MAGAZYN W DOBRYM STYLU

SHOW

DWUTYGODNIK Cena 6 zł 49 gr (w tym 8% VAT)
Nr 14 (463) 06 lipca 2026 r.

Ona po bolesnych lekcjach otwiera się na nową miłość. On układa sobie życie po rozstaniu

Zaczynają NOWY ROZDZIAŁ

Katarzyna Glinka
Tomasz Kot

MAGDALENA BOCZARSKA I MATEUSZ BANASIUK
ZNÓW MOGĄ NACIESZYĆ SIĘ SOBĄ

ANNA LEWANDOWSKA
JESZCZE NIGDY NIE BYŁA TAK SZCZERA

- WIELU NIE WIERZYŁO, ŻE SIĘ NA TO ZDECYDUJĘ - PRZYZNAJE MICHAŁ PIRÓG

Indeks 245895

ISSN 1899-6574

Numer w sprzedaży do 19.07.2026

eprasa.pl 93ed4ba4e3

Vito Bambino

Vito Bambino porywa do tańca, aż człowiek złapie zadyszkę, a chwilę później wzrusza przy czułej balladzie. Od pierwszych numerów z Bitaminą po solowe hity ostatnich lat artysta zbudował pozycję jednego z najbardziej rozpoznawalnych głosów w Polsce.

Kaśka Sochacka

Kaśka Sochacka wraca na Erste Letnie Brzmienia – jako headlinerka każdej festiwalowej soboty – by po raz kolejny zachwycić publiczność. Subtelność i siła przekazu w jej muzyce brzmią jak soundtrack do najpiękniejszych letnich wspomnień.

Babie Lato

ZAPLANUJ MIEJSKIE LATO

ERSTE LETNIE BRZMIENIA to wydarzenie, które nie tyle „organizuje lato", co dobrze je rozumie – jego tempo, zmienność i potrzebę bycia razem. Z myślą o festiwalowiczach Erste Bank Polska przygotował zniżki na bilety i karnety, dostępne w aplikacji mobilnej banku. Teraz jeszcze łatwiej możesz zaplanować swoje letnie koncertowe weekendy.

Ewa Farna

Kacperczyk

Brodka

Brodka wraca do „Grandy". Nie będzie to jednak wakacyjna i cukierkowa podróż do 2010 roku, a zaskakująca reinterpretacja.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

CZUĆ LATO

Erste Letnie Brzmienia 2026

Muzyczne lato W ŚRODKU MIASTA

Lato w mieście? Tak – i to z mocnym brzmieniem. Sochacka, Mrozu, Brodka z projektem „Granda", Grzegorz Turnau z orkiestrą symfoniczną i nie tylko oni podgrzeją wakacyjną atmosferę w Krakowie, Warszawie, Gdańsku, Wrocławiu i Poznaniu.

Grzegorz Turnau

Nie trzeba wyjeżdżać daleko, żeby poczuć lato. Koncerty „pod chmurką", znajomy rytm miasta i długie noce tworzą przestrzeń, w której muzyka działa mocniej. To festiwal, który zamiast ucieczki w plener proponuje coś odwrotnego – przenosi energię wakacyjnych wydarzeń do centrów największych polskich miast. Kraków, Warszawa, Gdańsk, Wrocław i Poznań znów staną się sercem letniego brzmienia.

Line-up jak najlepsza playlista

Program Erste Letnie Brzmień 2026 został zaprojektowany jak kompletna wakacyjna playlista – z miejscem na taniec, melancholię, gitarową szczerość i duże, sceniczne formy. Na scenie pojawią się m.in.: Kaśka Sochacka, Vito Bambino, Mrozu, Brodka (z projektem „Brodka gra Grandę"), Grzegorz Turnau z orkiestrą symfoniczną, Kacperczyk, Ralph Kaminski, Ewa Farna, Natalia Szroeder, Julia Wieniawa, Xxanaxx, Król / Tyszkowski (Ewa Koc), Bass Astral oraz projekt specjalny: Babie Lato (Natalia Grosiak, BELA, Kathia). W każdym z miast pojawi się także inna reprezentacja artystów związanych z NEXT FEST Music Showcase & Conference – na NEXT Stage zagrają więc debiutanci i nowe nazwiska, o których za moment będzie głośno.

Mrozu

Koncerty Mroza to zawsze precyzyjnie zbudowany set miksujący nowoczesny pop, soul i funk. Na żywo artysta stawia na zespół, który pod gołym niebem brzmi ze zdwojoną siłą.

Niespodzianki, tylko tu i teraz

Tego lata wydarzy się rzecz, której nikt się nie spodziewał, a każdy potrzebował – Brodka wraca do swojego najbardziej przełomowego albumu i ponownie bierze na tapet „Grandę". Nie będzie to jednak wakacyjna i cukierkowa podróż do 2010 roku, a odważna reinterpretacja, która połączy emocjonalny ciężar oryginału z aktualnym językiem dźwiękowym. „Brodka gra Grandę" to projekt przygotowany specjalnie na Erste Letnie Brzmienia i dostępny wyłącznie podczas festiwalu. To propozycja dla tych, którzy lubią, gdy znane rzeczy potrafią zaskoczyć.

Rok 2025 był kamieniem milowym dla wprowadzania nowych dźwięków podczas Erste Letnie Brzmienia. Projekt Edyty Bartosiewicz i Good Taste Orchestra „To jest mój sen" poruszył publiczność i otworzył scenę na brzmienie orkiestry symfonicznej. Poprzeczka została zawieszona bardzo wysoko, ale jest artysta, który może sprostać temu wymagającemu zadaniu! Grzegorz Turnau, mistrz piosenki, przyjął zaproszenie do stworzenia symfonicznego projektu, który sprawi, że najpiękniejsze utwory, zarówno z klasycznego, jak i nowszego repertuaru, usłyszymy w zupełnie nowej odsłonie. To wszystko wspólnie z orkiestrą symfoniczną pod batutą Moniki Kochanowicz.

ersteletniebrzmienia.pl

Erste Bank Polska przygotował kartę okolicznościową z okazji festiwalu. Kartę mogą zamówić zarówno nowi, jak i dotychczasowi klienci banku i zgarnąć dodatkowe zniżki podczas festiwalu.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Kariera zawodowa jej męża w klubie FC Barcelona rozwijała się wzorowo, jej także nabierała rozpędu. Także ich miłość pięknie rozkwitała…

Szczęśliwe chwile, jak motyle…

Dziewczynki, Klara i Laura, w stolicy Katalonii szybko się zaaklimatyzowały. Tak jak rodzice pokochały tutejszy klimat i ludzi. Czy za oceanem będzie podobnie?

Barcelona stała się moim domem. Moim bezpiecznym miejscem, które pokochałam całym sercem - wyznała poruszona.

ANNA LEWANDOWSKA CIERPI…

» PAKUJE ŻYCIE W WALIZKI i żegna słoneczną Barcelonę, którą pokochała całym sercem. Choć przez cztery lata była tu szczęśliwa, teraz czeka ją przeprowadzka z rodziną do Chicago, bo to z tamtejszym klubem Chicago Fire jej mąż Robert Lewandowski podpisał kontrakt. 37-latka wyznaje, że ta życiowa rewolucja bardzo ją stresuje, a nawet, że… „cholernie się boi"! – Martwię się o dziewczynki i ich emocje, o nową szkołę, o to, jak odnajdą się w zupełnie nowym świecie – zwierzyła się. I w tych szczerych słowach pokazała, że nawet tak silna, bogata kobieta, jak ona ma prawo się bać. Lecz mimo to jak zawsze stoi murem za mężem i jego marzeniami, choć do oczu napływają łzy. **(AR)**

Ostatni dzień w Barcelonie

Gdzie ty, tam zawsze będę ja - mogłaby zanucić. Dobrze wie, że życie u boku sportowca to nie tylko blaski, ale również rodzinne kompromisy. Stoi przy mężu, ale ma też prawo do żalu.

Nie będę kłamała, że się nie boję!

To nie pierwsza przeprowadzka gwiazdy, ale ta smakuje inaczej. Myśl o zostawieniu wszystkiego co zbudowała i zaczynaniu od nowa przeraża ją.

JEDNYM ZDANIEM

Po spekulacjach o kulisach rozstania z „Tańcem z Gwiazdami" **Ewa Kasprzyk** ucina plotki – twierdzi, że sama odeszła, bo taniec to nie do końca jej bajka.

Cztery miesiące po urodzeniu synka, **Olga Frycz** pochwaliła się, że widać już efekty jej pracy nad ciałem pod okiem lekarza: schudła aż 20 kilogramów.

Odchowała dziecko, ma stabilną karierę, potrafi stawiać granice, dlatego **Anna Samusionek** czuje, że to jej czas w życiu i… przestrzega: – Mam menopauzę i nie zawaham się jej użyć.

Fot. na okładce: Akpa (3), East News

Fot.: Akpa, Forum, Instagram.com/_r19, Instagram.com/annalewandowska (2)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Zgubiła się, żeby się znaleźć

Czasem trzeba zgubić drogę, żeby trafić tam, gdzie się naprawdę należy - napisała niedawno, odnosząc się do swej nowej relacji.

Nie ma to, jak niespodzianka!

Wyjazd nad jezioro Como był prezentem na urodziny Adama.

Modelkę urzeka fakt, że Zaorski ma tak piękną relację z jej synkiem.

Tomson murem za kolegą?

Czy Tomasz Lach, znany jako Tomson, zamieszczając dosadny komentarz na profilu Sandry, chciał wesprzeć Barona?

SANDRA KUBICKA NA ZŁYCH JĘZYKACH

» **NOWA MIŁOŚĆ DODAJE JEJ SKRZYDEŁ** i odwagi, żeby otwarcie ją okazywać. Na Instagramie Sandry Kubickiej pojawiła się więc relacja z romantycznego wypadu z biznesmenem Adamem Zaorskim nad włoskie jezioro Como. Piękne zdjęcia i filmiki nie na wszystkich zrobiły pozytywne wrażenie. Tomson, przyjaciel jej eksmęża Aleksandra Milwiw-Barona, pod jednym ze zdjęć zamieścił złośliwy komentarz: „Kondolencje dla pana!". Czy Zaorski się tym przejął? Zaraz potem sam również podzielił się fotkami z włoskiej sielanki u boku Sandry. Wygląda zatem na to, że złe języki mu niestraszne. **(AK)**

Fot.: Akpa, Instagram.com/sandrakubicka/ (3)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

WIWAT POLSKIE MORZE!

Zagraniczne wojaże, egzotyczne zakątki świata? Owszem, lubi. Ale dla Doroty Gardias latem najlepsze jest polskie wybrzeże. – Wakacje! Pozdrawiam z plaży nad Bałtykiem – pisze, wygrzewając się w promieniach słonecznych.

W RYTMIE LA ISLA BONITA

Urszula Dudziak i jej ukochany Bogdan Tłomiński bawili na Teneryfie. Trochę wiało od oceanu, ale było pięknie. Bo przecież, jak to śpiewała Madonna, „La Isla Bonita".

PRZYGODA W EGIPSKICH GŁĘBINACH

W lipcu w Egipcie słońce jest mordercze. Jednak Tomasz Ciachorowski znalazł na to sposób. Gdy prażyło najbardziej, uciekał pod wodę w słynnej zatoce Abu Dabbab w rejonie Marsa Alam, znanej jako „Dom Żółwi".

WAKACJE, CZAS STRAT!

» WRESZCIE RUSZYŁ Z KOPYTA SEZON UPRAGNIONYCH URLOPÓW! Nasze rodzime gwiazdy z lubością wypełniają swoje profile instagramowe „pocztówkami" z podróży częściej niż z czerwonych dywanów i imprezowych ścianek. Najpopularniejsze destynacje? Głównie słoneczne południe Europy – Italia, Grecja czy Hiszpania. Ale nie brakuje też amatorów górskich wędrówek, egzotycznych wypraw, podwodnych atrakcji i chłodniejszych kierunków. Jedni wybierają luksusowe kurorty, inni stawiają na kameralny wypoczynek z dala od tłumów. Jedno jest pewne – tego lata liczy się relaks, przygoda i piękne widoki. **(AN)**

BRRRRR... POWIAŁO CHŁODEM!

Anitę Werner na Wyspach Owczych nieco przewiało i wychłodziło, ale było warto. – Ta przyroda i ta pustka nie przestają mnie zachwycać. Przyrodniczo to jedno z najpiękniejszych miejsc jakie widziałam – ekscytuje się.

MIŁOŚNICY WIELKIEJ HISTORII

Magdalena Lamparska z mężem nie odpuścili zwiedzania, nawet gdy prażyło słońce. – Są miejsca, które przez tysiące lat przypominają nam, że prawdziwe piękno nie przemija. Jednym z nich jest Akropol – pisała aktorka.

W CIENIU CHORWACKICH BUGENWILLI

Chorwacja mnie zachwyciła – wyznaje Justyna Nagłowska. Nie dziwne, to od wielu lat jeden z ulubionych kierunków wakacyjnych Polaków. Do tego psycholożka potrafi wtopić się w krajobraz.

Fot.: Instagram/anita_werner_official, jus_naglowska, dorotagardias, sandrakubicka, tomek_ciachorowski, urszuladudziak.official

eprasa.pl 93ed4e4e8

Pod słońcem Riwiery...

Ciężarna gwiazda hitu „Diabeł ubiera się u Prady" rozsądnie chroniła się przed słońcem na Riwierze Francuskiej.

ANNE HATHAWAY I JEJ CIĄŻOWY GLOW. WOW!

» ZNÓW BĘDZIE MAMĄ! Wygląda na to, że to właśnie w tej roli światowa superstar czuje się najlepiej. 43-latka ma już z mężem, producentem filmowym Adamem Shulmanem, dwóch synów – Jonathana (10) i Jacka (7). Promieniejąca szczęściem aktorka właśnie promowała superprodukcję science-fiction/fantasy „Odyseja" w Nowym Jorku. Na galę wybrała się w czerwonym kombinezonie z baskinką i spodniami o kroju tzw. alladynek. Plus czerwone… szpilki! Wcześniej fotoreporterzy przyłapali ją z kolei radosną i na totalnym luzie, z rodziną i przyjaciółmi na wakacjach na Lazurowym Wybrzeżu. Fani patrzą na nią oniemiali z zachwytu i są zgodni: szykuje się najpiękniejsza premiera tego sezonu! **(AR)**

Promienna promocja w Nowym Jorku!

Już nie ukrywa ciążowych krągłości, przeciwnie - podczas promocji filmu je… promowała! Aktorka jest tytanem pracy, tylko w tym roku do kin trafi aż pięć filmów z jej udziałem.

Fot.: East News (2)

REKLAMA

PŁATKI TONIZUJĄCO-NAWILŻAJĄCE
- Tonizacja i nawilżanie
- Idealne w roli maseczki na twarz

SERUM KWAS HIALURONOWY

Po 1 użyciu:
- ✔ ukojenie i zredukowanie przesuszenia

Po miesiącu stosowania:
- ✔ nawilżenie i wygładzenie
- ✔ poprawa elastyczności i jędrności

Bielenda
Skinclinic
PROFESSIONAL

Inspirowane profesjonalną pielęgnacją

Poznaj **zaawansowane formuły** łączące w sobie substancje aktywne z kompatybilnymi składnikami biologicznie czynnymi, które poprzez synergiczne działanie przynoszą **w szybkim czasie zauważalne efekty.**

MULTIENZYMATYCZNY PEELING GOMMAGE ZŁUSZCZAJĄCO-ROZŚWIETLAJĄCY

Po 1 użyciu: widoczne rozświetlenie skóry

Po miesiącu stosowania: wyrównanie kolorytu, wygładzenie skóry

SZTYFT NAWILŻAJĄCO-OCHRONNY SPF 50
- Wysoka ochrona UVA i UVB oraz nawilżenie
- 4 formy kwasu hialuronowego wsparte mocą witaminy E

Tylko tu! ROSSMANN Moja Drogeria i na bielenda.com

Odkryj wszystkie produkty

eprasa.pl 93ed4ba4e8

GWIAZDA Z OKŁADKI

Działa na mężczyzn!

Wiele wskazuje na to, że aktorka właśnie staje w swoim życiu wobec szansy na nową relację.

Kogo wpuści do

SHOW extra

W sportowym rytmie

Ostatni związek ze sportowcem, Jarosławem Bienieckim, zakończyła z goryczą.

