde preference chuti.<sup>98</sup>

Popsané stravovací návyky, tedy preference sytých a tučných jídel, pečených bůčků a konzumace polotovarů, případně stravování v rychlém občerstvení, a zároveň absence zeleniny, zmiňují i všechny výše prezentovaní autoři.<sup>99</sup> Zároveň je třeba si uvědomit, že tento druh stravování není obecnými stravovacími normami (např. výživovou pyramidou) hodnoceno jako zdravé.<sup>100</sup> Navíc s ohledem na to, že strava u dětí (jakmile přestaly být kojeny) byla obdobná jako u dospělých, může tedy ovlivňovat jednak jejich chuťové preference do budoucna a zároveň i jejich zdravotní stav, protože výživa a stravování je pojímáno jako jedna ze sociálních determinant zdraví.<sup>101</sup> Pokud si uvědomíme, že tučná a mastná jídla přinášejí vysoké riziko vzniku celé řady onemocnění (např. obezita, kardiovaskulární onemocnění),<sup>102</sup> pak toto ovlivňování zdravotního stavu stylem stravování bude spíše negativním směrem.

Tento negativní způsob stravování si respondentky uvědomují, subjektivně hodnotí svou životosprávu jako nezdravou a jsou si vědomi toho, že konzumují tučná jídla, přejídají se, případně nekonzumují dostatek některých „zdravých“ potravin (např. zeleninu). Zeleninu, společně s mléčnými výrobky, rybou, ovocem a některými dalšími potravinami pak považují za zdravé. Se svým jídelníčkem však nechtějí nic dělat, neboť

---

<sup>98</sup> Toto tvrzení však nemám podložené výpověďmi. Jedná se pouze o mou úvahu.

<sup>99</sup> KAJANOVÁ, A. (2009), KAJANOVÁ, A., URBAN, D. (2010), NESVADBOVÁ, L. (2003)

<sup>100</sup> Srov. WEBSTER-GANDY, J., MADDEN, A., HOLDSWORTH, M. *Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics*.

<sup>101</sup> Srov. WILKINSON, R., MARMOT, M. *Sociální determinanty zdraví: Fakta a souvislosti*. s. 42.

<sup>102</sup> Srov. FRAŇKOVÁ, S., DVORÁKOVÁ-JANŮ, V. *Psychologie výživy a sociální aspekty jídla*. s. 22.

nejčastěji preferují chuť před zdravou životosprávou, případně na zdravý způsob stravování nemají dostatek financí a důležitější je „nemít hlad, než jíst zdravě“.

Poslední, mnou sledovanou oblastí, byl pitný režim. Ten je zabezpečen především sladkými limonádami (pomerančové, citronové), které jsou konzumovány především dětmi. Dále všechny respondentky uvedly, že se v rodině konzumuje káva, přičemž ta byla hodnocena spíše jako typicky ženský nápoj a pivo, které bylo dále uváděno jako konzumovaná tekutina, bylo spíše typicky mužským nápojem. Rodiny se snažily na nápojích šetřit, kupovaly především levnější varianty limonád, případně náhražky Coly.

Podobně tomu bylo i s nákupem potravin. V některých případech totiž byly nakupovány levnější varianty. Typické toto bylo např. u salámů, sýrů, případně i u masa (levnější kuřecí oproti dražšímu vepřovému či hovězímu – to v podstatě nebylo zmíněno ani jednou z rodin).

## 7 Závěr

Cílem mé bakalářské práce bylo popsat stravovací návyků u Romů žijících v sociálně vyloučené lokalitě sídliště Máj (ulice V. Volfova) v Českých Budějovicích.

Na základě zjištění, popsaných v teoretické části této práce, jsem si vydefinovala celkem 6 okruhů (oblastí), na které jsem se dotazovala v 10 romských rodinách. Tento výzkumný soubor byl do jisté míry heterogenní - ve smyslu úplnosti rodiny (setkala jsem se ve dvou případech s matkou samoživitelkou) a generačního zastoupení (pět dvou generačních a pět tří generačních rodin).

Prostřednictvím rozboru získaných dat z mého šetření mohu závěrem konstatovat, že stravovací návyky u mnou oslovených rodin jsou v několika ohledech odlišné oproti obecným doporučením a zásadám zdravé výživy a životosprávy. Jednak v rámci frekvence stravování jsem zaznamenala vynechávání některého z jídel (nejčastěji snídaně), případně tímto „prvním jídlem dne“<sup>103</sup> byly tučné a energeticky bohaté pokrmy (např. vepřové, knedlík a zelí). Dle mého zjištění by bylo pro příští výzkum potřeba jasněji vymezit termín „snídaně“, neboť já s ním mám spojenou konzumaci potravin nejčastěji v časovém rozmezí do cca. 9 hod, avšak respondentky za snídani uváděly např. i jídlo konzumované okolo 10 až 11 hodiny.

Dále jsem zaznamenala nízkou míru konzumace zeleniny (nejčastěji pouze v mražené podobě jako součást polévky) a ovoce, které bylo součástí stravy výhradně dětí. Naopak pravidelná byla konzumace masa a masných výrobků, nejčastěji pak upravovaná pečením (pečený bůček), či smažením (smažený vepřový či kuřecí řízek).

Nakupované potraviny byly respondentkami charakterizovány jako „levnější“, kdy se snažily na těchto potravinách šetřit tím, že nakupovaly levnější varianty či náhražky. Důležitějším pro ně byla preference nízké ceny a většího množství oproti vyšší kvalitě potravin - „hlavně abychom neměli hlad“. Na základě tohoto zjištění stanovuji hypotézu, že H1: **„Romové v sociálně vyloučených lokalitách preferují množství potravin (kvantitu), před kvalitou“**.

Některé respondentky také vypovídaly, že se členové stravují individuálně v průběhu celého dne a také že je v některých případech běžná větší míra konzumovaných potravin (přejídání se). Zvláště děti měly otevřený přístup

---

<sup>103</sup> Záměrně nepoužívám termín snídaně, protože se jednalo o stravu okolo 10 až 11 hod, což bych již spíše považovala za oběd.

k potravinám a stravě, pro ně musí vždy být něco připraveno (pečivo, sladkost), aby si tak kdykoliv mohly „něco vzít“.

Dále z mého zjištění vyplývá, že se v rodinách přestává vařit tradiční romské pokrmy, které byly tradiční v dřívějších dobách (např. holubky, goja aj.).<sup>104</sup> Naopak se tradičními (tedy těmi, které převládají v jídelníčku) stávají jídla typu vepřové, knedlík a zelí, případně smažený řízek. Dle mého názoru se jedná o podobnou situaci přebírání jídelníčku, jako tomu bylo na Slovensku s haluškami - ty také Romové v současné době považují za „tradiční romské jídlo“.<sup>105</sup> Proto stanovuji hypotézu H2: **„Tradičními romskými pokrmy se stávají převzatá jídla od majority.“** S ohledem na tuto hypotézu bychom se mohli dále i zamyslet nad tím, do jaké míry jsou stravovací návyky vůbec odlišné od návyků majoritní společnosti, resp. v jaké míře Romové tyto majoritní stravovací návyky napodobují.

Pitný režim byl nejčastěji zastoupen slazenými limonádami, dále kávou (nejčastěji konzumovanou ženou) a pivem. Snaha o finanční úsporu byla patrná i zde, neboť byly nakupovány cenově levnější druhy limonád.

Ačkoliv i samotné respondentky hodnotily svůj jídelníček jako „nezdravý“, nechtěly by jej měnit. Jednak udávají, že jim konzumované potraviny chutnají a dále i to, že na zdravější stravu nemají dostatek financí. Z těchto zjištění vyvozují následující hypotézu H3: **„Romové v sociálně vyloučených lokalitách znají zásady správné životosprávy (resp. vědí, co je nezdravé), ale tyto zásady nedodržují z finančních důvodů“.** Ve svém výzkumu jsem však nezaznamenala situaci, že by rodina uváděla, že nemá dostatek finančních prostředků na potravu. I v případě, že koncem měsíce (v době před výplatou) scházely tyto prostředky, dokázaly s nimi respondentky „vyjít“. Jako námět pro případné další výzkumné šetření lze uvažovat následující hypotézu H4: **„Romové v sociálně vyloučených lokalitách s ohledem na klesající množství finančních prostředků snižují kvalitu nakupovaných potravin (kupují levnější potraviny)“.**

Dle mého názoru jsem tedy stanovený cíl práce naplnila, neboť se mi podařilo popsat stravovací návyky u vybraných obyvatel sociálně vyloučené lokality v Českých Budějovicích. Navíc uvádím některé souvislosti, které případně dané stravovací návyky způsobují (např. preference chuti, nedostatek financí, neochota měnit jídelníček aj.).

---

<sup>104</sup> Srov. DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990*. s. 88.

<sup>105</sup> Srov. KAJANOVÁ, A. *Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit*. s. 135.



Jsem si však vědoma i možného zkreslení výsledků mého výzkumu, způsobené výběrem lokality, kdy sídliště Máj (ulice V. Volfa) je sice označováno za sociálně vyloučenou lokalitu, avšak se nejedná o prostorově vyloučenou sociální lokalitu. V blízkosti je dostatečná infrastruktura (obchody s potravinami), kde si mohou obyvatelé této lokality nakoupit široké spektrum (čerstvých) potravin. Výsledky výzkumu by tedy mohly být jiné v případě, že bych své šetření realizovala v prostorově vyloučené lokalitě.

Další možné zkreslení může plynout z toho důvodu, že tazatelkou byla zástupkyně majoritní společnosti, kdy výpovědi respondentek mohly být tímto faktem ovlivněné (např. snaha ukázat se v „lepší obrázce“), či tendencí Romů odpovídat to, co chce tazatel slyšet.<sup>106</sup>

Výsledky mého výzkumu jsou do jisté míry specifické s ohledem na vybranou lokalitu (viz výše), avšak v některých oblastech se shodují s obecnými poznatky z jiných výzkumných šetření<sup>107</sup> v tom slova smyslu, že mnou oslovení respondenti taktéž konzumují tučná jídla, přejídají se, pijí slazené nápoje. V jídelníčku dále absentuje zelenina, ovoce, mléčné výrobky a ryby, naopak převažuje maso a některé masné výrobky s nízkým podílem masa typu kabanos, špekáčky, Gothaj aj. Z toho vyplývá, že H5: **„Stravovací návyky u sociálně vyloučených Romů závisí na umístění lokality“** (jako jedním z faktorů, neboť je pravděpodobné, že těchto faktorů, ovlivňujících výsledky, může být více).

Pokud bychom se zamysleli nad stravovacími návyky Romů a snažili bychom se hovořit o „specifičnosti“ těchto návyků, museli bychom však nejdříve porovnat tyto stravovací návyky s majoritní populací.

---

<sup>106</sup> KAJANOVÁ, A., URBAN, D. *Klady kvalitativního výzkumu u cílové skupiny romských komunit na příkladu jednoho výzkumu*. Nitra: Fakulta sociálních věd a zdravotnictva, Univerzita Konstantina Filozofa v Nitre. 2010. s. 173.