Ma wielkie serce

Katarzyna od lat niesie pomoc dzieciom z Afryki.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

swojego świata?

Pierwsza próba

Po rozwodzie z Przemysławem Gołdonem w 2015 roku została sama z synem Filipem.

Jej dwa wielkie skarby

Dzieciom nie chce mieszać w głowach, dopóki nie ma pewności.

Ulubienica widzów

Oglądamy ją w serialu „Barwy szczęścia" u boku Rafała Cieszyńskiego.

Katarzyna Glinka

Znowu jest ZAKOCHANA!

Wyciąga lekcje z przeszłości i otwarcie opowiada, co jej pomogło. **Teraz jest gotowa na nowe uczucie.**

Skłamałabym, gdybym powiedziała, że relacja romantyczna nie jest czymś, co bym chciała przeżyć i doznać tego partnerstwa – mówiła jeszcze niedawno w jednym z wywiadów Katarzyna Glinka. Aktorka, coraz szczęśliwsza jako singielka, chyba właśnie staje w swoim życiu wobec szansy na taką relację. Jak się dowiadujemy, gwiazda seriali „Barwy szczęścia" i „Szpital św. Anny" spotyka się od niedawna z tajemniczym mężczyzną.

Łączy ich pasja

– To jest bardzo świeża sprawa. W życiu Kasi pojawił się pewien pan. Spotykają się od kilku, może kilkunastu tygodni. Poznali się po premierze w Teatrze Kwadrat. Ten mężczyzna prowadzi własną firmę, ale kocha sztukę, a zwłaszcza teatr. I to na początku oboje połączyło – zdradza znajoma aktorki z teatru. Jak się jednak okazuje, Katarzyna Glinka jest ostrożna, jeśli chodzi o rewolucyjne zmiany w swoim życiu. – Nie przedstawiła ukochanego dzieciom. Nie chce im mieszać w głowach, dopóki nie ma pewności, co do trwałości tej relacji – dodaje nasza informatorka.

Rzeczywiście, znając jej przykre doświadczenia, trudno się dziwić. Gdy rozpadł się ostatni związek aktorki - ze sportowcem, Jarosławem Bieniecki-m, sytuację mocno przeżyła nie tylko ona sama, ale także jej starszy syn Filip, który zdążył się do niego przywiązać. – To była dla niego zmiana, strata, a jednocześnie jest wrażliwcem. Bardzo to przeżył. Bardzo świadomie o tym rozmawiałam z Filipem i popłakaliśmy razem, przytulaliśmy się i dostał tyle czasu, ile potrzebował, żeby mieć mnie dla siebie – wspominała sławna mama chłopca w jednym z wywiadów. Dlatego teraz nie chce narazić synów na trudne doświadczenie. Wyciąga lekcje z przeszłości. Otwarcie opowiada też, że w uporaniu się z trudnościami pomogła jej psychoterapia.

Wnioski z przeszłości

– Przez pierwszy rok po prostu chodziłam tam płakać. Dziś już rozumiem, że tamten płacz był uwalniający, ale wtedy wydawało mi się, że to słabość. Na terapii zrozumiałam, że wciąż jestem małą Kasią. Dziesięć lat temu rozsypało mi się życie, a ja udawałam, że nic się nie stało. Terapia pomogła mi to dostrzec – opowiadała Katarzyna, mając na myśli rozpad swojego małżeństwa z Przemysławem Gołdonem. Po rozwodzie w 2015 roku została sama z synem Filipem.

Kilka lat później w jej życiu pojawił się Jarosław Bieniecki. W 2020 roku para powitała na świecie syna Leona. Niestety, dwa lata później aktorka i sportowiec rozstali się. Wtedy w końcu postanowiła skupić się na sobie i zrobić wszystko, co w jej mocy, by stać się szczęśliwą singielką. Dzięki wsparciu przyjaciół, pracy nad sobą w psychoterapii i napisaniu książki razem z psychologiem zatytułowanej „Mnie też zabrakło sił", aktorka odzyskała kontrolę i radość życia. A teraz wszystko wskazuje na to, że w jej życiu zaczął się całkiem nowy, ekscytujący etap.

– Kasia zasłużyła na dobry związek, jak nikt inny – słyszymy. – Wiele rzeczy w sobie przepracowała i jest niezwykle pokorną osobą. Do tego ciepłą, otwartą kobietą…

SHOW Aleksander Nowak

Fot.: Akpa (2), East News, Sławomir Mrozek/Artrama, Instagram.com/katarzynaglinka (2)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

CO RÓŻNI CO ŁĄCZY

Z sercem dla SŁABSZYCH

» JEDNA – Z LOS ANGELES, DRUGA – Z WARSZAWY. Piękne i uzdolnione aktorki. Rywalizowały na parkiecie „Tańca z Gwiazdami". Czy coś jeszcze je łączy?

IZABELLA MIKO

21 stycznia świętowała 45. urodziny. Urodziła się pod znakiem Wodnika. Pochodzi z Łodzi.

Miała zostać tancerką, uczęszczała do szkoły baletowej. Karierę przekreśliła kontuzja.

Studiowała aktorstwo w Lee Strasberg Theatre and Film Institute w Nowym Jorku.

Ma na koncie kilka poważnych związków, m.in. z Maciejem Zakościelnym i Valem Kilmerem. Nie wyszła za mąż.

Zdeklarowana weganka, aktywnie angażuje się też w ochronę środowiska.

PAULINA GAŁĄZKA

Zodiakalny Lew. Na świat przyszła 21 sierpnia 1989 roku. Rodowita Warszawianka.

Jako nastolatka marzyła o karierze politycznej. Widziała się w roli pani premier, ale została aktorką.

Chciała mieć stabilny zawód, ale potem dostała się do słynnej PWSFTVIT w Łodzi

Od 10 lat jest żoną norweskiego aktora i reżysera Sindre Sandemo, którego poznała na studiach.

Angażuje się w pomoc schroniskom dla zwierząt. Sama adoptowała suczkę Perełkę.

Fot.: Akpa, Reporter

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Wazon
kwiaty,
22,3 cm
29,90 zł

Komplet
obiadowy
BLOM,
16 elementów,
399 zł

Obraz
botaniczny
kwiaty cebuli,
30x40 cm
26,90 zł

Kubek
w malowane
kwiaty,
480 ml
18,99 zł

Dzbanek
z bambusową
pokrywką
KWIATY,
1,6 L
34,90 zł

Podkładka
okrągła na stół,
w kwiaty,
38 cm
6,99 zł

Łąka WE WNĘTRZU

Polne kwiaty i delikatne motywy roślinne wkraczają do salonów. Trend „łąka we wnętrzu" sprawia, że lato rozkwita nie tylko za oknem, ale i w domu. **W Agacie znajdziesz tkaniny, ceramikę i dekoracje, które wniosą świeżość i lekkość do twojego domu.**

Kubek w łączkę sprawi, że kawa będzie smakowała jak podczas spaceru po porannej rosie. Poduszki z motywami kwiatowymi ożywią sofę, wprowadzając kolor oraz miękkość inspirowaną naturą. Wazony w kształcie kwiatów lub z subtelnymi nadrukami roślinnymi pięknie eksponują zarówno świeże bukiety, jak i suszone trawy. Obrazy z łąką w roli głównej budują nastrój sielskiej beztroski. To trend, który pozwala zatrzymać lato w czterech ścianach – lekko, świeżo i bardzo stylowo.

Więcej inspiracji znajdziesz sklepie online
www.agatameble.pl

Poduszka
w kwiaty RENE,
45x45 cm
26,90 zł

**Obraz na płótnie
KOBIETA KWIATY,
60x90 cm
59,90 zł**

Kubek
w kwiaty,
570 ml
16,99 zł

agata

eprasa.pl 93ed4ba4e8

KARTKA Z KALENDARZA

13 lipca 1985

Wielka rockowa rodzina

Podczas akcji Live Aid na dwóch kontynentach wystąpiły największe gwiazdy epoki: m.in. David Bowie, George Michael, Elton John, Madonna, Paul McCartney, grupy Queen, U2, The Who, Black Sabbath i Led Zeppelin.

Fot.: East News (6), Getty Images

Na oczach całego świata

W czasach, gdy nie było internetu i mediów społecznościowych, Live Aid, dzięki telewizji satelitarnej, połączył muzykę oraz masową zbiórkę i zamienił to w globalne widowisko.

Phil upamiętnił ten dzień

Od niego się wszystko zaczęło. Phil Collins, wokalista grupy Genesis, wystąpił w Londynie, był też w Filadelfii. Pozostając pod wrażeniem skali wydarzenia, wyraził życzenie, aby 13 lipca stał się dniem międzynarodowego świętowania rocka.

Zaspokoił głód nowości

Nie bez powodu nazwano go Królem Rock And Rolla. Elvis Presley jako pierwszy śpiewał, grał i tańczył w zupełnie nowym stylu.

Z Liverpoolu do legendy

Beatlesi nie wynaleźli rock and rolla, ale odegrali rownie ważną rolę - dzięki tym czterem chłopakom z Liverpoolu ta muzyka wyszła poza prosty rytm i chwytliwe refreny. Ponadto zarazili nią miliony ludzi na całym świecie.

Nogi same niosły do tańca

Rock and roll bardzo szybko znalazł odbicie w tańcu. Wprowadził na parkiet żywioł: podskoki, obroty, wyrzuty nóg, szybkie prowadzenie partnerki, niezwykłe, akrobatyczne figury.

ŚWIATOWY DZIEŃ ROCK AND ROLLA

» TO MUZYCZNE ŚWIĘTO, OBCHODZONE 13 LIPCA, wyrosło z legendy koncertów Live Aid. Tego dnia w 1985 r., na scenach w Londynie i Filadelfii, wystąpiły największe gwiazdy rocka, by zebrać pieniądze dla głodującej ludności Etiopii. Koncerty pokazały, że ta buntownicza muzyka jest także głosem solidarności. Zanim rock and roll stał się językiem stadionów i wielkich akcji charytatywnych, był muzyką młodych, niepokornych i spragnionych wolności. Jego serce zaczęło bić w latach 50. Miał wielu ojców, wśród nich byli m.in. Chuck Berry, Little Richard, Fats Domino, Elvis Presley i Beatlesi. To oni dali światu energię młodości. **(AG)**

Są na scenie od 64 lat, pierwszy koncert zagrali w 1962 r. Wprawdzie pięć lat temu ziemski padół opuścił perkusista Charlie Watts, lecz reszta gra dalej.

Dopóki grają Stonesi...

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Z mamą najlepiej

Deklaracje o wyjątkowej więzi łączącej z mamą często padały z ust Magdaleny. I jak widać, to nie puste słowa.

Namiętność kwitnie

Nie mogli oprzeć się buziakom i czułościom w miejscu publicznym.

Wyprawa z siostrą

Aktor dopiero co wrócił z Azji, gdzie wyjechał ze swoją młodszą siostrą Aldoną.

Przez kilka miesięcy życie ich rodziny było zdominowane przez taniec.

MAGDALENA BOCZARSKA NA RANDCE WE TROJE

» ZAWSZE NA WŁASNYCH ZASADACH! Choć są razem od 12 lat i wychowują syna Henryka, ślubu wciąż nie planują. A i romantyczne spotkanie organizują po swojemu – czasem, jak widać, z mamą aktorki u boku. Podczas wspólnego obiadu Magdalena Boczarska i Mateusz Banasiuk nie szczędzili sobie czułości, a pani Elżbieta wyglądała na osobę, której takie gesty wcale nie krępują. Przeciwnie, świetnie czuła się w rodzinnym gronie. No i na pewno rozumie, że zakochani mają sporo do nadrobienia: wszak Magda wiosną oddawała siły „Tańcowi z Gwiazdami", a Mateusz później wyjechał na plan „Azja Express". Teraz mogą wreszcie znów nacieszyć się sobą. **(AK)**

Fot.: East News, Instagram.com/mateuszbanasiuk

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Kochała totalnie, na zabój

Biznesmen, Tadeusz Głażewski oświadczył się jej zaledwie po miesiącu znajomości. Ale do ślubu nie doszło, rozstali się w 2008 roku - po 3 latach związku.

Ze starszym o 15 lat Robertem Rozmusem spotykała się, a nawet zaręczyła na początku lat 2000. Podobno zeswatał ich Piotr Gąsowski, z którym grała wtedy w serialu.

Sekretna miłość z przeszłości

Z Janem Lubomirskim-Lanckorońskim są równolatkami i oboje pochodzą z Krakowa. Tu razem po latach. Wygląda, że nadal się przyjaźnią.

JOANNA LISZOWSKA O WŁOS OD BYCIA KSIĘŻNĄ

» A TO NIESPODZIANKA! Wiedzieliśmy o jej związku z Robertem Rozmusem, o zaręczynach z biznesmenem Tadeuszem Głażewskim i małżeństwie z pochodzącym ze Szwecji Olą Serneke. Ale tą miłością Joanna Liszowska nigdy się nie chwaliła. Za to właśnie wygadał się jej dawny ukochany – Jan Lubomirski-Lanckoroński. – Moja długoletnia dziewczyna. Bardzo pięknie śpiewająca. Joanna Liszowska, z którą spotykałem się jeszcze będąc w liceum i trochę na studiach – ujawnił arystokrata. Była jego miłością, zanim poznał pierwszą żonę Dominikę Kulczyk. I pomyśleć, że mało brakowało, by została księżną zamiast aktorką! **(NA)**

Królowa srebrnego ekranu

Zachwyca na scenie i w serialach, ale mogła brylować w świecie arystokratów.

W 2009 roku, na torze kartingowym, poznała milionera ze Szwecji, Ola Serneke. W następnym roku wzięli ślub i doczekali się dwóch córek. Rozwiedli się po 8 latach.

JEDNYM ZDANIEM

Siedemnaście lat temu **Katarzyna Skrzynecka** poślubiła **Marcina Łopuckiego**, a w tym roku świętowali wyjątkowo, bo na… balu ósmoklasisty ich córki Aliki.

„Oops!... I Did It Again" może znów stać się faktem, **Britney Spears (44)**, właśnie ogłosiła bowiem, że chciałaby mieć... trzecie dziecko!

Syn **Moniki Richardson** - 25-letni Tomasz został taksówkarzem i wyznał, że robi to nie dla pieniędzy, a dla rozmów z pasażerami, które wręcz uwielbia.

Fot.: Akpa, East News, Forum, Reporter, Instagram.com/joannaliszowskaofficia

eprasa.pl 93ed4ba4e8

No i zaświecili obrączkami

Ostatnio pojawili się razem w Amsterdamie na premierze filmu „Spider-Man: Całkiem nowy dzień". Po raz pierwszy oficjalnie z obrączkami na palcach.

Dziewczyna Spider-Mana

Zendaya i Tom poznali się dekadę temu na przesłuchaniach do filmu „Spider-Man: Homecoming". Jemu przypadła rola głównego bohatera, jej - pięknej MJ.

Potem nakręcono kolejne części sagi, a za każdym razem tych dwoje wydawało się coraz bliższych sobie. Na premierze „Spider-Man: Bez drogi do domu" w 2021 roku potwierdzili, że prywatnie też są parą.

Intymność zachowują dla siebie

Razem na czerwonym dywanie - nie ma problemu. Ale na pytania o ich wspólne codzienne życie konsekwentnie odmawiają odpowiedzi.

ZENDAYA I TOM HOLLAND KRÓTKO I NA TEMAT

» TERAZ JUŻ WSZYSTKO JASNE! Kilka miesięcy temu Zendaya zamieniała zaręczynowy pierścionek od Toma Hollanda na obrączkę. Zrobiła to bez fanfar, a media zalała fala spekulacji na temat ślubu aktorskiej pary, zaś internet obiegły ich „ślubne" zdjęcia, wygenerowane przez sztuczną inteligencję. Tych dwoje jednak tak zaciekle broni swojej prywatności, że szanse na potwierdzenie tej rewelacji były niemal zerowe. Ale w końcu stało się! Tom Holland ujawnił właśnie, że nikomu nie musiał się z tych zdjęć tłumaczyć, ponieważ… najbliżsi nie przegapili wesela! – Wszyscy tam byli... I to wszystko, co powiem na ten temat – uciął krótko. **(NA)**

Fot.: East News (4)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

GORĄCY TEMAT

Zawsze razem, zawsze z klasą

Remont zakończony, ich wymarzone miejsce na ziemi - gotowe. A przeprowadzka już za nimi - teraz czas na wspólne, błogie chwile. I cieszenie się sobą!

Od tego się wszystko zaczęło...

W „Czasie honoru" grali zakochanych. Uczynili to wyjątkowo dobrze. Tak dobrze, że niedługo potem zaczęli darzyć się autentycznym uczuciem w życiu...

To

To dla nich zupełnie nowy rozdział. W życiu pięknej, ale i najbardziej tajemniczej pary w polskim show-biznesie zaszła chyba największa od lat rewolucja: **zamieszkali pod dwoma adresami!**

Agnieszka Więdłocha i Antoni Pawlicki

Pod (nie)jednym DACHEM!

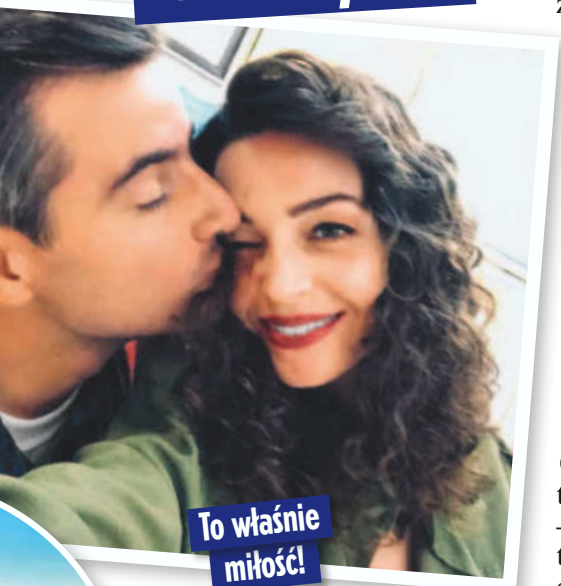
SHOW extra

I hop do wody!

Nie samym aktorstwem człowiek żyje. Artysta to też prawdziwy wilk morski! Pływanie i żeglarstwo to jego największe przyjemności i pasje.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

mogło się różnie skończyć...



To właśnie miłość!

Co dla gwiazdora oznacza bycie w związku? - Pozwalasz, żeby ktoś się wplótł w twoje życie, żeby zajął miejsce, którego już nie odzyskasz - wyznał ostatnio.

Wymarzony wakacyjny azyl

Warszawskie tempo zwalnia w południowym klimacie, gdzie od niedawna ma z rodziną ulubiony adres. Tam głowa może rozboleć jedynie od słońca!

Dotąd dumni rodzice dwóch tryskających energią kilkulatek – tak dyskretni, że nawet obie ciąże aktorki utrzymali w tajemnicy – mieszkali na warszawskiej Saskiej Kępie. Było im tam wygodnie, bo miejsko, wszędzie blisko, ale i kameralnie. Jednak z czasem czteroosobowa rodzina zaczęła marzyć o większej przestrzeni. I tak spełnili jedno ze swoich największych marzeń – kupili dom.

Zmiany, zmiany, zmiany

I kilka miesięcy temu przenieśli się na drugą stronę Wisły. Remont okazał się prawdziwym sprawdzianem charakterów, ale teraz, szczęśliwie, zamknęli już ten etap. – Antoni był bardzo zaangażowany. Każdego drobiazgu pilnował, doglądał i ustalał. Jest bardzo wymagający, ale w efekcie wszystko się udało i naprawdę świetnie się spisał – zdradza ich przyjaciel. Rezultat? Przestrzeń skrojona na miarę ich potrzeb: jasna i ciepła. Jest ciszej, dookoła bardziej zielono, pachnie trawa, rano śpiewają ptaki… Dokładnie tak, jak sobie wyobrażali.

Ale to nie koniec wyzwań i zmian w ich życiu. I nie jedyna nieruchomość, którą ostatnio oswoili. Od pewnego czasu cieszą się bowiem także własnym azylem za granicą – mieszkaniem w Hiszpanii. Tamtejsze gniazdko również wymagało odświeżenia, pracy i serca. Gdy więc tylko znajdują wolną chwilę, wyruszają w czwórkę na południe Europy. Dla obojga dom, bez względu na szerokość geograficzną, jest symbolem miłości i bezpieczeństwa.

W ogrodzie miłości

Ich wspólna historia zaczęła się na planie serialu „Czas honoru". To tam się poznali. Antoni już wtedy wiedział, co jest dla niego najważniejsze: – Jedynym cudownym sposobem przejścia przez życie jest posiadanie rodziny.

Słowa szybko przekuł w czyny. W 2018 roku poślubił piękną koleżankę po fachu. Od tamtej pory ich relacja, pielęgnowana z dala od blasku fleszy, dojrzewa i nabiera głębi. Gwiazdor uważnie wsłuchuje się w potrzeby żony i aktywnie uczestniczy w wychowaniu dzieci. Nie chce, by w córkach utrwaliło się przekonanie, że dom to wyłącznie kobieca odpowiedzialność. I czuje się szczęściarzem, ponieważ jego zawód daje mu elastyczność i pozwala łączyć pracę z ojcostwem. – Tego nie da się przecenić. Niczym – zauważył 42-latek w Dzień Ojca.

Razem z Agnieszką tworzą więc zgrany duet. Dbają o dom, o dzieci, ale też o siebie nawzajem. Czasem wręcz za bardzo… I – jak w każdym związku – nie brakuje emocji. Artysta nie kryje, że bywa zazdrosny o ukochaną. – Oj, bardzo – przyznaje w wywiadzie. Ale jednocześnie uspokaja: – Co innego zazdrość, a co innego chorobliwa zazdrość. To nie jest tak, że kontroluję każdy jej ruch.

A jego piękna żona? Czy odwzajemnia się tą samą czujnością? Okazuje się, że nie, a jeśli nawet, to bardzo skrzętnie to ukrywa. Chociaż… pewna sytuacja ostatnio go zaskoczyła. – Gdy po spektaklu odwiozłem koleżankę do domu, to nagle pojawił się jakiś cień zazdrości. Aż byłem w szoku – wspomina z uśmiechem.

Dziś artyści mają więc nowy dom, a nawet dwa – ale fundament ich związku pozostaje ten sam: miłość, zaufanie i stałość. Bo najstaranniej pielęgnują nie ogród za oknem, lecz inny – ten, który, mimo tylu wspólnych lat, nadal kwitnie w ich sercach…

Na zielonej łące

Nie ma jak relaks na łonie natury - cisza, spokój… Chwilo trwaj!

Fot.: Akpa (2), Instagram.com/agnieszka.wiedlocha.official (2), Instagram.com/antek_pawlicki (2)

SHOW Anna Rajska

eprasa.pl 93ed4ba4e8

GORĄCY TEMAT

Sprawy ważne i WA

Czy macierzyństwo oznacza koniec marzeń o sławie? Te aktorki i prezenterki świadomie zawiesiły zawodowe życie, by poświęcić się temu, co dla nich najcenniejsze – rodzinie. **I bez żalu znikały ze świecznika,** aby spędzać ze swoimi dziećmi jak najwięcej czasu.

Joanna Koroniewska

Żona Macieja Dowbora już po urodzeniu pierwszej córki wiedziała, że trzeba zwolnić. – Nie wyobrażałam sobie, że puszczę Jankę na wiele obozów w wakacje, bo ja muszę pracować – mówiła Joanna Koroniewska, która odeszła z „M jak miłość", skupiając się na działalności influencerki.

MUSIAŁA ZWOLNIĆ TEMPO

SHOW extra

Aleksandra Justa

Gdy założyła rodzinę ze Zbigniewem Zamachowskim, jej ambicje zawodowe zeszły na drugi plan. – Coś za coś. Jakbym miała silne parcie na szkło, to nie urodziłabym czwórki dzieci – mówiła Aleksandra Justa – aktorka Teatru Narodowego, która po rozwodzie została też trenerką mindfulness.

ZAJMOWAŁA SIĘ CZWÓRKĄ DZIECI

eprasa.pl 93ed4ba4e8

ŻNIEJSZE

WDZIĘCZNA LOSOWI

Izabella Scorupco

Po tym, jak w 1995 roku zagrała dziewczynę Bonda u boku Pierce'a Brosnana, miała u stóp cały świat. Ale kiedy urodziła Julię i Jacoba, zawiesiła karierę bez żalu. – Siedzimy na podłodze w domu, malujemy, czytamy. Czuję niewypowiedzianą wdzięczność dla losu, gdy patrzę na swoje dzieci – mówiła Izabella Scorupco.

PRZERWA MACIERZYŃSKA

Paulina Krupińska

Jako Miss Polonia 2012 brała udział w reklamach i programach telewizyjnych. Ale marzeniem Pauliny Krupińskiej było bycie mamą. Spełniła je z Sebastianem Karpielem-Bułecką. – Na razie zajmuję się wychowywaniem dzieci – mówiła z dumą. kiedy urodziła Tosię i Jędrka. Mieli po kilka lat, kiedy została gwiazdą „Dzień Dobry TVN".

SPOKÓJ ZAMIAST SŁAWY

Elżbieta Starostecka

Po roli w „Trędowatej" stała się wielką gwiazdą. Ale Elżbieta Starostecka nigdy się nią nie czuła. Kiedy została żoną kompozytora Włodzimierza Korcza i urodziła mu dwoje dzieci, skupiła się na rodzinie. – Wolę spokojne życie, niż sławę. Bycie gwiazdą mnie nie interesuje – mówi aktorka.

NAJPIERW WALKA O ZDROWIE

Ewa Gorzelak

Występowała w „M jak miłość" i „Na Wspólnej", kiedy nagle w 2003 roku zniknęła z ekranu.. Gdy u jednego z jej synów wykryto guza mózgu, rzuciła wszystko, żeby go ratować. – W tamtym czasie Centrum Zdrowia Dziecka stało się dla mnie drugim domem – wspominała Ewa Gorzelak, która – kiedy syn wyzdrowiał – założyła przy przy Klinice Onkologii Fundację „Nasze Dzieci".

Fot.: Akpa (3), East News (2), Forum, PAP, Instagram.com/joannakoroniewska, Instagram.com/izabellascorupco, Instagram.com/pkrupinska, Instagram.com/ewa_gorzelak

eprasa.pl 93ed4ba4e8

GORĄCY TEMAT

U niej kłopoty

Czy obudzi współczucie poddanych?

Pierwsze zdjęcie Mette-Marit po operacji. Księżna była obolała, wymagała podawania dodatkowego tlenu. Czy wykorzysta chorobę, by poprawić wizerunek rodziny?

SHOW extra

W cieniu tragicznej walki o życie żony następcy tronu toczy się druga: **o jedność rodziny i dobre imię norweskiej korony.**

Dylematy rekonwalescentki

Wracając do zdrowia po przeszczepie płuc, księżna ma o czym rozmyślać. Syn w więzieniu, a o nią samą pyta przeszłość.

Księżna Mette-Marit

Czy współczuciem PRZYKRYJE SKAN

eprasa.pl 93ed4ba4e8

chodzą parami

Morten Borg był pomyłką

Mette-Marit z Mortenem Borgiem mieli romans krótki i burzliwy. Ich syn Marius urodził się w 1997 r., już po ich rozstaniu.

Następca tronu uległ jej urokowi

Niejasna przeszłość Mette-Marit, m.in. jej związek z Borgiem, sprawiła, że media otwarcie pytały, czy powinna wejść do rodziny królewskiej. Ale ślub odbył się w sierpniu 2001 r.

Marius odziedziczył złe geny?

Syn księżnej wiódł dwa życia: oficjalne, przy dworze, i drugie, mroczne, wypełnione nałogami i przemocą.

DALEJ?

To był wyścig z chorobą, która nagle przyspieszyła. 5 czerwca Pałac Królewski w Oslo ogłosił, że księżna Mette-Marit, żona następcy norweskiego tronu księcia Haakona, musi pilnie poddać się przeszczepowi płuc. – Choroba odbiera jej oddech, został jej najwyżej rok życia – alarmował opiekujący się nią profesor Are Holm.

Przeszczep przeprowadzono w klinice Rikshospitalet w Oslo. Pałac poinformował, że operacja się udała. Przy jej łóżku czuwał książę Haakon, przyjechały też ich dzieci, 20-letni syn Sverre Magnus i o dwa lata od niego starsza córka Ingrid Alexandra.

Księżna ma przed sobą tygodnie pobytu w szpitalu, a później czeka ją wyczerpująca rehabilitacja. Norweskie media kibicują jej w tym, podkreślając jednak, że do powrotu do zdrowia potrzeba świętego spokoju, a na taki Mette-Marit niestety nie bardzo może liczyć…

Wszystkie grzechy syna

Nagłe nasilenie choroby nie jest jedynym dramatycznym wydarzeniem, jakiemu księżna w ostatnich miesiącach musiała stawić czoła. Jej starszy syn, 29-letni Marius Borg Høiby, 15 czerwca został przez sąd skazany na cztery lata więzienia m.in. za dwa gwałty i przemoc wobec partnerki.

Wyszedł z niego damski bokser

Okładka magazynu, który opisał atak nożem Mariusa na jego byłą dziewczynę.

Proces toczył się od lutego br., lista zarzutów była długa – oprócz gwałtów i przemocy także zachowania naruszające godność seksualną, groźby, przestępstwa narkotykowe i drogowe. Marius to czarna owca w rodzinie królewskiej, chociaż ma w niej wyjątkowe miejsce. Jest synem Mette-Marit z jej młodzieńczego związku z Mortenem Borgiem. Nie ma tytułu książęcego i prawa do tronu, ani oficjalnej roli w norweskim Domu Królewskim. Przed laty w norweskiej debacie wokół zaręczyn Mette-Marit z następcą tronu często przypominano, że była ona samotną matką, zaś Morten Borg miał dużo problemów z prawem. To był jeden z powodów, dla których wejście Mette-Marit do rodziny królewskiej budziło wtedy ogromne emocje.

Gdy postawiono Mariusowi serię poważnych zarzutów, media zadawały pytanie, czy niedaleko padło jabłko od jabłoni, Oficjalnie książę Haakon stanął po stronie żony i jej oskarżonego syna, mówiąc, że rodzina wspiera go w trudnych chwilach. Ale wylewny nie był – ograniczył się do słów współczucia dla „wszystkich dotkniętych tą sprawą". Po wyroku skazującym dwór królewski odmówił komentarza.

I Marius siedzi. Gdy jego matka czekała na telefon ze szpitala z informacją, że znaleziono dawcę płuc, tkwił za kratami, prosząc o zwolnienie, by mógł się z nią zobaczyć. Bezskutecznie.

Niewygodne pytania wróciły

Przeszłość księżnej budzi wątpliwości nie tylko ze względu na związek z ojcem Mariusa. Nad Mette-Marit znów wisi cień Jeffreya Epsteina, skazanego przestępcy seksualnego. Ujawnione w styczniu dokumenty z amerykańskiego śledztwa wykazały, że księżna i Epstein w latach 2011–2014 wymieniali e-maile z gratulacjami, komplementami i osobistymi zwierzeniami. Mette-Marit spędziła nawet kilka dni w jego niesławnej rezydencji w Palm Beach, gdzie dochodziło do wykorzystywania kobiet. Niby później zapewniała, że została zmanipulowana i oszukana, a książę Haakon twierdzi, że wiedział o tej znajomości, ale… niewygodne pytania wróciły – i to w najtrudniejszym czasie.

SHOW Anna Grabarczyk

Fot.: Getty Images, East News (2), Forum (2), okładka magazynu Se Og Hor

eprasa.pl 93ed4ba4e8

GORĄCY TEMAT

Tomasz Kot

Zanim wszystko

Naprawdę to już KONIEC?

Mieli świętować 20 lat małżeństwa. **Zamiast jubileuszu przyszło ciche, dojrzałe pożegnanie.**

W świecie, gdzie kryzysy często widać z daleka, tutaj cisza trwała do samego końca. Tomasz Kot i Agnieszka Olczyk-Kot ogłosili rozstanie, choć przez lata uchodzili za jedno z najbardziej zgodnych małżeństw w branży. – To była spokojna, wspólna i niełatwa decyzja – napisali we wspólnym oświadczeniu. Dodali też: – Choć nie jesteśmy już małżeństwem, nadal jesteśmy dla siebie ważnymi ludźmi i wspólnie dbamy o to, co przez lata stworzyliśmy.