<sup>107</sup> Např. výzkum projektu GAČR č. 403/07/0336, prezentovaný Davidovou a kol. (2010).

## 8 Seznam použitých zdrojů

*Analýza sociálně vyloučených romských lokalit a komunit v České republice a absorpční kapacity subjektů působících v této oblasti (říjen 2005 - červenec 2006).* [online]. [cit. 2008-06-06]. Dostupné z: <[http://www.gabal.cz/documents/brozura\\_4.pdf](http://www.gabal.cz/documents/brozura_4.pdf)>

BALVÍN, J., KWADRANS, L. *Situation of Roma Minority in Czech, Poland and Slovakia.* Wrocław: Foundation of Social Integration Prom, 2009. ISBN 978-83-928354-1-7.

BERNASOVSKÝ, I., BERNASOVSKÁ, J. *Antropology of Romanies (Gypsies): Auxological and Anthropogenetical Study.* Brno: Nauma, 1999. ISBN 80-86258-05-X.

CROWE, D., M. *A History of the Gypsies of Eastern Europe and Russia,* New York: Martin's Griffin, 1996. ISBN 0-312-12946-7.

DAVIDOVÁ, E. *Romano drom – Cesty Romů 1945 – 1990.* Olomouc: Univerzita Palackého, 2004. 273 s. ISBN 80-244-0524-5.

DAVIDOVÁ, E. a kol. *Kvalita života a sociální determinanty zdraví u Romů v České a Slovenské republice.* Praha: Triton, 2010. ISBN 978-80-7387-428-5.

DĚDIČ, M. *Škola bez kázně.* České Budějovice: Jihočeské nakladatelství, 1985. ISBN neuvedeno.

ELICHOVÁ, Markéta. Sonda do zdravotního stavu a životního stylu českobudějovických Romů. *Kontakt*, 2004, č. 6, s. 203 – 246. ISSN: 1212-4117.

FRAŇKOVÁ, S., DVOŘÁKOVÁ-JANŮ, V. *Psychologie výživy a sociální aspekty jídla.* Praha: Nakladatelství Karolinum, 2003. ISBN 80-246-0548-1.

HAINEROVÁ, A. I. *Dětská obezita.* Praha: Maxdorf, 2010. 978-80-7345-196-7

HIRT, T., JAKOUBEK, M., *Romové v osidlech sociálního vyloučení.* Plzeň: Aleš Čeněk, 2006. 414 s. ISBN 80-86898-76-8.s

HOLČÍK, J., KOUPILOVÁ, I. Sociální determinanty zdraví. Základní fakta a doporučení pro praxi v kontextu programu Zdravá města. *Časopis lékařů českých*, 2001, roč. 1, č. 140, s. 3 - 7.

KAJANOVÁ, A. Sociální determinanty zdraví vybraných romských komunit. České Budějovice, 2009. Disertační práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Zdravotně sociální fakulta. Katedra sociální práce a sociální politiky. Vedoucí práce E. Davidová.

KAJANOVÁ, A., URBAN, D., KUBELOVÁ, V., DAVIDOVÁ, E. Změna tradičního postavení romské ženy v romské rodině a české společnosti. *Zdravotnictvo a sociální práca.* 2009, roč. 4, č. 1-2. ISSN 1336-9326.

KAJANOVÁ, A., URBAN, D. Klady kvalitativního výzkumu u cílové skupiny romských komunit na příkladu jednoho výzkumu. In. Dni sociální práce a InteRRa 8. Sociální sféra Slovenskej republiky a sociální práce. Nitra: Fakulta sociálních věd a zdravotnictva, Univerzita Konstantina Filozofa v Nitre. 2010. s. 167 – 176. ISBN 978-80-8094-659-3.

KUNOVÁ, V. *Zdravá výživa*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004. 136 s. ISBN 80-247-0736-5.

LACKOVÁ, E. Narodila jsme se pod šťastnou hvězdou. Praha: Triáda, 2010. ISBN 978-80-87256-20-6

MARMOT, M., WILKINSON, R. *Sociální determinanty zdraví. Fakta a souvislosti*. Kostelec nad Černými lesy: Institut zdravotní politiky a ekonomiky, 2005. 52 s. ISBN 80-86625-46-X.

Ministerstvo zdravotnictví České republiky. [online]. [cit. 201-01-21]. Dostupné z: <<http://www.mzcr.cz>>.

NESVADBOVÁ, L., et al. Determinanty zdraví romské populace v České republice 1999-2001. *Praktický lékař*, 2003, roč. 3, č. 83, s. 139-145.

NESVADBOVÁ, L., ŠANDERA, J., HABERLOVÁ, V. *Sastipen. Romská populace a zdraví*. Národní zpráva. Praha, 2009.

PETRÁŠOVÁ, D., SANITRIKOVÁ, Z., KOPROVIČOVÁ, J., BERTKOVÁ, I., ŽOFČÁKOVÁ, M., KUČHTA, M. Porovnanie lipidových markerov v majoritnej detskej populácii s rómskou populáciou. Životné podmienky a zdravie, 2006. (další údaje nejsou známy)

ŘÍČAN, P. *S Romy žít budeme – jde o to jak*. Praha: Portál, 1998. 142 s. ISBN 80-7178-250-5.

URBAN, D., KAJANOVÁ, A., DAVIDOVÁ, E. Possible risks in the Romany child development. *Journal of Health Science Management and Public Health*, 2008, vol. 9, no. 2, s. 236 - 246. ISSN 1512-0651.

URBAN, D., KAJANOVÁ, A. Social work in socially excluded areas aimed at the practical prevention of social pathology - České Budějovice. *Sociální práce/Sociální práca*, 2009, roč. 9, č. 2. ISSN 1213-6204.

URBAN, D., KOUBA, J., MIŽIGÁR, M. Analýza romských obyvatel v Jihočeském kraji, především v Písku a v Českých Budějovicích, 2010. (další údaje neuvedeny).

Ústav zdravotnických informací a statistiky České republiky. [online]. [cit. 201-01-21]. Dostupné z: <<http://www.uzis.cz>>.

WEBSTER-GANDY, J., MADDEN, A., HOLDSWORTH, M. *Oxford Handbook of Nutrition and Dietetics*. Oxford: Oxford University Press, 2006. ISBN 0-19-856725-1.

YOORS, J. *The Gypsies*. Long Grove: Waveland, rok neuveden. ISBN 0-88133-305-0.

## **9 Seznam příloh**

- Příloha I.: Okruhy otázek k rozhovorům s respondenty
- Příloha II.: Kasuistika č. 1
- Příloha III.: Kasuistika č. 2
- Příloha IV.: Kasuistika č. 3
- Příloha V.: Kasuistika č. 4
- Příloha VI.: Kasuistika č. 5
- Příloha VII.: Kasuistika č. 6
- Příloha VIII.: Kasuistika č. 7
- Příloha IX.: Kasuistika č. 8
- Příloha X.: Kasuistika č. 9
- Příloha XI.: Kasuistika č. 10

# **Příloha I.: Okruhy otázek k rozhovorům s respondenty**

## **Identifikační otázky**

Považujete se za romskou rodinu?

## **Frekvence stravování**

V kolik hodin vstáváte? V kolik hodin snídáte? V kolik hodin obědváte? V kolik hodin večeříte?

Jíte pravidelně (snídaně, oběd, večeře)?

Dáváte dětem do školy svačiny (nebo peníze)?

Kolikrát týdně jíte maso?

Jak často jíte maso?

Kolikrát týdně jíte ovoce?

Jak často jíte zeleninu?

Jak často jíte sladkosti? Jak často jíte brambůrky?

## **Kvantita konzumovaných potravin**

Kolikrát denně jíte?

Stává se Vám, že nemáte dostatek peněz na nákup potravin?

Při nákupu potravin upřednostňujete kvalitu či kvantitu potravin?

## **Kvalita konzumovaných potravin**

Co nejčastěji snídáte?

Míváte teplé večeře? Co máte nejčastěji k večeři?

Můžete mi popsat co jste měli minulý týden k jídlu?

Kde jí děti? Doma nebo ve škole? Oddělujete dětem stravu?

Jíte uzeniny? Jaké? (konkrétně popř. i cenu)

Pečete nějaké moučníky?

Kupujete polotovary? Jak často je jíte?

Ohříváte jídlo, které zbude z předešlého dne?

## **Pitný režim**

Kolik skleniček tekutin denně vypijete?

Jaký druh nápoje (popř. i cenu) nakupujete a v jakém množství?

Pijete kávu? Kolikrát denně?

### **Konzumace tradičních romských jídel**

Co považujete za tradiční romská jídla? Děláte tradiční romská jídla (goja, halušky, zelné listy,...)? Jak často?

### **Představa správné životosprávy**

Myslíte si, že jíte zdravě?

Co je podle vás zdravé (popř. vyjmenovat potraviny)?

Chtěli by jste něco změnit ve svém jídelníčku?

## Příloha II.: Kasuistika č. 1

### Kasuistika č. 1

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 6 osob, matka 40 let, dcera 21 let, děti 5, 4, 2, 0,5 let

V rodině žije 6 osob - matka, dcera, její 4 děti. Od matky odešel otec, když bylo jejich mladší dceři 7 let, které je nyní 21let a žije u matky. S otcem měla matka ještě jednu dceru, která ale žije s manželem a dětmi mimo tuto domácnost. Matka si již nového partnera nenašla. Nyní je jí 40 let. Dceři je 21 let, má již 4 děti ve věku 0,5, 2, 4, 5. Se svým přítelem a otcem všech dětí se nyní pohádala a on bydlí u rodičů. Rodina je na tom nyní finančně špatně (otec dětí přispíval na domácnost, jako jediný z rodiny pracoval), momentálně přemýšlejí, že si půjčí nějaké peníze, aby měli na jídlo a základní potřeby. Matka nepracuje, je registrovaná na úřadu práce, nepobírá ID ani podporu v nezaměstnanosti. Dcera je na rodičovské dovolené a pobírá sociální dávky, dávky hmotné nouzi.

Rodina žije v bytě na Máji v pronájmu ve vyloučené lokalitě Volfova. Dispozice bytu je 3+1 s velkou halou, kde je jídelní stůl. Když jsem do bytu vešla, zrovna uklízeli a v celém bytě byla cítit desinfekce. Dcera prý natřela celé dřevěné skříně v předsíni Savem. V bytě bylo celkem teplo, ale byl skromně zařízený – žádné obrazy atd.

Na návštěvu jsem šla se sociální pracovníkem a zároveň známým rodiny, který je předem informoval o tom, že přijdu a na co se jich budu ptát.

Rozhovor jsem vedla s matkou, kterou občas doplňovala dcera, která jí pomáhá v domácnosti s vařením. Stravovací návyky předává matka na dceru. Dcera již od cca. 13-ti let pomáhala matce s vařením, učila se od ní. Matka se takto učila zase od své matky. Díky tomu také vaří i tradiční Romská jídla (holubky, halušky, goju), ale oproti dřívější době to není již tak časté, spíše, když mají chuť.