Ten komunikat poruszył tym bardziej, że nie poprzedzały go żadne widoczne sygnały kryzysu. Ich związek sprawiał wrażenie dyskretnego i opartego na lojalności. W roku, w którym mogli świętować 20. rocznicę ślubu, zamiast jubileuszu przyszła informacja o końcu wspólnej drogi.

Cisza przed rozstaniem

Tomasz Kot nigdy nie budował popularności na opowieściach z domu. Rzadko mówił o żonie i dzieciach. Ona także nie zabiegała o uwagę mediów. Razem tworzyli spójny obraz pary, która ceni prywatność.

Dziś jednak niektóre sytuacje z ostatniego czasu można odczytywać nieco inaczej. Aktor coraz częściej pojawiał się na premierach i wydarzeniach z synem Leonem. Z pozoru – kompletnie nieznaczący drobiazg. Wydawało się, że ojciec po prostu wprowadza dorastające dziecko w swój świat. Trudno o coś bardziej naturalnego. Tym niemniej, po ogłoszeniu rozstania, trudno nie zapytać, czy za tymi wyjściami nie kryło się także coś więcej. A może już wtedy rysował się kryzys w rodzinie? Może powoli zaczynali układać swoje życie na nowych zasadach?

Oni sami poprosili o uszanowanie prywatności i spokoju dzieci. Wszak w tej historii są właśnie Blanka i Leon, którzy nie powinni ponosić ciężaru decyzji rodziców. W oświadczeniu małżonków nie było nawet cienia pretensji czy szukania winnego. Była próba zamknięcia długiego etapu bez niszczenia tego, co przez lata było ważne.

Zostały wspólne lata

Ich historia zaczęła się w 2000 roku w Krakowie, jeszcze w czasach studenckich. Anegdota mówi, że podczas pierwszego spotkania aktor miał żartobliwie zapytać przyszłą żonę, czy za niego wyjdzie. Ślub wzięli po sześciu latach znajomości, w Częstochowie. Potem przyszły na świat dzieci i codzienność. Lecz o niej wiadomo niewiele.

Sam Kot mówił kiedyś o małżeństwie w niewymuszony sposób. – Było nam z Agnieszką dobrze, więc ślub stał się kolejnym krokiem. Małżeństwo daje mi poczucie, że wiem, dokąd wracam – przyznawał. W innym wywiadzie podkreślał, jak ważne jest dla niego zdanie żony. – Agnieszka jest jedyną osobą, do której mam stuprocentowe zaufanie, ona mnie zna najlepiej na świecie. Potrafi podpowiedzieć mi coś, czego sam nie dostrzegam – mówił.

Co więc tak zgodną parę doprowadziło do rozstania? Być może z czasem sami to zdradzą. Jak udało nam się dowiedzieć, pozew rozwodowy pary wpłynął do sądu w marcu br. W chwili wysyłania numeru do druku nie mieliśmy potwierdzenia, że odbyła się już jakakolwiek rozprawa.

Ale dla nich to już nie tylko rozstanie zapisane w oświadczeniu, lecz moment, po którym trzeba inaczej spojrzeć na dom, rodzinę i przyszłość. Tomasz Kot zaczyna etap, który wymaga czasu.

SHOW Rita Rembisz

Fot.: Akpa (2), East News, Forum (2), Instagram.com/tomasz_kot.official

eprasa.pl 93ed4ba4e8

się zmieniło

Rodzina pełna marzeń

Tak wyglądali wtedy, gdy wszystko dopiero się układało, a wspólna przyszłość wydawała się oczywista.

SHOW extra

Pozostanie sentyment

Byli razem od święta i na co dzień Tego co mieli nie da się wymazać jednym oświadczeniem.

Dawne słowa powracają

W swoje urodziny dwa lata temu dzielił się refleksją, że to nie czas leci, ale my przemijamy.

Sukces bez wytchnienia

Czarodziej ekranu, uwielbiany przez widzów i rozchwytywany na premierach. Stale w centrum uwagi. Czy taka sława potrafi położyć się długim cieniem na życiu rodzinnym?

Wielka duma i bezcenne wsparcie

Córka ma już za sobą role w serialach. Ojciec z dumą wprowadzał ją w swój świat.

Premiery z synem

Gdy pojawiał się z synem na premierach, wyglądało to po prostu rodzinnie. Teraz ten obraz zyskuje nowy sens.

amazon prime

GORĄCY TEMAT

SHOW extra

Reni Jusis

Wielki świat, KUCHENNY BLAT

Do dziś pamięta, że po urodzeniu dzieci **pół roku śniło jej się zdanie: „oddajcie mi moje życie!”.** Ale niczego nie żałuje i znów święci triumfy jako artystka.

To jest cała prawda o niej

Na scenie – wulkan energii i gejzer pomysłów na nieszablonowe stylizacje, prywatnie – szara myszka, która codziennie stawia innych na pierwszym miejscu,

Scena to tylko

Zostały piękne wspomnienia...

Drogi z wokalistą Tomkiem Makowieckim rozeszły się po jedenastu latach małżeństwa. Nowa rzeczywistość nie była dla niej łatwa.

Jak ryba w wodzie

Na scenie jest prawdziwą gwiazdą!

Najlepsza ekomama

Dba o to, by jej bliscy mogli cieszyć się każdego dnia zdrowym jedzeniem.

Fot.: East News (2), Instagram.com/renijusisofficial (4)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Wszystko dla dzieciaków

To dzieci są esencją jej życia, chroni je przed sławą - nigdy nie pokazała ich twarzy.

Przyjemności płyną z życia

Reni uwielbia ruch - jej pasją jest m.in. gra w tenisa.

Jest o niej głośno za sprawą nowego singla „Kiecka". To nie tylko efektowny muzyczny powrót Reni Jusis, ale też wyjątkowo osobista opowieść 52-letniej artystki, która w tekście porusza temat kobiet stawiających potrzeby innych ponad własne. Gwiazda nie ukrywa, że inspiracją były jej własne doświadczenia.

Siła naprawdę jest kobietą

– Prowadzimy dom, zajmujemy się dziećmi. To jest czasami drugi, nawet trzeci etat pracy, nieopłacanej, którą często wykonujemy, zapominając o sobie – mówi wprost wokalistka.

Gdy na świat przyszły jej dzieci: 16-letni dziś Teofil i 14-letnia Gaja, całkowicie poświęciła się macierzyństwu, choć nie zawsze było jej łatwo. – Przez pierwsze pół roku śniło mi się zdanie: „Oddajcie mi moje życie!«" – wspominała po latach.

W trosce o rodzinę wyprowadziła się z Warszawy do Trójmiasta. Marzyła o ciszy, zieleni i życiu bliżej natury. Szybko stała się jedną z prekursorek ekologicznego stylu życia w Polsce. Promowała zdrowe odżywianie, ekologiczne rozwiązania i wydała książkę „Poradnik dla zielonych rodziców". Było to jednak kolejne zajęcie, w którym nie ona była najważniejsza. – Dołożyłam sobie kolejną pasję i kolejny etat. Ale to odbiło się brakiem czasu dla siebie – zwierza się piosenkarka.

Chciała, by syn i córka wychowywali się w pełnej rodzinie. Jednak jej drogi z ojcem dzieci, wokalistą Tomkiem Makowieckim rozeszły się po jedenastu latach małżeństwa. Reni musiała przystosować się nowej rzeczywistości. – To było trudne, musiałam się tego nauczyć – nie kryła.

Bez blasku fleszy

Dziś znów koncertuje. Ale, jak podkreśla, to tylko dodatek do życia. Prawdziwa codzienność wygląda inaczej. – Na scenie jestem pomalowana, uczesana, ale to nie ma nic wspólnego z codziennym życiem. Zwykle chodzę w dresie, czasami jestem potargana. Kiedy dzwoni moja siostra i pyta się, co u mnie słychać, to lubię jej odpowiadać: „Wielki świat, kuchenny blat" – żartuje piosenkarka.

SHOW Ewa Mancini

REKLAMA

Zupełnie ODMIENIONY!

Ponad 200 nowych porad i inspiracji

Nasze NOWOŚCI!

- lekcja projektowania krok po kroku
- lifehacki sprytnego ogrodnika
- prawdy i mity z zakresu ogrodnictwa
- testujemy i porównujemy dla Was

EKSTRA! Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników

Miesięcznik dostępny w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz w wersji cyfrowej i prenumeracie na czytelnia.pl

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Na pustyni odkrył, że NIE BOI SIĘ SAMO

Kiedyś wydawało mu się to niemożliwe. Dziś samotne wyprawy należą do jego najcenniejszych doświadczeń. Znany tancerz i choreograf opowiada nam **o Afryce, życiu po rozstaniu i odnajdywaniu spokoju** w świecie pełnym pośpiechu.

Michał Piróg

MICHAŁ PIRÓG to tancerz, choreograf i prezenter telewizyjny, który postanowił zrobić sobie przerwę od szklanego ekranu. Rozwija swoją markę kosmetyczną. Jest singlem.

Praca przy filmach i spektaklach, rozwijanie własnej firmy kosmetycznej, kolejne premiery... Ma Pan naprawdę napięty grafik. Czy w tym wszystkim znajdzie się jeszcze miejsce na wakacje?

Na szczęście tak, choć dopiero pod koniec roku.

Dokąd Pan pojedzie?

Najprawdopodobniej do Afryki.

To Pana ulubiony kierunek?

Może nie cała Afryka, ale wybrane miejsca. Najczęściej myślę o Etiopii, Namibii albo Botswanie. Lubię miejsca, w których czas się zatrzymał. Uwielbiam to, że można przez kilka tygodni nie spotkać drugiego człowieka i naprawdę pobyć samemu ze sobą.

Lubi Pan podróżować samotnie?

Kiedyś wydawało mi się, że nie potrafię być sam. Przedostatnie wakacje byłem przez trzy tygodnie samotnie na pustyni, a trzy lata temu pojechałem sam do Etiopii. Okazało się, że to jedno z najlepszych moich doświadczeń.

Jakie hotele Pan tam wybiera?

To zależy od miejsca. Gdy byłem w Namibii, wpisałem w wyszukiwarkę hasło „najbardziej odosobnione hotele świata". Trafiłem w takie miejsce, gdzie byłem jedynym gościem, choć hotel miał aż osiem pokoi. Było poza sezonem – na pustyni panowały temperatury sięgające niemal 60 stopni, więc nikt tam wtedy nie przyjeżdżał.

A w Etiopii?

Tam wygląda to zupełnie inaczej. Czasami spałem w wioskach, czasami w schroniskach. Poza dużymi miastami infrastruktura hotelowa praktycznie nie istnieje. W górach nie ma już właściwie nic. Można sobie urządzić własną wersję „Afryka Express".

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Dobrze mu z tym, gdzie jest

OBIEŻYŚWIAT Najlepiej czuje się w podróży. A z kierunków najchętniej wybiera Etiopię.

KRÓL PARKIETU Jako młody tancerz błyszczał w musicalu „Koty", a jego niezwykła gibkość wydawała się nie mieć granic.

FAN MODY Decyzję o odejściu z „Top Model" podjął bardzo świadomie. Nie oznacza to jednak, że odwrócił się plecami do świata mody.

CZŁOWIEK TELEWIZJI Doskonale spisywał się też jako gospodarz talent-show „You Can Dance – Po prostu tańcz".

AUTOR W książce „Chcę żyć" śmiało mówił o tolerancji, akceptacji, pochodzeniu i miłości.

Nie boi się Pan takich wypraw?
Zawsze jest jakiś dreszczyk emocji, szczególnie na początku. Boimy się tego, czego nie znamy. Nie wiemy, czy możemy zaufać ludziom, jesteśmy przyzwyczajeni do określonych schematów. Tymczasem na miejscu okazuje się, że rzeczywistość wygląda zupełnie inaczej. Zwłaszcza na wsiach i w górach, gdzie prawie nie docierają samochody. Ludzie otwierają swoje domy i serca. Tam życie wygląda czasem jak w czasach biblijnych – ktoś bierze kij i idzie przez góry przez cztery dni.

Nie nudzi się Pan sam ze sobą?
Kiedyś myślałem, że będzie mi trudno. Bałem się, że jestem zbyt uzależniony od ludzi. Okazało się jednak, że z każdym kolejnym dniem jest mi coraz lepiej. Mam spokój i możliwość pobycia sam na sam ze sobą oraz z naturą. Widać prawdziwy rytm życia – bezwzględność natury, ale też jej niezwykłą harmonię. To pozwala spojrzeć na własne życie z dystansem.

Co Pan tam robi?
Czytam książki, spaceruję, obserwuję naturę. Na pustyni potrafię spędzać czas praktycznie bez kontaktu z innymi ludźmi. Rano pojawiają się dzikie zwierzęta. A wieczorami zdarza się, że wśród nich są nawet szakale. Nocami patrzę w niebo pełne gwiazd, nieprzesłonięte żadną chmurą ani miejskimi światłami. To daje niesamowity spokój.

> „Na ten moment nie jestem zakochany. Można powiedzieć, że zrobiłem sobie swego rodzaju pauzę"

Czego nauczyły Pana te samotne wyprawy?
Tego, że nie muszę cały czas być otoczony ludźmi. Dają mi też dystans do życia. Wracam z nich spokojniejszy i bardziej uporządkowany.

Przez lata był Pan bardzo aktywny fizycznie. Jak jest dziś?
Przyznam, że ostatnio zaniedbałem sport. Ten rok jest dla mnie tak intensywny zawodowo, że trudno było mi znaleźć czas na cokolwiek innego. Teraz planuję wrócić do regularnego ruchu.

To wyłącznie kwestia braku czasu?
Nie. Po drodze miałem też problemy z kręgosłupem, więc musiałem nauczyć się większej ostrożności. Na szczęście dziś wszystko jest już w porządku.

A jak wygląda dziś życie uczuciowe Michała Piróga? Jest Pan zakochany?
Nie. Na ten moment nie jestem zakochany. Można powiedzieć, że zrobiłem sobie swego rodzaju pauzę. Ostatnia moja relacja zakończyła się na początku roku.

Dlaczego się nie udało?
Ponieważ to była relacja na odległość. Po raz kolejny przekonałem się, że takie związki są bardzo trudne. Ciągłe podróże, brak czasu i życie na walizkach nie pomagają. To wybija z poczucia stabilizacji i uporządkowanego życia.

Za trzy lata skończy Pan 50 lat. Stresuje Pana upływ czasu?
Jeszcze nie (śmiech). Nie mam z tym problemu. Patrzę na ludzi, których podziwiałem, jak byłem dzieckiem. Widzę, że nadal są aktywni, realizują swoje pasje, cieszą się życiem. Daje mi to poczucie, że przede mną jeszcze wiele ciekawych rozdziałów.

A co dziś sprawia Panu największą radość?
O, bardzo różne rzeczy. Na przykład dobre projekty zawodowe, czas spędzony z przyjaciółmi, podróże. Czasami cieszy mnie cisza, a czasami tłum ludzi na festiwalu. Wszystko zależy od momentu, w którym jestem.

Po odejściu z telewizji nie tęskni Pan za ekranem?
Nie. Po 25 latach pracy poczułem, że potrzebuję od niej odpoczynku. Dziś dobrze mi z tym, gdzie jestem. Ale nigdy nie powiedziałem, że nie wrócę do telewizji.

To była spontaniczna decyzja czy może dojrzewała w Panu od dawna?
Zdecydowanie dojrzewała. To nie było tak, że obudziłem się pewnego dnia i postanowiłem odejść. Myślałem o tym od kilku sezonów pracy przy „Top Model". Osoby, które ze mną pracowały, doskonale wiedziały, że ten moment kiedyś nadejdzie. Wielu ludzi jednak nie wierzyło, że rzeczywiście się na to zdecyduję.

SHOW Anna Szwarc

TNOŚCI

Fot.: Akpa (2), East News, Reporter, Facebook.com /Michał Pirog

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Bądź

Paulina Sykut-Jeżyna (45)

Stylizacja naszej „pogodynki" jest jak prognoza - w odcieniach nieba: piękny błękit, ale z nutą deszczowej chmury. Jasnoniebieska rozkloszowana spódnica wnosi lekkość, a granatowa góra pięknie równoważy całość. Wysoki stan podkreśla szczupłą talię, natomiast jasne szpilki optycznie wydłużają nogi. Jest elegancko, a zarazem swobodnie.

Ziemia łapie słońce

Lekka sukienka i naturalne, plecione dodatki tworzą zestaw, który przywodzi na myśl spacer po ciepłym piasku.

Kapelusz. ZIGN, 79 zł
Sukienka. RESERVED, 199,99 zł
Torebka. PARFOIS, 159 zł
Bransoletka. SAVICKI, 225 zł
Espadryle. NEXT, 227 zł

Porłowe opowieści

Haftowana kurtka gra pierwsze skrzypce, a rybka na szyi jest w tej stylizacji figlarnym mrugnięciem.

Naszyjnik. BIJOU BRIGITTE, 79,90 zł
Bluzka. ANNA FIELD, 74 zł
Kurtka. TK MAXX, 399,90 zł
Spodnie. ZARA, 179,99 zł
Klapki. TOM TAILOR, 159 zł

Fot.: Akpa, Adobe Stock, mat.prasowe (23)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

NA FALI!

Zanurz się w błękicie – tam, gdzie niebo flirtuje z wodą, a moda płynie własnym rytmem. Lekko, świeżo i z fantazją.

Styl jak morska bryza

Bufki i paisley przenoszą w czasie, szpilki pilnują, żeby całość wciąż była „tu i teraz". W sam raz do pracy i na wieczorne party.

Chusta. KAPPAHL, 59,90 zł
Bluzka. ZARA, 119 zł
Spodnie. STRADIVARIUS, 125 zł
Kolczyki. PARFOIS, 69,99 zł
Szpilki. ANNA FIELD, 255 zł

Swoboda z klasą

Kwiaty i sneakersy? Ten duet pokazuje, że delikatność może też mieć energię.

Bluzka. TCHIBO, 89,90 zł
Spódnica. REGATTA, 199,99 zł
Zegarek. APART, 305 zł
Torebka. LARKSON, 119 zł
Sneakersy. ADIDAS, 109 zł

Hawajskie klimaty

Poczuj się jak na rajskiej plaży, gdzie tropikalna przyroda i odważne kolory zamieniają styl w małą podróż. Egzotyczne kwiaty wpięte we włosy, maleńkie koliberki przycupnięte na biżuterii i słomiane dodatki z frędzlami, które tańczą przy każdym kroku – mają w sobie słońce, radość i nieskrępowany luz. Wystarczy jeden hawajski akcent, by poczuć się jak w tropikach. Wpleć go do swojej stylizacji i zwykły spacer nad jeziorem nagle stanie się niezapomnianymi wakacjami. W mieście działa to jeszcze lepiej – dodajesz detal i codzienność zaczyna mieć… smak ananasa i zapach orchidei!

Kapelusz. PARFOIS, 179,99 zł
Góra bikini. PRIMARK, 13 zł
Sandały. H&M, 127,99 zł

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Puder twoim przyjacielem

Makijaż Dua Lipy (30) chwalono za piękną, pełną blasku skórę oraz pisano o triku z pudrem. Bo puder jest ważny, aby twarz się nie świeciła i nie wyglądała na zdjęciach na spoconą. Trzeba nałożyć go tylko na strefę T, czyli na środek czoła i między brwiami. Potem zmatowić boki nosa, trójkąt wokół ust, górną wargę i brodę.

Oko lekko podkreślone

Mocny makijaż oka sprawi, że na zdjęciach będziesz wyglądać na zmęczoną, Wybierz jak Zendaya (29) lekki smokey eyes. Sięgnij po jasne cienie z blaskiem – róże, złoto, srebro. Nie rysuj też mocnej kreski. Wyraziste mają być brwi! A ich łuk lekko uniesiony, bo to działa jak optyczny lifting.

Trzy sekrety ŚLUBNEGO MAKIJAŻU

TRENDY 2026

Wizażyści gwiazd, które niedawno stanęły przed ołtarzem, zdradzają, jak się malować, aby na zdjęciach i filmach wyglądać oszałamiająco. **Ma być lekko, świetliście i naturalnie.**

Fot.: East News (3), mat.prasowe (5)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Usta bardzo naturalne

Joey King (26) prezentuje najmodniejszy tzw. roztarty makijaż ust, także na ślub. Koniecznie w kolorach nude – są stworzone do tej romantycznej chwili. Czerwienie zostaw na inne okazje. Wybieraj szminki o kremowej, nawilżającej formule, bo takie ładnie wyglądają na ustach.

W twojej kosmetyczce

1. Najlepszy zestaw do stylizacji brwi, **BENEFIT**, 200 zł; 2. Puder sypki, **EVELINE**, 30 zł; 3. Bronzer rozświetlający, **BIELENDA**, 20 zł; 4. Luksusowa kremowa szminka, nawilżająca usta, **EISENBERG**, 200 zł; 5. Koreańskie, lekkie świetliste cienie do oczu, **LAKA** (kupisz w Hebe), 119 zł

REKLAMA

MAGAZYN O GWIAZDACH I STYLU ŻYCIA
SHOW

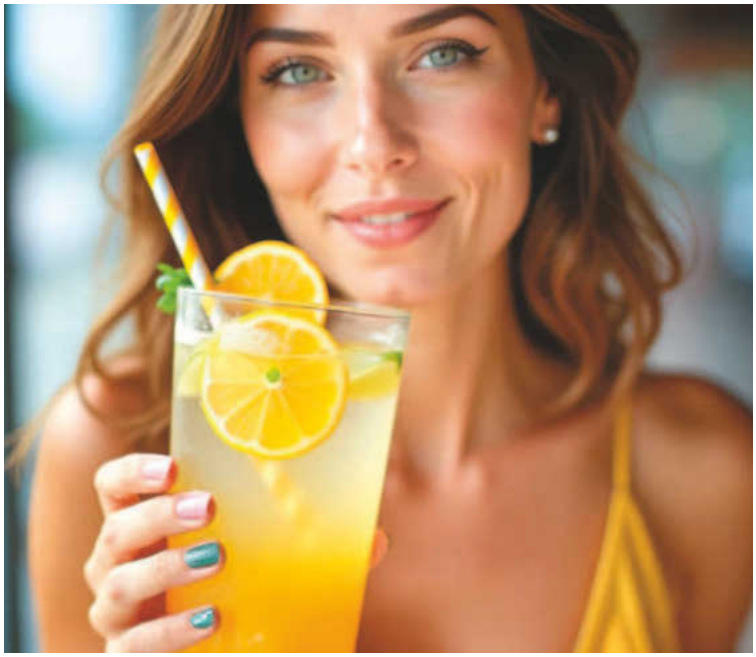
Dołącz do nas na TikToku!

Bądź na bieżąco z życiem gwiazd!

eprasa.pl 93ed4ba4e8

MANIKIUR *jak lemoniada*

Wibrujący, lekki, kuszący, taki, że wprost chce się go mieć na paznokciach. Bo czyż można się oprzeć tym smakowitym odcieniom i owocowym inspiracjom. Świetnie wpisują się w wakacyjny vibe.



Barwna mozaika

• **Prosto z Korei** trafiły do nas żelowe półutwardzalne naklejki UV do samodzielnej aplikacji (np. Ohora). Z łatwością dopasujesz je do kształtu płytek i przytniesz. Mają piękne wzory oraz kolory.
• **Możesz modnie miksować naklejki i zestawić** np. te w kolorach dodatków do lemoniady: mięty, lawendy, cytryny, syropu malinowego. Dobrze jest utwardzić je lampą UV o niewielkiej mocy, a wtedy manikiur wytrzyma ponad 14 dni. Bez użycia lampy naklejki będą miały trochę mniejszą trwałość.

Owocowe żelki

• **Jelly nails** to jeden z trendów na lato, inspirowany wyglądem kolorowych żelków. Wyróżnia się szklistym wykończeniem, które przepuszcza światło, a kolor nie jest kryjący.
• **Efekt wyczarujesz** półtransparentnymi emaliami w świeżych odcieniach, które podbijają efekt „juicy". Z różowym lakierem manikiur będzie przypominał płatki róż z wykwintnych napojów.

Wzorki w wersji mini

• **Zdobienia typu** kwiatki, kropki, owoce powracają. Wykonasz je cienkim pędzelkiem. Wybierz jeden z lemoniadowych kolorów, np. żółty, zielony.
• **Gdy wolisz szybki efekt, k**up naklejki wodne. Chwyć krawędź naklejki, przesuń ją na paznokieć i dociśnij. Wygładź, by usunąć powietrze. Nałóż top i utwardź w lampie UV przy hybrydzie.

Fot.: Adobe Stock, materiały prasowe (2)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

W podróż z... KOSTKĄ

Taką postać ma wiele kosmetyków. Na wakacje są wprost wymarzone! Zajmują mało miejsca w walizce, nie wylewają się, często są eko, a w dodatku zaskakują wydajnością.

Pakowanie wakacyjnej walizki bywa skomplikowane, a limity płynów w bagażu podręcznym potrafią zrujnować każdą rutynę pielęgnacyjną. Natomiast kostki nie zaliczają się do limitu płynów. Możesz spakować je do bagażu podręcznego bez konieczności przelewania produktów do miniaturowych, plastikowych buteleczek i bez obaw o odprawę bezpieczeństwa.

Kostkowe szampony, odżywki, peelingi i balsamy do ciała, dezodoranty, preparaty do demakijażu mają takie same właściwości jak ich tradycyjne odpowiedniki. Z ich pomocą możesz więc nie rezygnować ze swojej ulubionej pielęgnacji.

W dodatku kostki to czysta ekologia. Najczęściej pakowane są w biodegradowalny papier lub kartoniki z recyklingu. Tradycyjny szampon czy żel pod prysznic składa się w około 80 proc. z wody, zaś te w kostce to skoncentrowana esencja składników. Ponieważ są lżejsze i mniejsze, ich transport generuje niższy ślad węglowy. Mimo niepozornych rozmiarów, jedna kostka szamponu zwykle wystarcza na tyle samo myć, co dwie, a nawet trzy butelki produktu płynnego. To oznacza rzadsze zakupy oraz znacznie mniej wyprodukowanych śmieci.

Polecamy kosmetyki

1. Lekki kremowo-żelowy fluid Goodies w trzech uniwersalnych odcieniach, **BIELENDA**, ok. 40 zł
2. Krem na dzień SPF 30 Kuracja peptydowa + antyoksydacja sap, **ZIAJA MED**, ok. 28 zł
3. Aloesowy żel myjący, **BIOTANIQE**, ok. 24 zł

Fot.: materiały prasowe (3)

REKLAMA

KOLAGENCITO
- lifting całego organizmu

Masz problemy łokci, bioder, kolan, łydek, kręgosłupa, szyi, karku, barków, a może opodają ci powieki i policzki lub pojawiają się zmarszczki? Masz zszarzałą twarz pozbawioną blasku?
Mogą to być niedobory kolagenu. Dlatego tak ważne jest jego regularne uzupełnianie. Wybieraj produkty sprawdzone, jak na przykład KolagenCito niemieckiej, renomowanej firmy Reutter. KolagenCito to bestseller wśród kolagenów, zawierający w każdej miękkiej pastylce aż 400 mg cennego kolagenu oraz odpowiednio dobraną dawkę witaminy C, która wspiera jego przyswajanie. Dobroczynny KolagenCito jest chroniony prawem patentowym na świecie. To doskonały produkt dla kobiet i mężczyzn dbających o odbudowę organizmu. Dostępny w aptekach i zielarniach.

KolagenCito - radość z życia!

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Prawdy i mity o spotkaniach Z OWADAMI

Meszki i komary odstraszają nie tylko repelenty z apteki, ale i naturalne zapachy – trawy cytrynowej, geranium, pelargonii. Ta ostatnia jest nazywana „komarzycą".

Ich ukąszenia i ukłucia to nic przyjemnego. Dlatego warto wiedzieć, jak naprawdę skutecznie się chronić i co zrobić, gdy zaatakują.

Wiele osób jest przekonanych, że jasne kolory ubrań odstraszają kleszcze. Nieprawda. Mitem jest jakoby kleszcze nie lubiły białego koloru, są ślepe i nie odróżniają barw. Ale na jasnym ubraniu łatwiej je dostrzec. Co jeszcze warto wiedzieć w konfrontacji z owadami?

Kleszczy można się nie obawiać na plaży. Rzeczywiście, to prawda. Nie ma ich tam. Za to ulubionym miejscem kleszczy jest rejon, gdzie las przechodzi w łąkę z wysoką trawą, obszar wzdłuż ścieżek, a także parki miejskie lub osiedlowe place zabaw, zwłaszcza jeśli znajduje się tam dużo krzewów. Na działce w mieście też można je spotkać.

Trzy użądlenia szerszenia są śmiertelnie niebezpieczne. Na szczęście to mit! Jeśli nie jesteś uczulona, jesteś bezpieczna. Szerszeń wydziela jedynie 0,2 mg jadu. Dla dorosłego człowieka groźna jest dawka w wysokości aż 80 mg na każdy kilogram masy ciała. Czyli śmiertelne zagrożenie dla kobiety ważącej 60 kg to ok. 24 tys. szerszeni.

Można się uodpornić na jad komarów i meszek. Tak twierdzą alergolodzy. Ich zdaniem, aby zapobiec przykrym skutkom pogryzienia przez owady, można od połowy kwietnia do połowy lipca przyjmować tabletkę leku antyhistaminowego.

Lepiej nie biwakować w okolicy sadów i łąk. To prawda. Takie miejsca przyciągają owady błonkoskrzydłe: pszczoły i osy. Ich jad może być niebezpieczny dla osób uczulonych. Z tego samego powodu jeśli udajesz się w okolice, gdzie jest dużo pszczół, nie zakładaj ubrań w jaskrawych kolorach i nie używaj mocnych perfum.

Picie słodkich napojów na wolnym powietrzu może się źle skończyć. Nigdy nie pij z butelki, która stała otwarta, nawet tylko chwilę. Zawsze przelewaj płyn do szklanki, by widzieć zawartość.

Żądło pszczoły najlepiej usunąć wyciskając je. Nic bardziej mylnego! Najlepiej podważyć je końcem szpilki, kartą kredytową lub sztywnym, twardym kartonikiem, a następnie delikatnie wyjąć. Lepiej nie robić tego palcami ani pęsetą, ponieważ w ten sposób wciska się do organizmu jad znajdujący się w pęcherzyku jadowym. To on powoduje obrzęk, ból i opuchliznę.

Ukłucia komara nie poczujesz, ugryzienie meszki zaboli. Tak jest naprawdę. Komar podaje enzymy, które działają przeciwbólowo. Meszki sztylecikowatymi kłujkami aparatu gębowego przecinają skórę i wpuszczają toksyczną ślinę.

Fot: materiały redakcyjne/AI

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Pełne lekkości
LETNIE DNI

Jak możemy zadbać o swój komfort, gdy temperatura rośnie? Zapewnią go nam: odpowiednie nawodnienie, czas na regenerację oraz właściwa higiena intymna.

W samym środku fali upałów możesz być jak… surfer, który w promieniach słońca cieszy się latem. Ważne są 3 rzeczy. Dzięki wypijaniu 2-3 litrów średnio- lub wysokozmineralizowanej wody uchronisz swój organizm przed utratą sodu i innych elektrolitów, unikniesz spadku ciśnienia krwi i uczucia osłabienia. Chłodny prysznic i kawałek arbuza przyjemnie orzeźwią, a popołudniowa drzemka – najlepiej pod drzewkiem w hamaku! – pomoże zregenerować siły. Upały to też wyzwanie dla układu odpornościowego. Aby nie „złapać" infekcji intymnej i szybciej poradzić sobie z tą już występującą, możesz zastosować globulki dopochwowe ze srebrem TIAB. Mają silne właściwości protekcyjne zapobiegające rozwojowi i nawrotom infekcji bakteryjnych, grzybiczych i wirusowych, w tym HSV-2, a także tworzą barierę i chronią tkanki przed zewnętrznymi czynnikami drażniącymi. Dopytaj o nie farmaceutę lub swojego lekarza ginekologa.