Rodina nedodržuje určitý stravovací řád. Jí nepravidelně, podle toho, kdo jak má chuť a hlad. Matka vypověděla, že jí v podstatě celý den. Včera prý uvařila těstoviny a potom je celý den ujídali, vždy po kouskách. „*Vždy někdo z rodiny přijde, lžící si nabere z pekáče a takhle se to dělá celý den až do večere, kdy se dělá nové jídlo.*“ Nefunguje to tedy tak, jak je to běžné, že si rodina sedne k obědu a nají se pohromadě. U nich je stravování velmi individuální. Pokaždé se také sní to, co se uvaří. Když jídlo

zbude do druhého dne, tak jídlo ohřejí, nikdy to nevyhazují, ale většinou nezbude do druhého dne nic, vše se většinou sní ten samý den.

Dcera vstává většinou mezi devátou a desátou hodinou ranní. Matka s vnoučaty vstává okolo půl osmé hodiny ranní. Vede dvě starší vnoučata na osmou hodinu do školky. Děti doma před odchodem nesnídají, mají ve školce svačinu. Matka snídá až když přijde ze školky. K snídani mají většinou rohlík se salámem a sýrem. Velmi často mívají také párek s rohlíkem. Při snídani pijí pravidelně kafe a k tomu si dají cigaretu. Podle výpovědi respondenty je po ránu cigareta a káva to základní: „*No, já si dám ráno vždycky hned jak vstanu cigáro a kafe, to je to nejlepší, takhle po ránu, bez toho nejde pak ani fungovat.*“

Dospělí a dvě mladší děti (kojené) jí doma, dvě starší děti, které jsou ve školce, obědvají tam. Doma obědvají okolo jedné až druhé hodiny, někdy i později, podle toho, jak složité jídlo se vaří. Proto často kupují polotovary, aby to bylo rychle udělané a neměla s tím tolik práce (mraženou pizzu, mražené ovocné knedlíky, hotové omáčky). Tento týden měli podle výpovědi respondenty k obědu zapečené těstoviny, dále halušky (ty dělají prý velmi často, tak třikrát až čtyřikrát do měsíce), špageti, řízky a minulý týden dělala po dlouhé době goju: „*Teď jsem zrovna asi po půl roce děla goju, kterou jinak moc často nedělám.*“

Večeře vaří každý den teplé, většinou nějakou polévku (bramboračku, kuřecí, zeleninový vývar nebo vývar z uzeného masa s kroupami) nebo lehčí jídlo (lečo, pizzu, langoše). Večeře bývá okolo 19-22 hodiny, podle toho, jak má kdo hlad, nejedná se tedy o přesně vymezenou dobu.

Na otázku, zda vaří tradiční romská jídla, odpověděla respondentka že ano – plněné zelí, góju, halušky, vepřovou pečení.<sup>108</sup> Maso jí prý každý den, bez masa není podle respondentky jídlo. Dávají ho všude (na špagety salám, do zapečených těstovin kuřecí maso). Rybu jí pouze na Vánoce a to naloženou. Přes rok jí vůbec nejí. Salám většinou kupují camping nebo vysočinu, tu prý mají nejvíce rádi, hlavně děti. Snaží se kupovat vždy to nejlevnější, ale jim to chutná i tak. Sýry jí tak obden, většinou k snídani nebo k svačině na rohlík. Jogurty jí denně, hlavně kvůli dětem, dospělí je nejí, ale děti je mají rádi. Ovoce jí také každý den (při návštěvě mi jedno z dětí nabízel čerstvou mandarinku). Zeleninu kupují většinou jednou za týden, ale jí ji téměř každý den – zelí, rajčata, mrkev, pórek, cibuli a česnek. Sladkosti a brambůrky prý moc nekupují, ale děti

---

<sup>108</sup> zde se nejedná o tradiční romské jídlo, ale je zajímavé, že to za romské jídlo označili



je mají rádi, tak jednou až dvakrát za týden něco sladkého koupí, většinou se jedná o čokoládu nebo bonbony, děti to sní okamžitě ještě ten den. Na dětech se snaží nešetřit, koupí jim většinou, co chtějí - sladkosti, bonbony. Podle respondentky to k dětství prostě patří. Když byla respondentka ve věku dítěte, tak moc sladkého neměli, tak si přeje, aby to měli alespoň její děti a vnoučata.

Dětem stravu neoddělují, dávají jim to, co dospělým: *„Dětem stravu neoddělujeme, dáváme jim to, co dospělým, jakmile se přestane kojit. Kojí se ale u nás dlouho, třeba i do dvou až tří let, jak to jde. Dcera se snaží kojit vždy co nejdéle. Většinou kojila starší dítě do doby, než se narodilo další, ale mezi šesti a osmi měsíci začínala přikrmovat, aby nemělo dítě hlad, protože pak brečí. Potom dostávají už normální jídlo, které mají dospělí.“*

K pití mají většinou koupené sladké limonády, citrónky a také levné náhražky koly (pravou Coca Colu nekupují kvůli její finanční náročnosti, podle respondentky to nemá smysl, když se tak rychle vypije: *„Občas kupujeme kolu, ale tu levnou, takový ty náhražky. Ta pravá je moc drahá.“*). Podle respondenty pijí dostatečné množství tekutin. Vypijí tak dva litry denně každý. Často pijí kávu (sama jsem na návštěvě dostala k pití mletou kávu a citrónovou limonádu).

Když jsem se ptala na to, zda si myslí, že jí zdravě odpověděla negativně. Podle respondentky jí nezdravá jídla a také není zdravé kouřit. Na otázku, co je podle nich zdravé odpověděli, že je zdravé jíst menší dávky a častěji a také hodně zeleniny, mléko, ryby a jogurty. Podle respondentky jim to ale takto vyhovuje a nic by změnit nechtěli, sice ví, že nejí zdravě, ale nevdí jim to a ani by nechtěli nic zlepšit. Podle respondentky jim to takto vyhovuje a na jiné jídlo by si ani nezvykli. U nich v rodině mají všichni rádi tučná jídla (pečený bůček) a nikdo by si místo toho nedal třeba zeleninu - např. salát.

## Příloha III.: Kasuistika č. 2

### Kasuistika č. 2

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 6 osob, otec 36 let, matka 36 let, děti 14, 13, 11, 9 let

V domácnosti žije šest členů. Dva dospělí – otec ve věku 36 let, matka 36 let, mají čtyři děti ve věku 9, 11, 13 a 14 let. Otec nepracuje, je registrován na úřadu práce, před necelým rokem se vrátil z výkonu trestu. Matka pracuje na poloviční úvazek v úklidové službě, pracuje především v odpoledních hodinách, tak má dopoledne čas na vaření.

Rodina žije ve Volfově ulici v bytě 4+1. Rozhovor jsem vedla s matkou, která se stará o domácnost a vaří, přítomen byl také otec a nejmladší syn M., který do rozhovoru občas vstupoval.

O četnosti stravování říká, že nemají žádný řád, když mají hlad, tak se prostě nají, jí celý den – „*U nás se jí jako kdo chce, jak má kdo hlad. Nemáme nějaký společný řád, jako že bychom třeba všichni se v určitou dobu navečeřeli.*“

Respondentka vypověděla, že k snídani mívají to, co jim zbude od oběda, klidně i vepřovou pečení nebo knedlíky s omáčkou nebo když nic nezůstane, tak si dojdou něco koupit – rohlíky, chleba, s pomazánkou, se salámem – vysočina, gothaj nebo párky (např. debrecínské), sýry téměř nejí, jenom občas tavený. Otec vstává okolo 10-11 hodiny a matka podle toho, jestli jdou děti do školy, když ano, tak vstává v sedm, když jsou třeba nemocní nebo je víkend, tak vstává taky pozdě, třeba až v 10 hodin. Když děti nejsou ve škole (jednou do měsíce jsou nemocní - chytí to od sebe navzájem) nebo o víkendu, vstávají děti dříve než rodiče (mezi osmou a devátou ranní). Když mají hlad, tak si sami vezmou, co je v ledničce. Když není nakoupeno nebo nezbylo žádné jídlo z předešlého dne, tak chodí na snídani k tetě. Teta jim dá většinou nějaké buchty nebo bábovku nebo u ní mají rohlík se salámem. Na oběd jsou pak už většinou doma.

Děti obědvají ve škole okolo 12-13 hod., rodiče jí doma také okolo poledne. K obědu mívají často omáčky s knedlíky, polévky (otec doplňuje, že ty umí matka nejlépe), do polévky dělá domácí nudle, krájí je nožem, dělají spíše tradiční romská jídla –goja (střívky na goju dříve kupovali nedaleko svého bydliště, ale to již zrušili, tak jezdí pro střívka do Suchého Vrbného přes celé město), balené zelené listy, o víkendu v sobotu a neděli se střídají vždy řízky s vepřovou pečením. Maso jí každý den, také mají

každý den ovoce a zeleninu. Když jim třeba druhý den dojde, tak koupí hned další. Nejvíce ovoce sní děti, mají nejradši mandarinky a banány. každý z dětí sní jeden až dva banány nebo mandarinky denně. Jablka jí spíše dospělí - tak jedno až dvě denně. Zeleninu kupují do polévky (mrkev, petržel, celer, pórek), ale také jí syrovou - např. rajčata, papriky, ředkvičky, kedlubny. Zeleninu jedí k snídani a k svačině, děti ji moc rádi nemají, ale dospělí sní tak dvě až tři rajčata denně.

Jogurty jí spíše děti – nejčastěji lipánky. Dětem každý den kupují sušenky, brambůrky a různé sladkosti (syn mi nabízel při návštěvě brambůrky, v průběhu mé návštěvy snědl sám celý pytlík). Ryby nejí vůbec, nejsou zvyklí, na Vánoce mají radši řízek, celkově řízek je neoblíbenější jídlo. I děti ho mají nejradši, jedí ho už odmala, jsou na něj zvyklí.

Večeři mívají někdy teplou, ale někdy není nic, co by zbylo od oběda, nebo matka neuvaří, tak je k večeři nějaký salám nebo kabanos s rohlíkem a nějakou zeleninou, třeba s rajčetem. Večeří většinou mezi 20 – 22 hod. večer. Někdy i déle, pokud se dívají na televizi a dostanou hlad.

Stále mívají něco upečeného, nějaký moučník – bábovku nebo dort. To mají proto, když někdo přijde na návštěvu, tak aby mu mohli něco dát k jídlu. Když nemají momentálně nic upečeno, tak dají návštěvě alespoň něco od oběda nebo z minulého dne, protože, když k nim přijde návštěva, tak jim vždy dají něco najíst. I mě byla při návštěvě nabídnuta večeře – maso s omáčkou a knedlíky. Na stole byla také čokoládová bábovka. Respondentka vypověděla: „*No je to náročný, musí se pořád něco dělat, pořád tady něco musí být. Když někdo přijde, tak aby bylo co nabídnout.*“

Respondentka vypověděla, že za den vypije zhruba čtyři až pět káviček, otec také, jinak pijí vodu z kohoutku, ta ale dětem moc nechutná. Dále pak často pijí perlivou vodu smíchanou se šťávou, děti nejradši pijí sladké limonády a sifon nebo vodu se šťávou. Vypije se tak jedno balení limonád denně.