Z aptecznej półki

Cukierki Szałwiowe ulepszają funkcjonowanie gardła i krtani. Można je nabyć w aptekach i zielarniach. REUTTER, 50 g/11 zł

Płyn do płukania jamy ustnej z kurkumą. BIAŁA PERŁA, 250 ml/17 zł

Ten proszek o smaku karmelowym to aż 5000 mg hydrolizowanego kolagenu COLLinstant. GLAM4YOU COLLAGEN, 30 sasz./189 zł

Fot.: materiały prasowe (3)

REKLAMA

Wyprzedzamy skutecznością

Kapsułki dopochwowe z jonami srebra na każdy rodzaj infekcji intymnej

bakteryjnej | grzybiczej | wirusowej

Rekomendowane przez specjalistów
Siła jonów srebra

Producent: NTC S.r.l., Włochy
Podmiot prowadzący reklamę:
HEXANOVA Sp. z o.o., ul. Brukowa 36, 05-092 Łomianki
HEX/05/2026

Hexanova

* Mariusz Zimmer, Hubert Hures, Paweł Kamiński, Agata Karowicz-Bilińska, Krzysztof Drews, Tomasz Fuchs, Michał Pomorski, Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników – zastosowanie antyseptyków w przypadkach nieswoistych stanów zapalnych pochwy. Ginekologia i Perinatologia Praktyczna 2020 tom 5, nr 2, strony 90–97.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

SŁODKA *ochłoda*

Mocno schłodzone ciasta i desery jeszcze bardziej umilą błogie, wakacyjne popołudnie.

Kokosowa pianka z jeżynami

SKŁADNIKI: • 3 puszki mleka kokosowego (po 400 ml) • po 200 g orzechów, suszonych moreli oraz daktyli • 60 g oleju kokosowego • 2 łyżeczki kakao • 125 g jeżyn • barwnik spożywczy fioletowy

PRZYGOTOWANIE:

1. Mleko wstaw na 12 godzin do lodówki. Orzechy oraz suszone owoce drobno posiekaj. Dodaj do nich olej kokosowy i kakao. Starannie wymieszaj. Prostokątną formę na ciasto (20 x 15 cm) wyłóż papierem do pieczenia. Wylep przygotowaną masą, schłodź.

2. Puszki z mlekiem kokosowym wyjmij z lodówki, otwórz. Ostrożnie wyjmij z puszek śmietankę, a wodę kokosową wykorzystaj do innego celu. Śmietankę miksuj przez 2-3 minuty. Połowę wymieszaj z fioletowym barwnikiem spożywczym oraz jeżynami. Białą śmietankę wyłóż na spód, schłodź. Nałóż kolorową masę z owocami. Przed podaniem wstaw na godzinę do lodówki.

***Czas przygotowania:** 45 minut*
***Porcje:** 8 **Stopień trudności:** średni*

SHOW CIEKAWOSTKA:

Już w starożytnej Persji przechowywano śnieg z gór, a potem mieszano go z sokiem winogronowym lub różaną wodą, tworząc pierwowzór dzisiejszego sorbetu.

Fot.: House of food (4)

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Nektarynkowy keks

SKŁADNIKI: • 12 podłużnych biszkoptów • 2 nektarynki • 2 łyżeczki żelatyny • 375 g chudego mielonego twarogu • 175 g śmietankowego serka kanapkowego • 50 g cukru • 50 ml nektaru z brzoskwiń • 1 cukier waniliowy • 200 g śmietany 30%

PRZYGOTOWANIE:

1. Keksówkę (11 x 25,5 cm) przepłucz wodą i wyłóż folią spożywczą. Na spodzie ułóż 6 biszkoptów. Nektarynki umyj, osusz i pokrój w kostkę. Żelatynę rozpuść w podgrzanym nektarze z brzoskwiń. Twaróg zmiksuj z serkiem, cukrem i cukrem waniliowym. Ostrożnie połącz z żelatyną i z ubitą śmietaną.

2. Połowę masy serowej rozsmaruj na biszkoptach. Rozłóż na niej pokrojone owoce. Przykryj je resztą masy serowej. Na wierzchu rozłóż pozostałe biszkopty. Gotowy keks schładzaj przez noc. Dowolnie udekoruj.

Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 12 Stopień trudności: łatwy

Mrożony mus z czekoladą

SKŁADNIKI: • 200 g gorzkiej czekolady • 4 jajka • 4 łyżeczki masła • 3 łyżki cukru • 2 łyżeczki kawy rozpuszczalnej w proszku • szczypta soli • bita śmietana i czekoladowe ziarenka do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

1. Kawę wymieszaj z cukrem, rozpuść w odrobinie gorącej wody. Czekoladę połam, wrzuć do metalowej miseczki. Miseczkę ustaw na garnku z gotującą się wodą. Roztop czekoladę, mieszając. Zdejmij miseczkę. Dodaj masło, żółtka jajek i rozpuszczoną kawę z cukrem. Mieszaj, aż powstanie gładki krem.

2. Białka ubij z solą na sztywną pianę, 1/3 dodaj do kremu i delikatnie wymieszaj. Następnie dodaj resztę piany. Ponownie wymieszaj. Mus rozłóż do filiżanek lub pucharków. Przykryj folią. Zamrażaj 2 godziny. Ozdób bitą śmietaną i czekoladowymi ziarenkami.

Czas przygotowania: 30 minut
Porcje: 4 Stopień trudności: średni

Serniczek malinowy

SKŁADNIKI: • 500 g malin • 150 g wiórków kokosowych • 130 g masła • 1 i 1/2 łyżeczki żelatyny • 100 g + 4 łyżki cukru • 350 g mascarpone • 1 cukier waniliowy • 150 ml soku malinowego • 350 g śmietany 36%

PRZYGOTOWANIE:

1. Zagnieć 125 g wiórków z miękkim masłem oraz 4 łyżkami cukru. Powstałą masą wylep spód wyłożonej papierem do pieczenia tortownicy (śr. 24 cm).

2. Mascarpone zmiksuj z resztą cukru i cukrem waniliowym. Maliny zblenduj razem ze 100 ml soku. Przetrzyj przez sitko. Odłóż 4 łyżki. Resztę piure dodaj do mascarpone.

3. Podgrzej pozostały sok malinowy, rozpuść w nim żelatynę. Połącz z masą serową. Schłodź. Wmieszaj ubitą śmietanę. Masę wyłóż na spód. Ozdób piure i resztą wiórków kokosowych. Schładzaj przez 3 godziny.

Czas przygotowania: 40 minut
Porcje: 10 Stopień trudności: średni

eprasa.pl 93ed4ba4e8

ŚNIADANIE *na trawie*

Dobre jedzenie, śmiech i czas, który płynie wolniej. **Piknik to nie tylko posiłek na powietrzu – to chwila bycia razem.** Warto zadbać, o miłą atmosferę.

W CIENIU DRZEWA

Koc lub dywan rozłożony na trawie, wokół poduszki – jak na obrazach impresjonistów. Małe stoliki, wiklinowe kosze albo pufy służą za blaty na lekkie przekąski, owoce i sery do dzielenia się. Na luzie, bez pośpiechu, bez scenariusza...

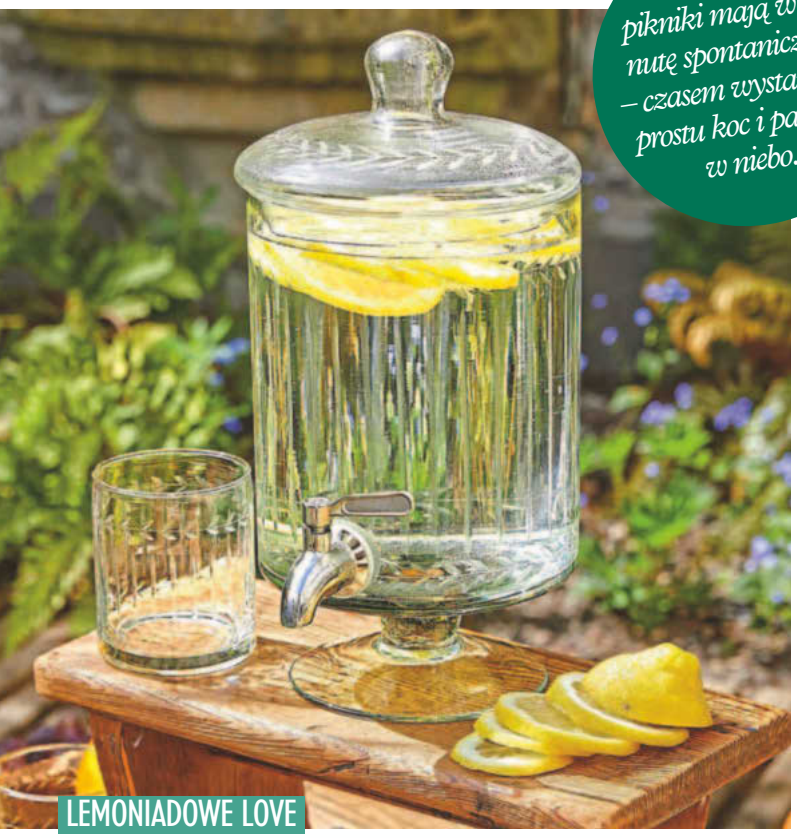
KAMERALNIE NA HAMAKU

Jeśli masz ogród lub działkę, warto zaaranżować przyjemny kącik. Klasyczny hamak rozpięty między drzewami, niewielki stolik, koc i rozrzucone wokół poduszki tworzą bezpieczną oazę i zachęcają do relaksu, rozmów i bycia razem.

Fot.: materiały prasowe Bloomingville (3), Loberon, Sostrene Grene, IKEA, Tchibo

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Najlepsze pikniki mają w sobie nutę spontaniczności – czasem wystarczy po prostu koc i patrzenie w niebo...



LEMONIADOWE LOVE

Dyspenser z kranikiem na lemoniadę to efektowny hit pikniku – każdy nalewa sam, a cytrusy i zioła w środku robią dekorację. Cytryna, lód, mięta (potrzyj w dłoniach, by uwolniła aromat!) i ogórek. Lekko, świeżo, pysznie. I najważniejsze – bez dostępu dla latających intruzów.

STÓŁ PEŁEN PYSZNOŚCI

Centralnym punktem jest stół, a na nim domowe wypieki, sezonowe warzywa, przetwory, sałatki i coś z grilla – najlepiej pod delikatnymi kloszami. Bez przesadnej stylizacji: obrus w pasy, polne kwiaty, lampiony i dużo kolorów. Pod nogami chodnik, na twarzach uśmiech – w końcu to czas radosnych spotkań.

Wypróbuj u siebie!

Pojemny wygodny kosz piknikowy. IKEA, 39,99 zł; koc piknikowy Søstrene Grene, 74,40 zł; składna osłona na żywność. Tchibo, 34,99 zł

KRYJÓWKA... DLA NAJMŁODSZYCH

Niewielki namiot stworzy dla nich bajkową „bazę". Wystarczy rozwiesić linę między drzewami, na niej powiesić kawałek tkaniny i naciągnąć boki. To znakomita ochrona przed słońcem i obietnica przygody! W środku: poduszki, kocyki, książeczki, lampki na baterie. I jeszcze coś do chrupania i picia.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Saksonia

Wrota do świata CUD

Bastei otwiera przed nami widoki wyjątkowej urody.

Pałac Weesenstein wygląda jak namalowany. I częściowo jest. Taka sztuczka.

Fot.: Adobe Stock (3), Paweł Zapała (2)

To kraina, gdzie na każdym kroku odkrywamy wyjątkowe miejsca. Nie musimy jej szukać daleko, jest tuż za polską granicą.

Saksonia – oto bliskie i wyjątkowe miejsce cudownej wyprawy na jeden dzień (za krótko i za szybko), na weekend (polecamy!) albo nawet na całe wakacje. Każdy dzień otworzy przed nami skarby. Można je odkrywać na rowerze.

Sztuczki, cuda i czarownice

Tym razem nie pojedziemy do wspaniałego Drezna z jego bezcennymi skarbami, nie zajrzymy do Miśni pięknej jak

Magia i czary dzieją się tu letnim świtem w mgłach płynących znad Łaby.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

NYCH TAJEMNIC

Blisko naszej zachodniej granicy kryją się skarby natury i skarby, jakie wyczarowali ludzie.

słynna porcelana z niej pochodząca. Pobuszujemy bliżej naszej granicy.

Do Bastei najlepiej pojechać z rana. Świt jest tu niezwykły, czasem w kryjących zaczarowane tajemnice mgłach. Kiedy idziemy z parkingu nic nie zapowiada cudów ze zdjęć. I nagle otwiera się przed nami baśniowy widok. Przecież jesteśmy w najbardziej znanym miejscu niezwykłego Parku Narodowego Saskiej Szwajcarii.

Kraina piękna z natury

Miejsce krajobrazowo zachwycające, ale swoje dołożył tu też człowiek. Między skałami jest kamienny most i kładki. Nazwa Bastei pochodzi od skały najbardziej wysuniętej ku płynącej niemal 200 metrów niżej Łabie. Widok z tej – po polsku – baszty potrafi zakręcić w głowie. Dosłownie i w przenośni. To miejsce, którego nie zapomnimy.

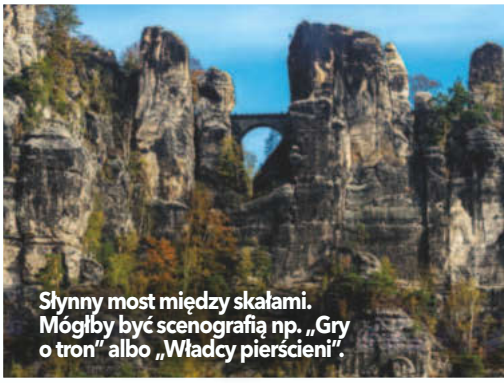
Może ze skał Bastei widzieliśmy w dali zarysy monumentalnej budowli? To Königstein. W dole zaraz zaczną rozkwitać żółte rzepakowe dywany, mimo to Królewska Skała nadal wygląda bardzo surowo. Na szczycie tego monumentalnego samotnego „kamienia" stoi twierdza. Można ją zwiedzać, można tam zjeść obiad albo wypić dobrą kawę. Ale przede wszystkim podziwiać z murów widoki. Czas płynie tu wolniej niż Łaba kręcąca w dole wielki zakręt.

Jeszcze jeden trik

Odwiedźmy też wyrastający z innej już skały pałac Weesenstein. Ta budowla od ogrodu ma więcej pięter niż od ulicy. I mnóstwo okien, ale niektóre… namalowano. Możemy sobie usiąść na ławce w ładnym ogrodzie i gapić się godzinami na to cudo.

Później Łaba poprowadzi nas ku ładnemu miasteczku. Pirna zachwyca urodą zabytkowego rynku i sąsiednich uliczek. Kusi restauracjami, barami i cukierniami. To wyjątkowo pyszne miasto.

Na horyzoncie rysuje się potężna sylwetka Königstein.



Słynny most między skałami. Mógłby być scenografią np. „Gry o tron" albo „Władcy pierścieni".

eprasa.pl 93ed4ba4e8

TO JEST HIT

PANNA MŁODA

Już się bezwarunkowo

Rola w tym emitowanym na TVP 2 serialu przyniosła Talyi Çelebi popularność, ale też była dla niej niczym lustro. **Aktorka otwarcie przyznaje, że w Hançer widzi dawną siebie** – osobę, która nie potrafiła stawiać granic.

Urodziła się i dorastała w Stambule – w rodzinie, która zawsze mocno ją wspierała. Matkę i ojca Talya Çelebi do dziś nazywa swoimi najbliższymi przyjaciółmi. Ich rozwód, gdy miała 13 lat, był dla niej trudnym doświadczeniem i zbiegł się z okresem buntu. – Zachowywałam się, jakbym wszystko już wiedziała i przeżyła – opowiadała. Jednak na tym jej „nieposłuszeństwo" się nie kończyło. Słuchała mocnych brzmień — od AC/DC po Iron Maiden, zrobiła sobie piercing i nosiła łańcuchy. Zaczęła nawet marzyć, by zostać gwiazdą rocka. To ojciec namówił ją na aktorstwo.