Na otázku, zda si myslí, že jí zdravě, jsem dostala odpověď, že nejspíš ne. Také respondentka uvedla, že preferují spíše kvantitu před kvalitou jídla. „*Nám je to jedno, jak jíme, jestli je to zdraví nebo ne, hlavně že nám to chutná. Důležitý je, že máme hezky vyzdobený byt a že je hodně toho jídla. Proto radši koupím něco levnýho, ale je toho pak hodně a každě se aspoň nají.*“ Za to také utrací nejvíc peněz – za jídlo a byt, utratí většinu peněz, co mají na měsíc. Na svém stravování by nic měnit nechtěli, jsou rádi, že se nají dosyta a to jim stačí.

Podle respondentky je zdravé jíst brambory, tvaroh, podmáslí, zeleninu a taky pít obyčejnou vodu. Ta je prý zdravá, ne ty limonády (toto tvrzení bylo zmíněno 3x za rozhovor jak od matky, tak od otce).

## **Příloha IV.: Kasuistika č. 3**

### **Kasuistika č. 3**

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 8 osob, otec 47 let, matka 42 let, děti 22, 21, 18, 17, 14, 7

V rodině žije 8 osob. Matka s otcem, kteří mají 6 dětí. Otec pracuje, matka se stará o dceru, která má sluchové postižení kombinované s autismem. Stáří dětí je 22, 21, 18, 17, 14 a 7 let. Matce je 42 let, otci 47.

Rodina žije v bytě na sídlišti Máj v pronajatém bytě. Velikost bytu je 2+1, je vidět, že je starý a také opotřebovaný, neproběhli zde dlouho žádné rekonstrukce.

Na návštěvu jsem šla se známým rodiny, návštěva nebyla předem ohlášená. Čekali jsme nějakou dobu, než přišla matka rodiny, abych s ní mohla provést rozhovor. Ona v rodině jako jediná vaří, ale děti chodí občas na jídlo k babičce, která bydlí v tom samém paneláku o patro výš. Stravovací návyky matka po babičce převzala jen částečně, nevaří tradiční romská jídla. Matce ani otci romská jídla nechutnají, jako malý se jich přejedli. Za tradiční romská jídla považují např. halušky, goju.

V rodině nepanuje žádný stravovací řád, členové rodiny jí tak, jak mají hlad. Společné jídlo je večere, děti jí ve školních jídelnách. O víkendech mají společné i obědy. Rodina vstává ve všední dny v sedm hodin ráno, otec již v 5 hodin ráno, nasnídá se a jde do práce. K snídani mívá chleba se sádlem, se špekem nebo škvarky, s kečupem nebo hořčicí, okurkou nebo cibulí. Salám kupují tak jednou týdně, trvanlivý a vydrží jim třeba týden nebo i déle, sýry nekupují, pouze tak třikrát do měsíce, když potřebují na zapečení. Spát chodí všichni okolo 24 hodiny v noci. O víkendu vstávají až okolo 11 - 12 hodiny (jeden ze synů vstával až poté, co jsme přišli – bylo okolo 15 hodin odpoledne).

Děti ráno nesnídají doma, ale většinou mají až oběd nebo si ve škole koupí nějakou svačinu – na tu dostávají peníze. O víkendu se rovnou obědvá – vstane se okolo 11 hodiny a proto je i dříve oběd. Když vstanou, dají si cigaretu a k tomu kafe, ale cigaretu ještě, než se jdou umýt – je to, to první, co udělají.

Často vaří k obědu kaši s uzenými kuřecími stehny, s uzeným masem, rýži se zelím a vepřovým masem, knedlíky s různými omáčkami (svíčková, rajská, omáčka s kyselými okurkami). Kaši kupují instantní, knedlíky také už hotové. Většinou vaří

jednou denně, ale když někdo přijde na návštěvu, tak mu dají najíst a pak už jim nic nezůstane, tak musí večer vařit znovu. Někdy toho naopak udělá hodně a nikdo nepřijde a pak to zůstane. To se dřív vyhazovalo, ale dneska to dá spíše do ledničky, ale někdy to taky vyhodí. Když k večeři nezůstane nic od oběda, tak se večer vaří znovu – to často dělají párky s kaší, zapečené těstoviny nebo vepřové přírodní plátky nebo řízky s kaší nebo bramborami. Večeří většinou mezi 17 – 19 hod., jak mají hlad.

Jednou nebo dvakrát do týdne peče buchty nebo bábovku. Tu mají děti na svačinu často s jogurtem, nebo si dají brambůrky. Na bobajky – to jsou buchtičky s mákem a máslem, musejí chodit k babičce, matka je nepeče, protože je neumí.

Většinou mají každý den maso. Děti jsou prý vybíraví a musí mít každý den maso. Prý se také hodně přejídají, jí hodně a pořád. Často kupují jogurty (Dobrá máma, Jogobella, Pieroty), děti sní tak dva až tři jogurty týdně. Zeleninu moc nejí, tak jednou za týden koupí okurku, papriky nebo rajčata a mají to tak dva dny, většinou k obědu jako přílohu. Také jí obden mandarinky a jablka (na stole je vidět mísa s ovocem). Ryby nejí, výjimečně lososa. Ani na Vánoce nemají kapra, ale řízek. Na rybě jim vadí kosti, tak jí nejí.

Nejmladší dcera (se sluchovým postižením a autismem) musí mít pořád něco sladkého, jí i samotný cukr, prý jí to chutná a tak jí to dovolují. Pokud by jí to zakázali, tak se vzteká a to nikdo nechce, protože je pak protivná a je s ní také špatná komunikace. Celkově hodně jí, má prý stále hlad (když přišli s matkou, dcera vzala lžící a zařukala s ní o hrnec, matka jí nandala na velký talíř dvě naběračky bramborové kaše, ohřála v mikrovlnce a dcera to za chvíli snědla, poté jí ještě přidala). *„Dcera se hodně plácá, chvíli jí slané, za chvíli sladké, stále něco jí, ale nikdy jí není špatně.“* Matce toto přejídání nevadí, nebo spíše to neřeší, když jí není špatně. Ví že to není zdravé, ale nechtějí jí to zakazovat, aby na ní nebyli zlí.

Děti jí odmala to samé, co rodiče, stravu jim nikdy nedělali jinou. Maximálně kupovali přesnídávkou nebo sunar.

K pití mají rodiče často kávu, vypijí tak čtyři skleničky denně každý. Otec pije pouze pivo, nic jiného pít nechce, vypije tak čtyři piva denně a o víkendu i víc. Matka a děti pijí často limonády – citrónky, když nemají limonádu, tak pijí vodu se šťávou. Nedodržují pitný režim, každý vypije tak čtyři skleničky denně (cca. 1L/osobu). My jsme na návštěvě dostali k pití na výběr ze tří druhů čajů a limonádu k tomu.

Myslí si, že jí převážně nezdravé z důvodu přejídání se, což jí vadí nejvíce u dětí: *„Vadí mi to, jak se přejídají, hlavně děti, ty jí vlastně celý den. A jsou vybíraví, oni*

*normálně nechtějí jíst nic bez masa.*“ Na svačiny jim dává většinou peníze, když je zrovna nemá, tak jim nedá nic. Ani neví, co si za peníze koupí. Ale myslí si, že spíše většinou nějakou sladkost (jen jedno za týden koupí nějaké sladkosti – lízátko, čokoládu, když to sní hned, tak nemají celý týden nic), protože doma toho tolik není, nebo si koupí cigarety. Brambůrky kupuje obden – Bohemia slané nebo paprikové.

Na otázku, co si myslí, že patří do zdravé stravy, odpověděla respondentka, že určitě zelenina, vajíčka, maso, máslo atd.<sup>109</sup> Na jídelníčku by nic měnit nechtěla, ale spíš to, jak se děti přejídají, aby toho jedli méně a nebyli tak vybíravý.

---

<sup>109</sup> představu o zdravé výživě moc nemají, neví, co to je, neví, co by jedli, když by chtěli jíst zdravě

## Příloha V.: Kasuistika č. 4

### Kasuistika č. 4

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 6 osob, otec 32 let, matka 27 let, děti 9, 7, 4 let, matka otce 61 let

V domácnosti žije šest členů, tři dospělí a tři děti. Matka je ve věku 27 let, otec ve věku 32 let, mají tři děti syna ve věku 9 let, ten chodí do školy, dceru ve věku sedm let, ta půjde do školy v září, měla odklad a pak ještě jednu dceru ve věku 4 roky. Teď jí zrovna skončila rodičovská dovolená, tak se musí jít zaregistrovat na úřad práce kvůli pojištění. Ale práci nehledá, protože se musí starat o matku otce, která s nimi žije v domácnosti. Je ve věku 61 let a má cukrovku a problémy se žaludkem a štítnou žlázou, je hodně nemocná. Na svou nemoc bere léky, má předepsanou také přísnou dietu, ale tu nedodrhuje. Respondentka vypověděla, že matka nechce k lékaři chodit: „*musíme jí k lékaři nutit, protože se máma pak bojí, co jí na to doktor řekne, má z toho pak špatné svědomí...*“

Otec nepracuje, jenom v létě, to chodí na stavby, ale teď žádná práce není, tak je doma. To jsou na tom vždy finančně hůř. „*...záleží na tom, jak má manžel brigády. Když se poštěstí a je práce, tak pak nakupuju víc. Jinak jsme se ale naučila vyjít i s malým obnosem peněz.*“

Rodina žije v malém bytě 3+1 na sídlišti Máj v Českých Budějovicích v ulici V. Volfa. Rozhovor jsem vedla v domácnosti s matkou, matka otce zde přítomná nebyla, ale občas s přípravou jídla pomáhá, spíše peče, vaření má na starosti matka.

Matka vypověděla, že u nich žádný řád ve stravování nemají. Každý jí tak, jak má hlad. Společný mají oběd, ale ne všichni, syn jí později, až když přijde ze školy a oni jsou už třeba najezení. Snídani má každý, tak jak vstane. Matka s tchyní vstávají brzy, okolo 7 hod. ranní. Společně se nasnídají a matka vypraví syna do školy – namaže mu k svačině rohlík s paštikou nebo s máslem a salámem nebo se sýrem, tchyně většinou ještě odpočívá, protože jí není často dobře. K snídani si dají koláč nebo buchty nebo rohlík s paštikou. Ostatní děti vstávají okolo 8-9 hod. ráno a u televize si dají buchty, mají rádi k snídani sladké. Když nic sladkého není, tak si dají také rohlík se salámem nebo sýrem. Sýr kupují tak jednou do týdne, jí ho tak obden. Jogurty moc rádi nemají, tak je matka ani nekupuje. Otec vstává okolo 9-10 hod. ráno, někdy i později,



podle toho, jestli třeba byli večer s kamarády v hospodě, to pak spí někdy i do poledne a rovnou obědvá a nesnídá. Když vstane dřív, tak si dá kafe a cigaretu a pak si dá rohlík s párkem nebo kabanosem či vajíčka se slaninou nebo špekem. Ty mu manželka dělá tak dvakrát nebo třikrát do týdne, podle toho, jestli jsou zrovna vajíčka. Vajíček se u nich spotřebuje velké množství, jí se smažená i vařená nebo je dávají také do pečení. Spotřebují tak tři balení po deseti týdne.

Oběd připravuje matka (respondentka), když nestíhá, tak jí pomáhá tchyně nebo ta zatím něco upeče, když matka vaří. Matka otce často peče, mají každý den něco sladkého, jsou prý takto zvyklí, mít stále něco na stole. Často matka otce peče kynuté buchty nebo bábovku. Mají to hlavně kvůli dětem, ty mají rádi sladké a taky, kvůli tomu, když přijde někdo na návštěvu (nám je nabídnuté pečivo z kynutého těsta s mákem – „jidášky“). Je to lepší, protože pak nemusí kupovat tak často sladkosti (max. koupí dětem jednou týdně čokoládu nebo bonbóny, sušenky nekupuje), spíše kupuje brambůrky, ty mají téměř každý den u televize. K obědu mívají často kuře, brambory, řízky, pečený bůček, také vaří tradiční romská jídla, mají je rádi, třeba goju nebo plněné zelné listy, také vaří halušky. Také vaří polévky – bramborovou, zelnou, kuřecí vývar. Všechno dělají domácí, kupovanou polévku by u nich nikdo nejedl, i knedlíky dělá domácí. „*Prostě jsem zvyklá dělat všechno domácí.*“ Oběd mívají okolo 12-13 hod. odpoledne. Matka otce by měla dodržovat dietu, neměla by jíst tučné a ani sladké a měla by jíst hodně zeleniny. Zeleninu ale moc nevaří, kupuje jí tak jednou do týdne do polévky (mrkev, kukuřici - mraženou) nebo v létě kupují rajčata a papriky. Respondentka vypověděla, že zeleninu v zimě moc nekupují, protože je pro ně moc drahá. Ovoce kupují tak jednou do týdne, hlavně pomeranče, mandarinky a jablka.

Maso jedí každý den, většinou vepřové (bůček, kotlety, krkovici), ale také mívají často kuřecí maso – to většinou pečené nebo zapečené s omáčkou.

Večeře bývá vždy teplá, studenou mají svačinu. To si každý bere, jak má hlad, celý den. Otec si často dá studené maso (bůček, pečení) s pečivem a hořčicí. Matka jí až večeři, přes den hlad moc nemá, při vaření stále ochutnává, proto je sytá.

K večeři mají často párky, kuře nebo kuřecí játra, vepřové maso na pánvi – smažené, nebo s omáčkou a smíchané s houbami. Večeři mají mezi 18-20 hod. jak se stíhá vařit. Jídlo od oběda se většinou dojíždají přes den nebo když něco málo zbude, tak se to vyhodí, ale to se moc často nestává. Večer je vždy uvařeno nové jídlo, aby to bylo čerstvé, nemají rádi ohřívání jídla, není to dobré, nechutná jim to.

Podle výpovědi respondentky dodržují pitný režim - často pijí limonády a vodu se šťávou (tak dva litry dospělí, děti tak jeden), kávu pijí také, ale tak dvě až tři denně, podle respondentky to není moc. Manžel pije pivo, hlavně k obědu a k večeři, ale někdy si dá i přes den. Také mají doma pálenku (kalvádos), který si jednou denně dají. To si dává i matka i tchyně, ta ale by neměla kvůli práškům, které bere, ale nenechá si to vymluvit. Pálenka je podle matky otce lepší než nějaké prášky (z výpovědi matky).

Respondentka také vypověděla, že si myslí, že jí nezdravě. Vyvodila to z toho, že podle ní je nejzdravější zelenina, kterou ale moc nejí, takže jí asi nezdravě. Dále je podle respondentky zdravé mléko, které také nepijí, ale dávají ho pouze do pečeni. Ryby nejí vůbec, nejsou na to zvyklí. Respondentky matka nikdy ryby nedělala, tak ona je taky nepřipravuje. Matku učila vařit tchyně, bydlí s nimi už dlouho. Ze začátku jí učila vařit její matka, ale když se odstěhovala k manželovi, tak jí to učila tchyně o kterou se teď stará.

Na otázku, zda by chtěli něco ve svém jídelníčku změnit, nebo zda by chtěli jíst zdravěji, respondentka odpověděla: „...*to si nemůžeme dovolit, zelenina je totiž strašně drahá a mléko a ryby nám nikomu nechutnají. Jíme to co jíme, jsme spokojení, hlavně že nám chutná.*“ Na otázku, zda jim nevadí, že je maso také drahé, respondentka odpověděla: „*Bez masa to není žádný jídel, to je základ, bez toho to nejde, tak ho kupovat musí. Radši dám peníze za to, než za zeleninu, stejně bychom měli pak hned hlad.*“

## **Příloha VI.: Kasuistika č. 5**

### **Kasuistika č. 5**

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 4 osoby, otec 35 let, matka 33 let, děti 13, 6 let

V rodině žijí čtyři členové, otec ve věku 35 let, matka ve věku 33 let. Mají dvě děti, dceru V. ve věku 13 let, syna D. ve věku 6 let. Rodina žije ve vyloučené lokalitě na sídlišti Máj v ulici V. Volfa. Mají v pronájmu byt o velikosti 3+1. Rozhovor jsem vedla v domácnosti s matkou, ale přítomny byli obě děti, tak jsem měla možnost doptávat se na nějaké otázky přímo jich. Matka i otec vykonávají veřejně prospěšné práce.

Rodiče vstávají okolo sedmé hodiny a pak jdou do práce. Ráno tedy nesnídají. Mají až svačinu, to si většinou koupí v obchodě nebo v pekařství - rohlík, často s párkem, pomazánkou, paštikou nebo anglickou slaninou. Dcera ráno nesnídá, do školy si bere buď svačinu (jedná se o sušenky, či cukroví), případně od matky dostává peníze (tak cca. 20 Kč na den), za které si koupí může nakoupit svačinu ve školním bufetu, většinou opět nějakou sladkost či brambůrky.

O víkendu snídá kuličky s mlékem nebo rohlík/chleba a na něm salám (paprikáš, vysočina), šunku (kuřecí, debrecínku) nebo si dává pečivou s nutelou. Obědvá ve školní jídelně, ale moc jí tam prý nechutná, tak se stejně nají pak, když přijde domů. V jídelně si může vybrat ze dvou jídel, tak si většinou dá knedlíky s omáčkou, to je na výběr často, třeba guláš, nikdy si nedává těstoviny nebo sladká jídla, ty ráda nemá.

Syn ráno také nesnídá, dá si k jídlu pouze tatrunku nebo když matka nakoupí, tak si dá koblihu. Pak jí už svačinu a oběd ve školce. Docela mu tam chutná, akorát nemá rád rybu – filé, nejí ani rybí pomazánku (prý proto, že mu ryba smrdí). Po příchodu domů má pravidelně další svačinu - to si většinou dá jogurt a nebo rohlík s pomazánkou (majonézová - se sýrem nebo mletým salámem) nebo paštikou. Rodiče mají oběd většinou v závodní jídelně. Tam si dávají často knedlíky s omáčkou – svíčková, rajská, koprová, také často řízek, vepřovou pečení a někdy kuře. Když ale už nemají peníze, tak si k obědu koupí rohlík s párkem a jí to za studena třeba na lavičce v parku. Když je v dosahu místa, kde momentálně pracují, nějaké rychlé občerstvení nají se tam - mají nejraději pizzu nebo také hamburger, ale do Mc'Donalds nechodí, protože to tam mají drahé a dávají malé porce, spíše chodí do bufetů nebo k hladovému oknu.

K večeři nevaří nic extra, ale dojírají zbylé potraviny z předešlého dne, případně koupí studenou večeři. Většinou se jedná zase o rohlík s paštikou, tu mají nejraději a nebo chleba se sýrem, párky, míchaná vajíčka. Někdy se uvaří teplá večeře, to ale spíš o víkendu, když je čas a peníze. Dělají hranolky s kečupem a nebo langoše, guláš s chlebem. Když jim něco zbude o víkendu od oběda, tak se to dojírají i k večeři. K obědu mívají o víkendu často řízek, omáčky, kuře, k tomu mají většinou hranolky a rýži. Nevaří moc těstoviny, rybu vůbec nedělají ani moc pizzu, ta je na přípravu moc složitá a časově náročná (také ji mají často v týdnu k obědu - koupenu). Pokaždé dělají polévky, často bramboračku nebo polévku ze zelí. Někdy chodí na oběd k babičce, ta dělá často knedlíky s omáčkou a vařené (většinou uzené) nebo pečené maso (vepřové). Maso mají každý den, když vaří, hlavně tedy o víkendu.

Přes den si každý může vzít, co chce, když má hlad. V ledničce je stále nějaké jídlo (nejčastěji se jedná o pomazánku - sýrovou pikantní, palivec, párky, salám - vysočina, paprikáš). Když nemají hlad nebo chuť, tak nic nejí, ale také třeba dostanou hlad pozdě večer. To si dají např. v 22 hod. večer guláš s knedlíky, když na to mají chuť.

Někdy matka peče buchty, většinou z kynutého těsta, ale také i koláče nebo dorty. Sladké pečivo dostávají od babičky, které alespoň jednou týdně peče (nejčastěji buchty - jsou údajně cenově nenáročné a zasytí).

Zeleninu matka nekupuje (vyjma mražené do polévky), ani ovoce. *„Nějaké jabko nebo pomeranč dostávají děti k obědu ve škole, tak něco občas mají, stejně to někdy ani nesní a přinesou to domů. Občas mají ještě nějaký banán od mojí mámy. No a nám dospělím to zas až tak nechutná, to si radši dám rohlík se salámem.“*

Nejraději pijí džusy a barevné (oranžové a červené) limonády. Matka, sestra a otec pijí často kafe, o víkendu pijí k obědu pivo.

Respondentka si myslí, že jejich stravovací jídelníček není zdravý, *„...ale není to nejhorší. Jíme tak nějak normálně a nekoukáme na to, co je zdravé a co není. Důležité je, že se najíme a nemáme hlad.“* Za zdravé považují ovoce, zeleninu a jogurty. To dávají ale hlavně dětem. *„My to zdraví ani tak moc nemusíme, ale pro děti to je důležité.“*

## Příloha VII.: Kasuistika č. 6

### Kasuistika č. 6

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 8 členů, otec 32 let, matka 28 let, děti 6, 5, 4, 1 let, otec otce 60 let, matka otce 56 let

V domácnosti žije osm členů, čtyři dospělí a čtyři děti. V domácnosti žijí rodiče otce (matka otce 56 let a otec otce 60 let), matka (28 let) a otec (32 let), kteří mají čtyři děti. Děti ve věku 1, 4, 5 a 6 let (nejstarší dítě - syn jde od září do školy). Rodina žije v bytě 3+1 na sídlišti Máj v Českých Budějovicích v ulici V. Volfa. Matka je na rodičovské dovolené, stará se o rodiče manžela. Manžel pracuje v továrně u pásové výroby. Manžel si v práci nevydělá moc peněz, proto nemají na konci měsíce kolikrát už na jídlo, tak si musí půjčit od sestry otce. Ta bydlí vedle nich ve vchodě. To je podle ní dobré, protože jí občas pohlídá i děti, když ona nemá čas.