Droga do sławy

Na scenie po raz pierwszy wystąpiła w wieku 14 lat w sztuce teatralnej. – To było najpiękniejsze uczucie, jakiego doświadczyłam i które stało się moją życiową motywacją – mówi. Po ukończeniu artystycznego liceum rozpoczęła studia aktorskie – najpierw na Wydziale Teatralnym Uniwersytetu Bilkent. Ponieważ nie potrafiła przystosować się do życia w Ankarze i w akademiku, naukę kontynuowała w Konserwatorium Uniwersytetu Sztuk Pięknych Mimara Sinana w Stambule. To wtedy poznała Hasana Güngöra, swojego obecnego menedżera. Na ekranie zadebiutowała w serialu „Rodzina". Potem rozpoczęła pracę na planie „Panny młodej". Jej bohaterka Hançer wstępuje w aranżowany związek małżeński z Cihanem (Cenay Türksever). Zamożny mężczyzna naprawdę się zakochuje, czym krzyżuje plany swojej matki Mukadder. Jakiś czas temu aktorka wyznała, że kiedy przyjęła tę swoją pierwszą główną rolę, i to tuż po ukończeniu studiów, spędziła całe dnie, wpatrując się w ścianę, nie mogąc uwierzyć, że spełnia swoje marzenia. Jednak sukces ma swoją cenę – na planie już zakończonego 3. sezonu, pracowała sześć dni w tygodniu, czasami realizując nawet 28 stron scenariusza dziennie. A niedawno potwierdziła, że widzowie mogą się spodziewać 4. odsłony. Dzięki tej roli Çelebi zyskała rzesze fanów, jednak okres adaptacji do intensywnej pracy nie należał do najłatwiejszych. – O mój Boże, w jakim koszmarze się znalazłam? Tempo pracy zmieniło mnie w potwora pod względem zapamiętywania i włączania na pstryk gry aktorskiej, ale dzięki temu się rozwinęłam – przyznała.

W zgodzie ze sobą

Rola Hançer była dla niej jak lustro. – Zobaczyłam w niej swoją dawną wersję siebie – naiwną, niepotrafiącą stawiać granic. Bycie bezinteresownym nie jest wadą, ale nie warto robić tego dla każdego – podkreśla Talya. Jej ekranowa chemia z Cenayem Türkseverem, serialowym Cihanem, rozpala wyobraźnię fanów, którzy chętnie widzieliby ich razem także poza planem. Tu jednak czeka ich rozczarowanie – aktor w ubiegłym roku poślubił swoją wieloletnią partnerkę, wizażystką Gülşen Canikdere. A Talya? Konsekwentnie chroni swoją prywatność. – Mam niewiele wolnego czasu, więc spędzam go spokojnie – z bliskimi, na siłowni, oglądając filmy – mówi wymijająco. Nie ukrywa, że teraz najważniejsze są dla

Pod presją losu

Hançer, by uratować chorego brata, zgadza się na aranżowane małżeństwo z Cihanem. Choć para w końcu się w sobie zakochuje, wielu nie chce pozwolić, by byli szczęśliwi.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

IE POŚWIĘCA

niej kariera i rozwój. – Nie jestem osobą, która może żyć w związku, jeśli najpierw nie pozna samej siebie. Jestem zbyt niespokojna i przywiązana dowłasnychwyborów–przyznaje. Jakie będą jej kolejne kroki? Ponoć marzy o roli w stylu Lary Croft, ale jeszcze bardziej o… życiu w równowadze. – W ostatnim roku zrozumiałam, że mój spokój jest ważniejszy niż praca i ciągły pęd za czymś. Chcę iść naprzód, ale w zgodzie ze sobą – tłumaczy.

SHOW Bogumiła Deka

SHOW extra

Para? Tylko na ekranie

Z Cenayem Türkseverem, swoim serialowym ukochanym, tylko się przyjaźnią.

Synowa czy surogatka?

Mukadder (Betigül Ceylan) wybiera Hançer na swoją kolejną synową tylko dlatego, że poprzednia była bezpłodna. Po porodzie seniorka zamierza wyrzucić dziewczynę z willi.

Wróg nr 1

Największą rywalką Hançer jest Beyza (Çisel Kuskan), była żona Cihana.

Fachowe wsparcie

Hasan Güngör, menadżer Çelebi, dobrze wie, że aktorka mierzy wysoko.

Cena popularności

Im bardziej jesteś widoczna, tym bardziej hałaśliwe stają się głosy w tle i trzeba się wysilić, by pozostać wiernym sobie - mówi Talya, której kariera po udziale w „Pannie młodej" nabrała rozpędu. Czyżby gwiazda miała też chrapkę na reżyserię?

Fot.: materiały prasowe TVP (5), Instagram.com/talyacelebi, Instagram.com/hasangungorresmi

eprasa.pl 93ed4ba4e

Premiera 9.07 Netflix

Domek na prerii

Kiedy w połowie lat 70. wyemitowano pierwszy odcinek serialu o rodzinie Ingallsów, nikt nie przypuszczał, że produkcja zyska miano kultowej. Opowieść o rodzinie osadników na podstawie książki Laury Ingalls Wilder stała się symbolem niewinności, ale i trudów życia na amerykańskim pograniczu. Dziś, ponad 42 lata po finale, historia wraca w nowej odsłonie, budząc ogromne oczekiwania, ale i wiele wątpliwości, czy uda się powtórzyć sukces sprzed lat. Ale Netflix wierzy, że 8-odcinkowy serial okaże się hitem i jeszcze przed premierą, zamówił 2. sezon.

Czy Luke Bracey, nowy Charles Ingalls okaże się godnym następcą Michaela Landona?

Książki

TAJNE GODZINY
» Politycy i karierowicze. Za dnia wykonują swoje obowiązki tak jak my. Dopiero to, co robią potem pokazuje, kim są naprawdę.

DROGA KRWI
» Wałbrzych, Jawor, Zamek Książ – wszędzie dociera zbrodnia. U stóp gór rozgrywają się mrożące krew w żyłach wydarzenia.

DZIEWCZYNA Z MGŁY
» Wyspa Man, rok 1938. Młoda Hiszpanka ma wziąć udział w wyścigu samochodowym. Ale nie to okaże się wyzwaniem.

ECHO SERCA
» W Tarnowie umiera córka kardiologa. Prokuratura nie wszczyna dochodzenia. Ojciec podejmuje walkę z systemem.

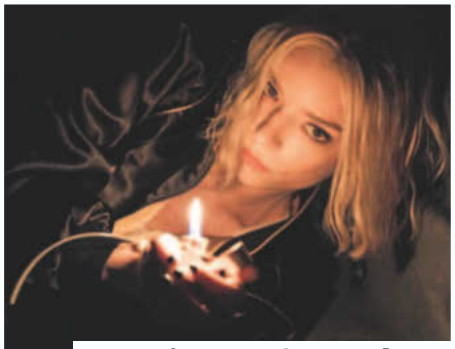
KOMITET POGRZEBOWY DAŃ BYŁYCH CHŁOPAKÓW
» W Tokio znajduje się kawiarnia, w której można uleczyć złamane serce. Zaprasza wszystkich, którzy cierpią z powodu rozstania.

eprasa.pl 93ed4ba4e8

Premiera w kinach 10.07

VAIANA

» Catherine Laga'aia ma 19 lat i za chwilę będzie najsłynniejszą nastolatką na świecie. To właśnie australijska aktorka wciela się bowiem w Vaianę, córkę wodza Tui w filmowym remake'u słynnej disneyowskiej animacji „Vaiana: Skarb oceanu". W roli półboga Maui'ego zobaczymy Dwayne'a Johnsona, który do tej pory użyczał mu głosu w wersji animowanej. W nadchodzącym filmie Vaiana, na wezwanie Oceanu, po raz pierwszy opuszcza wyspę Motonui i udaje się w niezapomnianą podróż, by ratować swoje plemię.



Premiera 15.07 Apple TV

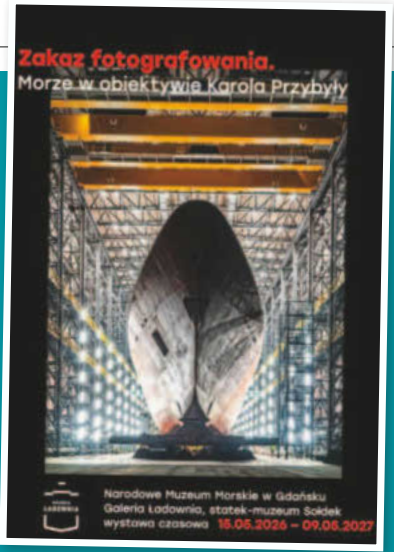
LUCKY

» Anya-Taylor-Joy jako genialna oszustka Lucky Anderson. Kiedy słynąca z napadów na ogromne kwoty młoda kobieta zamierza przejść na przestępczą emeryturę i stać się przykładną obywatelką, przeszłość znów się o nią upomina. Tym razem nie wszystko idzie zgodnie z planem i po próbie kradzieży milionów dolarów, Anderson zaczyna ścigać już nie tylko FBI, ale również rywalizująca z nią boss pewnej grupy przestępczej – Priscilla Matheson (Annette Bening).

Premiera w kinach 17.07

ODYSEJA

» Matt Damon jako Odyseusz, Anne Hathaway jako Penelopa, Zendaya jako Atena i Robert Patison jako Antinoos. W zrealizowanym z epickim rozmachem filmie Christophera Nolana poznamy nową wersję przygód Odyseusza – króla Itaki, który po wojnie trojańskiej wyrusza w długą i pełną niebezpiecznych zdarzeń podróż do domu. Oparta na starożytnym greckim eposie Homera produkcja kosztowała rekordowe ponad 250 milionów dolarów, a zdjęcia od niej powstawały w Maroku, Grecji, Włoszech, Szkocji, a także na Malcie i Islandii.



Wystawa

» Narodowe Muzeum Morskie w Gdańsku zaprasza na wystawę twórcy, o którym można powiedzieć, że wywodzi się z… Instagrama. Karol Przybyła, mimo na wskroś nowoczesnego środowiska swojej twórczości, wrażliwością i sposobem pracy nawiązuje do najlepszych tradycji fotografii marynistycznej. Wyjątkowość jego zdjęć objawia się nie tylko w przedstawianych motywach, ale przede wszystkim w osobowości samego autora. Niespokojny duch, upór oraz pasja sprawiają, że w poszukiwaniu pożądanych kadrów dociera do miejsc niedostępnych dla postronnych, przez długie godziny czeka na obiekt w optymalnym świetle, a zakaz fotografowania bywa dla niego zaledwie początkiem przygody.

Fot.: Materiały prasowe (11)

MAGAZYN W DOBRYM STYLU
SHOW

Adres redakcji: 04-035 Warszawa, ul. Motorowa 1
e-mail: imię.nazwisko@bauer.pl redakcja@showmagazyn.pl

REDAKTOR NACZELNA Marta Lubartowska
HUB ROZRYWKA I TV: RED. ZARZĄDZAJĄCA Anita Nawrocka, **PLANERZY** Dariusz Baran, Adam Piosik, Paulina Kluczek-Sawa, **KOORDYNATORZY** Wojciech Chełchowski, Barbara Stasiak, Gabriela Wereśniak-Wolak, **REDAKTORZY** Krzysztof Beśka, Bogumiła Deka, Marta Drobnik, Aleksandra Jarosz, Angela Kołowiecka, Violetta Kraskowska, Dariusz Mól, Anna Napierała, Agnieszka Pacuła, Joanna Pasztelańska, Anna Ratigowska, Marek Stecko, Kinga Szafruga, Ewa Tarasiuk, Barbara Włodarska-Molęda.
HUB PORADNIKI: RED. ZARZĄDZAJĄCA Monika Bobowska **HUB KRZYŻÓWKI: RED. ZARZĄDZAJĄCA** Joanna Lewińska **SEKRETARIAT** Karolina Bednarska, tel. 882 743 054.
HUB FOTOEDYCJI: LIDER Agata Zasada, **KOORDYNATORZY** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno, **FOTOEDYTORZY** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska.
HUB GRAFICZNY: DYREKTOR Robert Latek, **LIDERZY** Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, Wojciech Makowski, **KOORDYNATORZY** Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Raźny, **GRAFICY** Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Bauer Media Group

PREZES ZARZĄDU Tomasz Namysł **CZŁONKOWIE ZARZĄDU** Andrzej Choynowski i Marek Lasota **DIRECTOR/PUBLISHING MANAGEMENT/DYREKTOR PIONU WYDAWNICZEGO:** Marek Lasota **PUBLISHER/WYDAWCA** Małgorzata Grono, mail: małgorzata.grono@bauer.pl **REKLAMA** Izabela Sarnecka, dyrektor biura reklamy; Agnieszka Galińska, dyrektor segmentu pism luksusowych, tel. 692 402 893; zespół: Małgorzata Pędzich, kierownik reklamy pism luksusowych, tel. 664 715 196; Katarzyna Roguska, tel. 604 118 59; Krystyna Tęcza, tel. 600 420 934; Katarzyna Zatyka, tel. 664 780 045; Marta Zielińska, tel. 600 270 992; koordynator Dorota Witan, tel. 600 275 515 **DYREKTOR DS. DYSTRYBUCJI I OBSŁUGI KLIENTA** Piotr Ludwicki, mail: piotr.ludwicki@bauer.pl **DYREKTOR FINANSOWY** Rafał Kordus **PRODUKCJA** Piotr Orełko, dyrektor **PUBLIC RELATIONS** Maciej A. Brzozowski, dyrektor, mail: maciej.brzozowski@bauer.pl **DRUK** P/mint Sp. z o.o., ul. Pułtuska 120; 07-200 Wyszków.

PBC

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo redagowania nadesłanych tekstów. Wydawca i redaktor nie ponoszą odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam opublikowanych zgodnie z art. 36 prawa prasowego. Przedruki z dwutygodnika SHOW dozwolone są wyłącznie za pisemną zgodą wydawcy BAUER sp. z o.o., sp. j. Wydawca ma prawo odmówić zamieszczenia ogłoszenia i reklamy, jeżeli ich treść lub forma są sprzeczne z linią programową bądź charakterem pisma (art. 36 pkt 4 prawa prasowego) oraz interesem BAUER sp. z o o., sp. j. Ogłoszenia i reklamy nie mogą być sprzeczne z prawem lub zasadami współżycia społecznego. SHOW jest znakiem towarowym pod ochroną i używanie go przez kogokolwiek na terenie kraju, zarówno w znaczeniu słownym, jak i graficznym, w celu oznaczenia swojego towaru jest bezprawne. Wydawca czasopisma ostrzega PT. sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością karną i cywilną.
Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

epraasa.pl 93ed4ba4e8

PANORAMA

Sprawdź swoją wiedzę, rozwiązując naszą krzyżówkę.

zboże na mąkę / pieniądz kraju
hycel
olej skalny / obrzędy religijne
plamka na nosie
interesuje ornitologa
z niej Wenus
jodła, świerk
twórca dzieła
sprzęt w sanitarce
decyzja sądu
rzucony czar
do łączenia blach
umowa o pracę
ogół upraw
wyrzuci fotel z pilotem
... Dereszowska, aktorka
marzenie karawany
wyborczy z urną
kłuje na łące
atrybut ministra / ojciec
rzut rożny
ciasto jubilata / ... manna
jedna z tych, co zjadły Popiela
gra w karty
dręczy we śnie
waga towaru
brygada fachowców
ordyniec
np. seter szkocki
jadalny skorupiak
domena Chronosa
utrzymanie
ocenia jakość wina
skok na bank
karne przed bramką
indiańska łódź / dowóz towaru
szubrawiec / wycina drzewa
próbny rysunek
model Fiata
im starsze, tym lepsze
mechaniczne pianino
wartki w potoku / maź w łożysku
czczony w Egipcie / papiery sądowe
stopień podoficerski
kawałek świecy
waluta Meksyku / płoza kołyski
zwijana kanapka / cewka z nitką
szata samuraja
„... marymoncka"
okrętowa stołówka / normy moralne
mleczny orzech / „rewers" siekiery
na zakupy / ryżowy trunek
koncepcja / tumak
tłumny zjazd / całokształt
zbieg okoliczności
szarża na wroga
złapany przez ogara
człowiek nietoperz
gra z młynem / jadłospis
na czele sekty
słowa przysięgi
władca
... krymski, państwo tatarskie
blaszana na mleko
nędzne ubranie
płetwonoga w morzu

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

eprasa.pl 93ed4ba4e8

WYKREŚLANKA

Jak szybko potrafisz odnaleźć wszystkie słowa ukryte w diagramie? Mogą być ustawione pionowo, poziomo, wspak i po skosie.