Značnou část rodinných příjmů musí vynaložit na pokrytí nájemného a za energie. Následně na stravu nezbyvá měsíčně, dle výpovědi, velká částka. Tu však respondentka nebyla schopna odhadnout, údajně se často mění a když jsou peníze, tak nakupují lepší potraviny a více a když ke konci nejsou, musejí se uskromnit po kvalitativní i kvantitativní stránce. *„Na začátku měsíce to je lepší, to nakoupíme hodně jídla a máme třeba každý den maso a když pak koncem měsíce peníze nejsou, tak si musíme jít půjčit.“* Respondenta ale vypověděla, že takto to udělali jen dvakrát, protože další měsíc museli splácet půjčku a na jídlo jim nezbylo mnoho. Raději prý tedy vaří levná jídla - těstoviny, halušky. *„Bylo to hrozný, protože kromě toho, že jsme musela nakupovat i na ten měsíc, museli jsme platit ještě tu půjčku z předešlého měsíce a navíc ty dluhy. To jsme tenkrát málem šli žebrat.“*

Snídani má každý člen rodiny jinak, manžel vstává brzo do práce (mezi šestou a půl sedmou hodinou ráno), vezme si rohlík s párkem nebo třeba se salámem, sýrem (eidam). Další čtyři rohlíky si vezme do práce na svačinu, v práci následně neobědvá, jí až po návratu ze zaměstnání. *„Já uvařím a manžel obědvá až když přijde z práce.“* vypověděla respondentka. Matka vstává zhruba ve stejnou dobu jako manžel, v šest nebo sedm hodin ráno. A od rána se stará o domácnost - pere, žehlí a vaří. Rodiče otce vstávají později, okolo desáté hodiny. Snídají jen málo, většinou si každý dá kousek

buchty nebo koláče a když nemají chuť na sladké (prý většinou případ otce), tak si dají chleba nebo rohlík s pomazánkou nebo sýrem.

Děti vstávají okolo osmé či deváté hodiny a snídají jogurt s rohlíkem a sýrem nebo s nutelou - mají rádi sladké. Na svačinu (okolo 10 až 11 hod - záleží na tom, v kolik vstávají), mají tatranky nebo sušenky. Ty jsou vždy doma, aby si je mohli v případě hladu vzít v průběhu dne - na dětech se snaží nešetřit, tak za sušenky a různé sladkosti utratí mnoho peněz. Často také dostávají ovoce. Většinou se jedná o jablko či pomeranč, kiwi, někdy banány (ty spíše výjimečně, neboť jsou již drahé).

Oběd mají okolo jedné hodiny. Manžel jí, až když přijde z práce okolo páté hodiny. K obědu vaří často maso, většinou každý den, nejčastěji vepřové, to mají všichni nejraději. Kuřecí moc nejí, spíš pečené kuře, ale plátky nebo řízky jediné vepřové. Přílohu dělá většinou brambory nebo k pečení knedlíky. „... *Jo, ty jsou vždycky domácí, kupované by nikomu nechutnali.*“

Když už koncem měsíce nemají na maso, tak vaří halušky (viz. výše), dělá také často sladké, třeba sladké knedlíky. Ty mají děti rády, ostatní členové rodiny nikoliv, ale nedá se nic dělat, snaží se finančně vyjít.

K večeři mají to, co zbude od oběda: „*Večer se mi už nechce vařit a navíc to je drahé, snažíme se udělat toho jídla k obědu víc - těstovin a tak, aby zbylo i na tu večeři.*“

Večeře je společná okolo 19-20 hod. „*Manžel se sice nají v 17 hod., když přijde z práce a pak v těch 19 hod. To má to samé, ale jemu to nevadí, hlavně, když je to prý dobrý. On má hodně rád balené zelné listy, i ty halušky, taková spíš tradiční romská jídla.*“

Na tradiční romská jídla (goja, zelné listy, halušky) jsou zvyklí především rodiče. „*Já je ráda nemam, ale vařim je hlavně kvůli rodičům.*“

Děti jí i několikrát v průběhu dne. „*Mají pořád hlad. Celý den se něčím cpou.*“ Kvůli tomu také matka několikrát (2 až 3x týdně) peče, aby měli děti přes den co jíst, když mají hlad. Nejčastěji dělá bábovku a koláč s čokoládovou polevou. Hodně se tím, dle respondenty, ušetří. Nicméně dětem se snaží i nakupovat, např. brambůrky: „*Ty mají rádi, sní třeba dva nebo tři pytlíky denně.*“

Zeleninu v rodině nekonzumují, je příliš drahá a nezasytí. Preferují spíše maso (především pečený bůček a řízky) a masné výrobky: „*Zeleninu nejíme. Je drahá a taky nám nechutná a je po ní hlad. Máme radši jídla s omastkem a knedlíky. Zelenina je taková nic moc.*“

Oblíbená je káva, matka vždy ráno k rohlíku si dá kafe a cigaretu. Matka kouří i přes to, že nejmladší dceru stále kojí. Děti pijí limonády: „...*ale ty levné, Cola je moc drahá a děti jí mají rádi. Na Vánoce jí koupíme, tu pravou, ale jinak ne.*“ Alkohol v rodině nikdo nekonsumuje, nekupují ani pivo.

Respondentka vypověděla, že jejich jídelníček není údajně zdravý: „...*ale my jsme zvyklí takhle jíst. Přišla jsem ze Slovenska a tam se u nás v rodině takhle vařilo, tak to dělám taky.*“ Matka ji vařit neučila, to se musela naučit sama, protože sem přišla, když byla mladá, tak jí to učila spíš tchyně. Umí vařit romská jídla (goja, plněné zelené listy) i je vaří, ale moc jí nechutnají. Taky ví, že jsou nezdravá, ale o to jí moc nejde, zelenina jí taky nechutná. Má nejradši pečené maso a řízky. Romská jídla jsou prý hodně nezdravá, asi kvůli tomu omastku.

Myslí si, že zdravá je hlavně zelenina, tu ale nejí a taky, že je zdravé mléko. To pijí děti, ráno třeba kakao, ale dospělí ho nepijí, nejsou na něj zvyklí. „*Ještě je hodně zdravé ovoce, to ale dětem dávám, tak to snad stačí.*“ Také respondentka vypověděla: „*Nám dospělým to nekupuju, hlavně pro děti. My to nepotřebujeme, dřív jsme to taky neměli, ale těm dětem to jo.*“

Dříve se ovoce dětem příliš nedávalo, nyní, v porovnání s dřívějšími časy, ho mají hodně. „*My jsme jako děti ovoce moc neměli a taky se nám nic nestalo.*“ Myslí si, že se to třeba tak říká, co je zdravé a co ne, ale pak to není ani znát, co kdo jí. Děti jsou i tak často nemocní, tomu se prostě nezabrání.

## Příloha VIII.: Kasuistika č. 7

### Kasuistika č. 7

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 6 osob, otec 52 let, matka 45 let, dcera 18 let, přítel dcery 19 let, děti 1,5 let, 2 měsíce

Rodina má šest členů - matka, ve věku 45-ti let, otec ve věku 52 let, jejich dcera s přítelem a jejich dvěma dětmi. Dceři, která s nimi dosud žije v jedné domácnosti je 18 let, momentálně je na rodičovské dovolené, jejímu přítelovi je 19 let. Jejich syn se narodil před dvěma měsíci. Dále má rok a půl starou dceru. Dcery přítel pracuje v jedné firmě u pásové výroby. Matka občas chodí vypomáhat uklízet do nedaleké hospody, ale nyní má problémy se zády, tak si žádá o částečný invalidní důchod. Otec je registrovaný na úřadu práce již druhým rokem. Dříve podnikal, ale jeho firma, kterou měl s jedním svým známým zkrachovala a nyní má ještě dluhy, které musí platit. Ty většinou platí ze sociálních dávek, ale teď několikrát za sebou nezaplatil, tak jim hrozí exekuce. Terénní sociální pracovnice, kterou jsem do rodiny doprovázela v rámci své praxe, jim pomáhá právě se splátkovým kalendářem a jednáním s bankou.

Rodina žije v prostorném 4+1 na sídlišti Máj. Byt je pěkně zařízený, je v jejich vlastnictví. Bojí se, že kvůli exekuci o něj přijdou. Rozhovor jsem vedla s matkou, ale byla přítomná i dcera se svými dětmi a otec. Přítel dcery byl momentálně ještě v práci.

V rodině vaří matka, někdy jí pomáhá dcera, ale ta je teď po porodu stále unavená, tak s vařením nyní nepomáhá. Matka říká, že ale umí vařit už pomalu lépe než ona. Matka se nyní vrátila z nákupu, a protože jsme seděli v kuchyni, tak jsem mohla celkem snadno zjistit, co nakupují. Matka nakoupila asi 20 rohlíků, dvě paštiky, mouku, máslo, sádlo, sušenky cca. 10 kusů, pomeranče, zavináče a krájený salám.

K snídani mají většinou rohlíky s paštikou nebo se salámem, někdy snídají koblihy nebo jiné sladké pečivo. To matka kupuje: „*Mě to moc péct nebaví a ani to moc neumím. To to radši koupím než se s tím dělat.*“ Matka vstává okolo 8 hodin, dcera s dětmi také nebo někdy i dřív

. Otec vstává později, okolo 10 hodin dopoledne, nasnídá se jakmile vstane a poté jde na návštěvu k bratrovi, který bydlí také na sídlišti Máj nebo k sousedům, tam je většinou až do oběda, domů přijde okolo 12-13 hod., někdy se zdrží a má oběd u bratra nebo u známých. Otec má někdy chuť na goju nebo jiné Romské jídlo, která však matka nevaří,



tak jde k bratrovi, kde tyto jídla mívají celkem často. Matka nevaří tradiční Romská jídla, jediné, které umí a občas ho udělá, hlavně kvůli manželovi, jsou halušky. Nejčastěji vaří matka těstoviny – špageti s omáčkou, masem a se sýrem nebo také dělají často zapečené těstoviny, dále kuřecí maso s omáčkou se žampiony, k tomu mají nejčastěji brambory nebo rýži, často také dělají jako přílohu hranolky. Dále mají často vepřové maso k různým omáčkám (rajská, svíčková, se žampiony, kari omáčka atd.) a s knedlíky. Otec i matka mají rádi omáčky, proto je mají i několikrát do týdne.

Děti jsou kojené, ale starší dceru přikrmuje matka přesnídávkami a sunarem. Také jí dává piškoty a různé sušenky nebo koblihy. Sladkosti mají doma vždy v zásobě, protože když dcera zlobí, tak jí dají nějakou sušenku nebo lízátko, aby nebyla protivná a rodiče stále neotravovala.

K večeři mají často langoše, rybí prsty, pizzu, těstoviny, topinky s pomazánkou nebo paštikou. Když nemají doma suroviny na nic složitějšího, tak si udělají hranolky a jí je samotné s kečupem. Večeří většinou mezi 17-18 hod. Když jim zbude nějaké jídlo od oběda, tak si ho ohřejí i k večeři, ale to se moc často nestává, protože matka toho uvaří tolik, aby nezbyvalo. Respondentka vypověděla, že Romové nejí ohřívána jídla, tak toho raději udělá míň, aby neplýtvala. Někdy mívají večeři studenou – např. rohlík se salámem, s pomazánkou nebo s utopenci. Nechce, aby se členové rodiny přecpávali, hlavně dcera, má teď po porodu problémy s nadváhou. Raději uvaří tak, aby se to snědlo při obědě a zbytečně nezbyvalo moc jídla.

Respondentka vypověděla, že si myslí, že se stravují celkem zdravě. Podle ní je nezdravé se přecpávat a důležité je jíst ovoce. To kupují každý den – hlavně mandarinky, pomeranče nebo banány. Měnit by na svém jídelníčku nic nechtěla. Manžel by si přál, aby vařila více tradiční Romská jídla.

## **Příloha IX.: Kasuistika č. 8**

### **Kasuistika č. 8**

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 11 osob, otec 62 let, matka 51 let, dcera 20 let, přítel dcery 22 let, jejich děti 2 roky, 6 měsíců, dcera 19 let, přítel dcery 22 let, jejich dítě 2 měsíce, dcery 12 a 11 let

V domácnosti žije 11 členů, otec ve věku 62 let, matka ve věku 51 let, matka má z prvního vztahu pět dětí, s otcem, s kterým momentálně žije má dvě děti. Děti jsou ve věku 25, 23, 21, 20, 19, 12 a 11 let. Čtvrtá nejstarší dcera žije s přítelem u matky, mají dvě děti ve věku 2 roky a půl roku. Přítel dcery (22 let) nepracuje, je registrován na úřadu práce. Pátá nejstarší dcera žije také s přítelem (22 let) u matky, mají spolu dva měsíce staré dítě. Přítel dcery nepracuje, je registrován na úřadu práce. V létě chodí pomáhat na stavbu, ale nyní není žádná práce. Poslední dvě dcery žijí také u matky. Rodina žije v ulici V. Volfa na sídlišti Máj v ČB, mají pronajatý byt 4+1, ale protože jich zde žije 11, tak se sem nemohou vejít. Sestra s přítelem a dětmi má jeden pokoj, další sestra s přítelem a dítětem další pokoj a pak otec s matkou mají společný s dvěma nejmladšími dětmi.

Otec, s kterým matka žije je registrován na úřadu práce již několik let, za půl roku by měl začít pobírat starobní důchod, ale ten bude mít prý hodně malý. Matka pobírá invalidní důchod. Rodina pobírá sociální dávky. Většinu z příjmu rodina utratí za nájem a energie a také za jídlo. Otec má dluhy, tak musí splácet ještě ty, ale na ně jim nezbude kolikrát vůbec nic. Syn, který je ve vězení, má také exekuci, která je ale pozastavená. Finančně rodina strádá, na konci každého měsíce už nemají co jíst. Otec prý hraje automaty, tak i hodně peněz prohraje a akorát pak má dluhy, protože si někde půjčí.

Rodina vstává pozdě, mezi 11 a 12 hod. Dvě nejmladší dcery chodí na základní školu, tak vstávají v půl osmé. Matka vstává okolo 10 hodiny a začne vařit. Nikdo z rodiny nesnídá. Když vstanou, tak se jdou nejdříve umýt, dají si kafe a cigaretu a rovnou obědvají, tak hodinu od té doby, co vstanou. Neobědvají společně, každý, jak má hlad, tak se nají. Ženy většinou jí v kuchyni okolo 11 hod. Muži jí většinou u počítače nebo v obýváku u televize okolo 12 hod. Matky děti kojí, přikrmují je sunary.

Oběd většinou vaří matka, pomáhají jí při tom dcery, ale někdy je jí špatně, tak vaří pouze dcery a ona leží. K obědu mají často halušky, když nemají peníze, tak i třikrát do týdne, nejčastěji se zelím a slaninou. Pak taky často dělají vepřovou pečení se zelím a bramborové knedlíky. Knedlíky dělá matka domácí. Každý den vaří polévky, té uvaří nejvíc a mají jí třeba i druhý den. Jídlo od oběda většinou nezbude, protože se všechno sní. O víkendu toho navaří víc, aby zbylo i na večeři. Dále k obědu dělá kuře, upeče třeba dvě kuřata a mají to i na večeři. Hodně jí brambory a knedlíky. Často také dělá omáčky – rajskou a svíčkovou. Většinou, když už nemají moc peněz na jídlo, tak dělají těstoviny zapečené se sýrem, vajíčkem a kabanosem. Dcery, které chodí do školy, obědvají později, většinou okolo 13 – 14 hodiny, když přijdou domů ze školy - ve škole na obědy nechodí. „*Děti na oběd ve škole nechodí. Jí až doma. Musím tak jako tak vařit pro sebe a ostatní.*“ Na svačiny jim dává matka peníze, když zrovna má. Koupí si něco ve škole nebo cestou do školy.

Ovoce moc nekupují, jenom občas, třeba jednou týdně jablka či pomeranče. Zeleninu mají celkem často, skoro každý den, ale většinou jenom vařenou v polévce.

Maso mívají skoro každý den, když pak dojdou peníze, tak kupují třeba jenom kabanos nebo párky, ale jinak mají maso každý den. „*Maso jíme každý den, a když třeba už koncem měsíce nejsou moc peníze, tak kupujeme něco levnějšího, třeba kabanos.*“ Dělají často pečení a řízky nebo často jí i kuřecí, to je levnější. („*Častěji jíme kuřecí, je levnější*“) Ryby nejí, jenom mají párkrát za měsíc rybí prsty, ale filé jim nechutná.

Svačinu mívají okolo 16 hod. odpoledne, matka chodí okolo 15 hod. nakupovat, tak koupí rohlíky, chleba ne, ten se u nich moc nejí, nebo nějakou veku a třeba bramborový salát. „*K tomu koupím nějakou salám, ...šunku ne, ta je drahá, většinou tak gothaj nebo ještě vysočinu.*“ Také často kupuje paštiku, to mají nejradši – rohlík s paštikou, to se u nich jí pořád: „*To se u nás sní hned, koupím tak pro každého dva rohlíky a za hodinu už není nic. Chutná jim to a je to rychlý*“

Večeři mívají pozdě, až tak mezi 20 a 22 hod. Občas dělají pizzu nebo langoše. Dnes mají k večeři kuřecí nudličky s omáčkou. K obědu měli dnes zelnou polévku, ta ještě zbyla a pak měli knedlíky s uzeným masem a se zelím.

Matka nepeče, ale třeba jednou nebo dvakrát týdně upeče dcera bábovku nebo perník, taky peče buchtu z podmáslí a kynuté buchty.

Sladkosti dětem nekupují, jenom občas nějaké sušenky, tak dvakrát do týdne. Třeba Tatranky nebo Delisy. Tak jednou do týdne koupí nějaké bramborky, ale většinou

ty levné - arašídové. „Oni by toho snědli moc, co bych koupila tak by bylo hned pryč, na to nejsou taky pořád peníze. Tak jen tak sem tam, na zpestření něco koupím.“

K pití pijí všichni mleté kafe a limonády, většinou náhražku Coly, tu mají nejradši děti, „...dospělí pijí vodu s džusem, ale tím levným, takové ty náhražky za pár korun. Když mají limonády v akci, tak koupíme i několik balíčků, protože to se vypije hned... a voda z vodovodu nám nechutná.“ Denně vypije celá rodina tak šest láhví – celé balení.

Respondentka uvedla, že si myslí, že to co jí je nezdravé: „My ale nemáme na to, abysme jedli zdravě, abysme si kupovali drahý jídlo, který je zdravý.“ Kupují to, na co mají chuť a to, jestli je to zdravé je nezajímá. Zdravé je podle respondentky mléko, ryba a asi „pravé“ džusy.

## **Příloha X.: Kasuistika č. 9**

### **Kasuistika č. 9**

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 5 členů, otec 22 let, matka 21 let, děti 4, 4, 1,5 let

Rodina má 5 členů, dva dospělí – matka ve věku 21 let, otec ve věku 22 let, děti – dvojčata 4 let, syn 1,5 roku. Matka je na rodičovské dovolené a otec je registrován na úřadu práce. Přivydělává si u jedné firmy, ale matka neřekla jaké (nejspíše se jedná o nelegální práci). Před půl rokem se rodina odstěhovala od rodičů otce, kde žili předtím.

Rozhovor jsem vedla v domácnosti s matkou rodiny, která zde vaří pro všechny osoby. Před dvěma měsíci se k nim přistěhoval příbuzný (vzdálený bratranec otce) se svojí přítelkyní. Nyní tedy žije v domácnosti 7 členů, kteří se zde také stravují. Bratranec s přítelkyní na domácnost nepřispívají, jenom prý občas koupí cigarety nebo nějaké jídlo. Jsou ve věku 17 a 16 let.

Rodina žije v menším bytě 3+1. V bytě je malá kuchyně, kde se musí najíst všichni členové rodiny, dvojčata chodí do školky, kde se také stravují, ale často jsou doma kvůli nemocem.

Rodina se podle výpovědi matky stravuje celkem pravidelně. Pravidelně snídají, hlavně kvůli dětem. Oběd mívají okolo dvanácté hodiny a svačí ve čtyři hodiny a potom mají tak v osm hodin večeři. Děti (dvojčata) jí dopolední svačinu i oběd ve školce. Odpolední svačinu i večeři mají už doma s ostatními členy rodiny.

Ráno když vstanou, tak se společně nasnídají, po tom matka odvede děti do školky. K snídani mívají často pečivo, vajíčka (většinou smažená), čaj, děti kakao a taky někdy sladké pečivo –koblihy nebo to, co se koupí v obchodě, matka nepeče.

K obědu mívají, podle výpovědi matky, česká jídla. Často mívají knedlíky s omáčkou (rajská, svíčková, guláš), kupované rybí prsty, často dělají hranolky s nějakým masem. Rodina prý není vybíravá, sní co jim uvaří. Vaří ale většinou jednoduchá jídla (svíčkovou mají prý jen občas, spíše o víkendu), hlavně aby to měla rychle udělané. A taky to musí být dobré, vůbec jim nevádí, že matka dělá stále ta stejná jídla. Nejraději prý mají hranolky, rybí prsty a pizzu. Tu dělá matka hodně často, protože jí pořád chtějí, třeba i třikrát za týden.

Okolo čtvrté hodiny odpoledne mají svačinu – studené jídlo, potom mají večeři

okolo osmi hodin večer, ta bývá teplá. Na svačinu se většinou nesejdou všichni, protože otec je s bratrancem a jeho přítelkyní třeba někde ve městě nebo u rodičů nebo známých. Ty jim dají většinou něco studeného k jídlu, nebo když mají, tak něco teplého, často dostávají to, co jim zbude od oběda. Když jdou do města, tak si koupí něco tam, třeba zapečenou bagetu nebo hamburger.