A	S	S	E	B	A	Z	Ś	Y	T	P	S	T	A	R	T	E	R
L	T	S	Ć	Z	L	I	R	S	Z	P	R	O	T	T	A	B	U
O	Ó	A	N	Ś	F	A	R	A	W	I	E	Ś	N	I	A	K	A
M	K	B	R	A	A	W	D	T	S	A	K	I	L	K	J	D	I
A	B	R	W	T	R	M	I	A	U	U	I	A	G	A	O	G	N
R	O	W	Z	Y	A	D	S	E	C	N	H	U	K	M	Ę	M	O
A	N	D	Z	E	T	R	A	Z	D	O	C	O	O	C	Z	E	G
K	A	E	R	I	P	Y	Y	W	E	Ź	T	K	B	R	A	C	O
U	A	A	Z	A	S	A	Z	K	K	R	M	O	K	A	R	E	M
J	C	L	U	R	A	L	J	O	O	W	S	A	I	N	O	N	A
A	R	E	T	T	E	R	A	O	P	W	I	Z	P	N	B	A	S
O	O	R	K	N	B	G	I	M	G	K	I	D	E	Y	E	S	N
K	Z	Ż	A	O	Ć	A	O	A	O	I	D	S	E	Ń	K	I	P
Z	D	O	A	K	Ś	C	K	H	F	A	W	E	K	O	Ć	Ę	S
A	A	Ł	G	E	O	A	O	I	K	Y	R	Y	S	O	T	A	T
L	N	Ą	U	R	Z	R	L	T	S	Z	S	P	S	S	R	H	U
E	Ł	D	F	O	T	T	Y	P	A	Ą	A	Ę	D	A	A	C	Z
Ż	Z	Ź	K	A	R	L	A	C	W	D	P	O	T	Ż	Ó	Ł	W

Słowa do wykreślenia:

ARIA
BAK
BESSA
BONA
BÓL
CUG
DAKTYL
DEALER
EGO
ERZAC
FILTR
FUGA
GOJ
HUSARZ
ISLAM
KLIKA
KOHORTA
KOMODA
KOZA
KRZEPA
~~KWADRANS~~
LADACO
MARAKUJA
MAŚĆ
MECENAS
NADZORCA
NIĆ
NUTRIA
OBCĘGI
ODSTĘP
OŚĆ
PIK
POZYTYW
PTYŚ
RANNY
REKONTRA
RYKOWISKO
SAMOGON
SĘP
SPAD
STARTER
SZERSZEŃ
SZPROT
TABU
TARAS
TARTA
TOKAJ
TUZ
WĄSY
WIDEO
WIEDŹMA
WIEŚNIAK
WYSPA
ZAROBEK
ZRZUTKA
ŻELAZKO
ŻOŁĄDŹ
ŻÓŁW

SZYFRÓWKA

Tym samym literom zostały przypisane te same liczby. W tabelce ujawniono niektóre przyporządkowania. Uzupełnij diagram i odczytaj rozwiązanie.

1	2 S	3	4 F	5	6	7 A	8	9	10 Z
11	12 E	13	14	15	16	17 R	18	19	■

4 F	■	6	■	10	7	13	11	7	2	■	1	■	10
17 R	16	18	11	7	■	11	■	■	1	17	12	18	7
7 A	■	17	■	8	7	2	1	17	7	■	15	■	13
10 Z	13	7	19	7	■	11	■	■	17	3	9	9	7
12 E	■	13	■	10	6	6	15	6	14	■	12	■	19
2 S	1	7	15	19	■	17	■	■	7	6	17	5	7

14	17	7	9	7	19	7

Fot.: Akpa, Adobe Stock

eprasa.pl 93ed4ba4e8

HAPPY HOUR

PANORAMA

Masz jeszcze chwilę czasu? Następna krzyżówka czeka!

wolna posada
chorobliwie blady
imituje skórę / groźny pies
cząstka materii
gra smutne role
forma rozliczeń
scena boksera / śpiew
1
agitacja
6
miniona moda
we wnętrzu krokieta
rejestruje drgania gruntu Ziemi
basista i pianista
w niej talary
8
odtwórca roli / na garnitury
Egejskie albo Jońskie
na zdjęciu
ustrój za Iwana Groźnego
pora lepienia bałwana
4
mamy je w banku
osłona orzecha / aerozol
5
naczynie do piwa / kuzyn wróbla
esencja z ziół
pleciony z wikliny
z niego butelki
pogranicze wschodnie
zyzuś tłuścioch
rowerowa prądnica
chroniony las / siła rozpędu
lichy koń
rudy nalot na metalu
cyklon tropikalny / element uprzęży
... szachów / 24 godziny
podziałka pod mapą
zapach dymu / rewia mody
akompaniament
porcja syropu
domniemanie / śmieci w sieci
kuzyn mintaja
10
reguluje bieg rzeki
kluseczka / flanca
2
hańba, niesława
wyrabia wędliny
talerz na ciasto / z Lwem i Bykiem
rudy grzyb
zwykły lub dziesiętny
komin wulkanu
otacza lagunę / plakat teatralny
worek na pierze
porcja do martena
zwid / rybożerny ptak
atak serca / poza do pacierza
szef juhasów
składnik pudru
przesyła dane
żydowska sobota
dowód niewinności
7
... Pank, zespół rockowy
słomiana plecionka
owiec z hali
ósemka z ciasta
3
szybka karetka / prohibicja
biletowa na dworcu
można pędzić na jego złamanie
9

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

eprasa.pl 93ed4ba4e8

JOLKA

Ty zdecyduj, gdzie wpisać odgadnięte słowa. Ujawniliśmy jedną z liter alfabetu.

					■		■			
	■		■						■	
	A				■		■		A	6
A	■		■			4			■	A
					■		■		■	
■		■				A		A		
			1	■	A	■		■		■
■		■		■						
	A		A		A	■		■	A	■
■		■		■		■				
	3					A		■		■
	■		■		■				A	
	■					5	■	A	■	
			■		■					
	■	A					■		■	
		2	■		■					

1	2	3	4	5	6

- napięcie nerwowe
- zamek błyskawiczny
- pojazd kolarza
- motor
- wyssana z palca
- tatarski do mięsa
- zwrotka
- ciasto z rożna
- tkanina na wsypy
- krakowski zamek
- znak zodiaku
- waga towaru
- buty piłkarza
- szukał ich Hilary
- budowa czegoś
- pracownik drukarni
- wskrzesił go Jezus
- wokół szyjki zęba
- gatunek kaczki
- na wigilijny kompot
- dzika bestia
- miałki tytoń
- logika wypowiedzi
- oddany z hukiem
- dokument kredytowy
- brzdąc
- uprawia ziemię
- pracuje w sądzie
- echosonda
- śniedź na miedzi
- krasomówca
- ciernie róży
- twaróg
- osnowy z wątkiem
- kartka z poczty
- wysoki lot piłki
- wirnik

SUDOKU

Uzupełnij diagram cyframi w taki sposób, aby w każdym wierszu, każdej kolumnie oraz w każdym małym dziewięciopolowym kwadracie znalazło się dziewięć różnych cyfr.

5				9	2	6		4
		2	5			9		8
	6							
	1			8	6			2
	2						9	
8			4	2			1	
							4	
7		1			3	2		
2		8	7	4				3

3		2			9			
6	7	9			1		4	
							5	3
		7					2	
	2	1	5		4	7	3	
	4					5		
7	6							
	8		2			3	7	9
			1			4		5

Fot.: Adobe Stock

eprasa.pl 93ed4ba4e8

6 lipca – 19 lipca

Spójrz w GWIAZDY

Lato w pełni! Skorpiony i Bliźnięta będą brylować w towarzystwie, Strzelce – wręcz przeciwnie. Wagi nie będą mogły opędzić się od adoratorów. A jak będą się miały twoje sprawy miłosne?

Rak

SELENA GOMEZ (34)

RAK 21.06-22.07

Świetny czas na domknięcie spraw związanych z majątkiem rodzinnym. Nie zwlekaj!
PRACA: Zastanów się, czy nie chcesz zmienić branży, w której pracujesz. Jeśli przeszło ci to przez myśl, teraz jest dobry moment na rozejrzenie się za ofertami.
MIŁOŚĆ: W miłości dużo uczuć i emocji, ale tych pozytywnych. Jeśli randkujesz, wreszcie poczujesz, że to jest to. Raki w związkach wejdą na kolejny etap w relacji.

LEW 23.07-22.08

Jeśli ostatnio zmagasz się z problemami zdrowotnymi, to dobry moment, żeby poświęcić temu więcej czasu i uwagi.
PRACA: W pracy spokojniej. Będziesz mogła ogarniać bieżące sprawy. Jeśli planujesz rozmowę o podwyżce, poczekaj.
MIŁOŚĆ: Wszystko będzie układać się po twojej myśli. Teraz jest czas, by poruszyć ważną kwestię z płcią przeciwną,

PANNA 23.08-22.09

Swoim optymizmem będziesz zarażać innych. Jeśli przyjaciółka poprosi cię o radę, wesprzyj ją. Twoja energia doda jej otuchy.
PRACA: Jeśli dostałaś ofertę pracy, zastanów się, czy nie wpadniesz z deszczu pod rynnę.
MIŁOŚĆ: Znajomość, której nie dawałaś szans, może się okazać tym, na co czekałaś całe życie. Panny w parach czeka kolejny miesiąc miodowy.

WAGA 23.09-22.10

Poczujesz, że żyjesz! To, co wydawało się nie do zrobienia, przyjdzie ci z łatwością. Działaj!
PRACA: Nowa praca? Jest duża szansa, że będzie to strzał w dziesiątkę. Czekają cię nowe obowiązki, ale świetnie się wykażesz.
MIŁOŚĆ: Panie poszukujące miłości mają teraz większą szansę spotkać tego jedynego. Wagi w związkach – krótki wypad za miasto dobrze wam zrobi.

SKORPION 23.10-21.11

Wykorzystaj letnią aurę na spotkania z przyjaciółmi, otwórz się też na nowe znajomości. Siedzenie w domu ci nie służy.
PRACA: Będziesz mieć milion pomysłów na minutę. Działaj, bo jesteś na fali.
MIŁOŚĆ: Osoba, za którą od dłuższego czasu się uganiasz, odrzuci twoje amory. Cóż, nic na siłę... Skorpion w związku będzie potrzebował więcej czułości od swojej drugiej połówki.

STRZELEC 22.11-21.12

Nie będziesz mieć ochoty na spotkania towarzyskie i huczne imprezy, dlatego poświęć ten czas na relaks w domowym zaciszu.
PRACA: Może cię czekać rozczarowanie projektem, nad którym pracowałaś.
MIŁOŚĆ: Odpuść randkowanie i flirty. Poczekaj, aż będziesz mieć lepszy nastrój. Wtedy sprawy przybiorą zupełnie inny obrót... Strzelce w związkach, odpuśćcie ukochanym!

KOZIOROŻEC 22.12-19.01

Wszystkie decyzje i ważne rozmowy odłóż na później, bo będzie ci ciężko odpowiednio wyartykułować myśli.
PRACA: Wykaż się dyplomacją, a jeśli nie będziesz czuła się pewnie, słuchaj intuicji.
MIŁOŚĆ: To dobry moment na nadrobienie straconego czasu w związku. Zostańcie w domu i obejrzyjcie film. Singielki, nie macie ochoty na flirt? Odpuśćcie i poczekajcie.

WODNIK 20.01-18.02

Uważaj na swoją odporność i pamiętaj o witaminach, a unikniesz przeziębienia.
PRACA: Twój wróg może knuć, więc bądź bardziej czujna. Wywiązuj się pilnie ze wszystkich obowiązków.
MIŁOŚĆ: Nie będziesz się mogła opędzić od adoratorów, a to za sprawą Wenus. Flirtuj, baw się, ale nie wchodź jeszcze w stałą relację. Wykorzystaj ten czas.

RYBY 19.02-20.03

Zrób coś dla siebie! Kup nową sukienkę, wybierz się na paznokcie i spędź trochę czasu w babskim gronie.
PRACA: Masz za dużo na głowie. Asertywność uchroni cię od przeoczenia problemów.
MIŁOŚĆ: Partner może się trochę dystansować, a to za sprawą twojego zabiegania o uwagę. Dobra rada: odseparuj się na chwilę, a zobaczysz, jak zatęskni!

BARAN 21.03-19.04

Zajmij się swoimi roślinami albo pracami w ogródku. Obcowanie z naturą dobrze ci zrobi i przyniesie miłe odprężenie.
PRACA: Czeka cię więcej zadań, więc odwołaj plany, bo możesz siedzieć po godzinach.
MIŁOŚĆ: Nie pójdziesz do przodu w swojej relacji z partnerem. Na zaręczyny jeszcze przyjdzie czas. Ale głowa do góry! Wolne Barany mogą za to liczyć na nową znajomość.

BYK 20.04-20.05

Jeśli chcesz wziąć pożyczkę lub kredyt, wstrzymaj się do jesieni. To nie jest dobry czas!
PRACA: Jeśli nie jesteś pewna swojej decyzji, to najprawdopodobniej nie jest ona dobra. Słuchaj swojej intuicji.
MIŁOŚĆ: Singielki muszą uważać na pokusę romansu w pracy. To może spowodować problemy. Zajęte Byki będą miały ochotę na miłosne figle.

BLIŹNIĘTA 21.05-20.06

Wygospodaruj czas dla swoich najbliższych. Spędźcie razem miło weekend.
PRACA: Spadnie na ciebie ogromna ilość zadań. Możesz poczuć się przytłoczona, więc czas najwyższy nauczyć się prosić o pomoc.
MIŁOŚĆ: Możesz myśleć, że partner cię zdradza i szukać na to dowodów. Poczekaj chwilę, zanim wysnujesz pochopne wnioski.

Fot.: East News

eprasa.pl 93ed4ba4e8

CYTUJEMY SHOW

Oni mają GŁOS

MAŁGORZATA SOCHA

„Nie lubię konfliktów, źle się w nich czuję, nie dodają mi pewności siebie, wręcz przeciwnie. Ale z drugiej strony: nie należy zbyt łatwo oceniać i patrzeć na innych przez pryzmat własnych doświadczeń".

AGATA TURKOT

„Jeżeli nie czuję się na siłach, żeby coś zrobić, to po prostu tego nie robię. Nie potrafię się do czegoś zmuszać. Jeżeli ktoś tego nie rozumie, jest mi przykro, ale nic nie poradzę, nie robię tego komuś na złość. To jest właśnie bycie »osobną«".

EWA CHODAKOWSKA

„Ludzie kochają na tyle, na ile sami nauczyli się miłości… Jeśli ktoś dawał Ci okruchy, ciszę zamiast rozmowy, chłód zamiast czułości... to nie dlatego, że zasługiwałaś na mniej. To dlatego, że nie potrafił dać więcej".

PIOTR CUGOWSKI

„Zestarzeć można się też w młodym wieku. Metrykalnie możemy być młodzi, ale mentalnie starzy. Chociaż w wielu sprawach czuję się dojrzały, to jednak życie wciąż potrafi mnie zaskoczyć".

MAGDALENA POPŁAWSKA

„Relacje rodzinne to nie jest prosta sprawa. Dziedziczymy te dobre rzeczy i te najgorsze, z całym tym pakietem, który jest i we krwi, i w charakterze, i w tych wszystkich nawykach, i musimy zdecydować, co chcemy kontynuować".

NATALIA KUKULSKA

„Szczęścia należy poszukać w sobie. Ono nie zależy od sukcesów, pieniędzy, władzy. Szczęście jest sztuką wyboru. Sztuką nurkowania w głąb siebie i usłyszenia własnego głosu".

AGNIESZKA GROCHOWSKA

„Mojemu pokoleniu przez lata wkładano w głowę, że myślenie w pierwszej kolejności o sobie jest samolubne, a to nieprawda. Tylko człowiek, który umie stawiać własne granice, nie przekroczy granic drugiego człowieka".

Fot.: Akpa (6), East News

eprasa.pl 93ed4ba4e8

4 OKŁADKI DO WYBORU

Twój STYL®

Najchętniej czytany luksusowy magazyn dla kobiet

Sierpniowy Twój STYL dostępny także z prezentami do wyboru:
żelem do mycia twarzy **TOŁPA GREEN OILS,** nocnym serum do ciała **BeBIO START YOUR ACTIVE TRAINING**
lub z minibalsamem do ciała **DERMEDIC**. Możesz też kupić „Twój STYL" z dodatkiem pełnym krzyżówek „Ćwiczenia z myślenia".

Wersja cyfrowa oraz pełna oferta prenumeraty dostępna w sklepie czytelnia.pl

Więcej informacji na

twojstyl.pl

polub nas na: **WWW.FACEBOOK.COM/TWOJSTYLPL** obserwuj nas na Instagramie: **@TWOJSTYLPL**

eprasa.pl 93ed4ba4e8