Matka je většinou s dětmi doma a svačí nejčastěji rohlíky se salámem a paštikou. Když jsou doma muži, tak jí většinou rohlík s bůčkem a párky. Když zbude nějaké jídlo od oběda, tak se dojídá právě ke svačině. Ale většinou již studené, podle toho, co to je, ale rybí prsty a pizzu neohříváme.

K večeři dělají také často již zmíněnou pizzu nebo nějaké těstoviny. Většinou je večeře stejná jako to, co dělají jiný den k obědu. K večeři mívají pečené maso, nebo karbanátky. Maso mají skoro každý den, ale někdy také ne. Třeba když mají k obědu maso, tak jim nevádí mít k večeři něco sladkého – např. knedlíky, palačinky, nebo bezmasého – např. bramboráky. Ryby (kromě rybích prstů) nejí, nechutnají jim.

Dětem kupují často sladké, jsou na něj zvyklí už odmala. Matka často kupuje dětem čokoládu, lízátko, to k dětství patří. Musí mít doma pořád něco sladkého, co by jim mohla dát, když dostanou chuť. Ovoce kupuje tak jednou za týden, nebo někdy ani to ne. Dcery ho často mají ve školce, když ho tam nesní, tak si ho donesou domu a dospělí ho mít ani nemusí, tak ho moc nekupuje.

Matka moučníky nepeče, nikdo by to prý nejedl. Děti si dají raději čokoládu a otec (manžel) nemá moc rád sladké, a nemá rád suché bábovky a piškoty. Matka dorty a krémy neumí, tak nic nepeče, ale občas, když jsou peníze, tak koupí dort mražený v obchodě. Pak ho jí třeba tři dny, otec si dá třeba jeden kousek, když přijde návštěva tak jí nabídne, jinak to nikdo moc nejí.

Matka nejčastěji pije kafe, někdy si dá limonádu, ale moc jí to nechutná, spíš dětem, otec pije pivo. Někdy si koupí Coca colu, ale jenom, když mají peníze, protože to musí koupit, tak tři na jeden den, protože se to hned vypije a pak by na někoho nezbylo.

Tradiční romská jídla v rodině vůbec nevaří ani je prý neumí. Ví, že její matka někdy dělala goju nebo docela často halušky a zelí, ale ona to neumí a ani by to nikdo u nich nejedl, nejsou na to zvyklí, mají raději klasickou kuchyni, tu českou.

Na otázku, zda si myslí, že se stravují zdravě, odpověděla matka, že si myslí, že celkem ano. Vypověděla, že: „*Jíme to co vy, bílí, takže je to asi zdraví.*“ Zdravé je podle ní, když děti pijí kakao, „...*protože je to mlíko a to je hodně zdravý*“. Na otázku,

co je podle ní ještě zdravé odpověděla, že neví, že se nikdy nezajímala o to, co je zdravé, hlavně když to chutná rodině. Když něco chtějí uvařit, tak jim to uvaří. Matka jí ani moc vařit neučila, protože na to nebyl čas. Neměla čas vařit, protože se starala o dvojčata, tak vařila matka a když se odstěhovali, tak většinou všechno koupí (hotové knedlíky, rybí prsty, pizzu, dort).

## Příloha XI.: Kasuistika č. 10

### Kasuistika č. 10

**Lokalita:** ulice V. Volfa, sídliště Máj, České Budějovice

**Počet členů v rodině a věkové zastoupení:** 3 osoby, matka 38 let, děti 17 a 15 let

V domácnosti žijí 3 členové. Matka a dvě děti, které vyživuje. Jejich otec je momentálně ve výkonu v trestu. Matka je ve věku 38 let, děti – syn 17 let a dcera 15 let. Matka pracuje na směny. Zde pracuje na plný úvazek, ale momentálně ještě shání práci na víkend, protože nemůže utáhnout placení domácnosti a výdaje na děti. Pracuje již čtyři roky, od té doby co manžel odešel do výkonu trestu (4 roky, ještě má před sebou větší část).

Rodina žije v bytě o velikosti 2+1, který je ve vlastnictví otce. Otec má dluhy (které neplatí), proto se neustále matka bojí, že přijde exekutor a zabaví jim nábytek a vybavení bytu, které je původně otcovo.

Matka pracuje na směny, proto vstává ráno ve čtyři hodiny. Jde do práce a při první přestávce, která je v devět hodin teprve snídá. Jídlo si bere z domova, většinou nějaké rohlíky, paštiku a salám. Většinou sní tak 2 rohlíky, o polední pauze další 2 a to jí stačí na celý zbytek směny. Další jídlo má až doma, většinou teplé, v 16 hod. odpoledne, když přijde z práce domů. „*Obědvám až když přijdu z práce domů.... No to je tak okolo té čtvrtý hodiny.*“ Děti snídají samy, už jsou dospělí, tak se o sebe postarají. Snídají také rohlíky nebo chleba s paštikou a jogurty, ty mají každý den. Doma jim nechává pro každého dva rohlíky a většinou je sní, do školy na svačinu jim dává peníze, to si něco koupí cestou (většinou sladkosti).

Matka obědvá až když přijde z práce domů, to je okolo 16 hod. odpoledne. Často mívají rýži, brambory, těstoviny. Maso mívají obden, častěji ne. Také vaří romská jídla - halušky, balené zelí, goju, ale tu už neměli zrovna dlouho. Také často dělají knedlíky s omáčkami. Matka často peče, většinou tak třikrát do týdne – nejčastěji bábovku a také buchty nebo koláče z kynutého těsta. Děti obědvají, až když přijdou domů ze školy, to je okolo 13-14 hod. odpoledne. Chodí na obědy k sestře matky. Tam mívají často řízek, brambory, těstoviny a pečené maso. Matka také vypověděla, že o víkendu dělá většinou řízek nebo pak vepřovou pečení, tu mají vždy v neděli. Ryby nejí vůbec, ani na Vánoce, mají raději řízky. Nejsou zvyklí jíst rybu a tak ji ani nekupuje. Respondentka také vypověděla, že jsou zvyklí dělat hodně mastná jídla a to není zdravé: „*Mám ráda*



*maštěná jídla, jsme takhle naučený to dělat a chutná nám to, ty tučná jídla.“ Vařit se učila od matky, ta s nimi nebydlí, ale stále jí do vaření mluví: „Matka mi pořád do vaření mluví, vytýká mi, že málo vařím a že i zbytečně dopředu, že to pak není čerstvý. Taky mi pořád říká, že nedělám polívky.“ Někdy jí také vytýká, že kupuje knedlíky a nudle. „Ona by chtěla, abych pekla i domácí chleba. Ale kdo na to má čas? Ona si to nenechá vysvětlit. Pořád si říká to svoje. Že jsem prý moc líná, já ale když chodím do práce, tak to nestíham.“*

Ovoce kupuje jednou týdně, zeleninu (mrkev, zelí a papriku) většinou častěji, ale spíš na vaření, syrovou moc nejí. V létě jí kupuje víc, třeba rajčata, ale teď je drahá, tak jí nekupuje. V létě mají zeleninu prý skoro každý den.

K večeři mívají to, co jim zbude od oběda, ohřáté v mikrovlnné troubě (o víkendu). *„K večeři si často ohříváme to, co zbude od oběda. Hodim to jen do mikrovlnky a je to.“* Pokud od oběda nezbude nic, tak vaří nové jídlo, třeba i na druhý den, aby nemusela znovu vařit. Ale to toho musí udělat hodně, protože se to jinak přes den sní – děti nebo když přijde někdo na návštěvu. Večeří podle toho, jak mají hlad, ale to je okolo 20- 21 hod. večer. Děti si můžou kdykoliv vzít něco k jídlu, v ledniče se prý vždy něco najde, buď něco k ohřátí nebo salám a párky. To tam je většinou vždycky, když se sní salám, tak hned druhý den koupí nový. Nejčastěji kupují lovecký salám a taky kuřecí šunku nebo třeba to, co mají zrovna ve slevě. *„Jí se prostě podle toho, jak má kdo chuť. Je to lepší. když prostě chci, tak jdu a najím se. Proto tady vždycky něco je.“*

K pití matka nejčastěji pije kávu, vypije tak tři hrnky denně. V práci nemá možnost si jí udělat, tak když přijde domů, tak si dá třeba i dvě za sebou a pak ještě večer jedno. Děti pijí často limonády – *„kupujeme ty sladký a levný, dětem to chutná.“* Vypijí tak tři až čtyři lahve denně. Sociální pracovník a já dostáváme k pití také pomerančovou slazenou limonádu.

Podle respondentky není, to co jí, zdravé. Ale říká, že jsou tak zvyklí a jinak to dělat nechtějí. Podle ní, není zdravý hlavně omastek. Ale i když ví, že je to nezdravé, tak s tím nic dělat nechtějí, je jim to jedno. Respondentka také vypověděla, že si myslí, že zdravá je hlavně zelenina, rýže a také ovoce.

## **Abstrakt**

URBANOVÁ, M. *Sonda do stravovacích návyků Romů v sociálně vyloučené lokalitě v Českých Budějovicích*. České Budějovice 2011. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra praktické teologie. Vedoucí práce M. Elichová.

**Klíčová slova:** Romové - sociálně vyloučená lokalita - stravovací návyky - pitný režim - zásady správné výživy - kvalita stravování - kvantita stravování

Teoretická část práce popisuje obecná východiska pro životosprávu, dále pak stravovací návyky u Romů žijících v sociálně vyloučených lokalitách a proměny jejich stravovacích návyků v čase. Praktická část práce sleduje stravovací návyky Romů žijících v sociálně vyloučené lokalitě v Českých Budějovicích, konkrétně v ulici V. Volfa.

Sběr dat byl realizován prostřednictvím polořízených rozhovorů (kvalitativní sběr dat). Celkem bylo provedeno 10 rozhovorů s respondenty žijícími v sociálně vyloučené lokalitě v Českých Budějovicích na sídlišti Máj v ulici V. Volfa, která je definována v Analýze sociálně vyloučených romských lokalit a komunit v České republice a absorpčních kapacit subjektů působících v této oblasti (2006). Rozhovory jsou zaznamenány pomocí kasuistik a následně vyhodnoceny.

## **Abstract**

**Probe into the eating habits of Roma in the socially excluded area in the Czech Budejovice**

**Key words:** Romany People - Socially Excluded Localities - Eating Habits – Drinking Regime - Principles of Good Nutrition - Quality of Eating - Quantity of Eating

The theoretical part describes the general basis for the diet, then eating habits of Roma living in socially excluded localities and changes in their eating habits over time. The practical part follows the eating habits of Roma living in the socially excluded area in the Czech Budejovice, specifically in the street V. Volf.

The data were collected through semi structured interviews (qualitative data collection). A total of 10 interviews were conducted with respondents living in the socially excluded area in the Czech Budejovice Máj on a housing estate in the street Volf V, which is defined in the analysis of socially excluded Roma localities and communities in the Czech Republic and absorptive capacity of organizations working in this field (2006). The interviews are recorded using case studies and subsequently evaluated.