

MAGAZYN W DOBRYM STYLU

SHOW

DWUTYGODNIK Cena 6 zł 49 gr (w tym 8% VAT)
Nr 20 (469) 28 września 2026 r.

Sandra Drzymalska

Bolesna droga DO ROLI „LALKI”

Indeks 245895



Numer
w sprzedaży do
11.10.2026



CZY BLISCY
PRZYJĘLI
ZAPROSZENIE
NA ŚLUB
**FILIPA
CHAJZERA?**



**ROKSANA
WĘGIEL**
BO SIĘ
O SWOJE
ŻYCIE?



OD TEJ DECYZJI
**TOMASZA
KOTA** NIE MA
JUŻ ODWROTU



**Magdalena
Boczarska**

Jej kariera mknie bez awarii jak luksusowe auto, ale na ukochanych Mazurach aktorka zasiadła za kierownicą Porsche w wersji polowej. Zamiast planu filmowego – chwila wytchnienia na łonie natury. Czerwony dywan musi poczekać...



**Grażyna
Szapołowska**

Tegoroczne lato powoli zaczyna być już tylko słodkim wspomnieniem. Grażyna Szapołowska postanowiła więc poszukać słońca w hiszpańskim Alicante. Aktorka pochwaliła się zdjęciami na nadmorskim piasku, ubrana w błyszczącą cekinami sukienkę. Czyżby zainspirowała się syrenami z głośnej ostatnio „Odysei”?

#Show TIME



**Adam
Zdrójkowski**

W zdrowym ciele, zdrowy duch! Adam Zdrójkowski dobrze o tym wie. I nawet na urlopie w Hiszpanii nie odpuszcza, tylko dźwiga ciężary. Przecież dobra forma sama się nie zrobi.



**Małgorzata
Kozuchowska**

Na co dzień to ona jest gwiazdą, ale podczas spaceru z ukochaną sunią, zamieniają się rolami. Miła, zamiast iść obok, łąduje na rękach Małgorzaty Kozuchowskiej. Aktorka nie żałuje jej głasków, bo lubi rozpieszczać czworonoga. To nie jest pieskie, ale rajske życie!



**Mikołaj
Roznerski**

Fankom z pewnością ślinka pociekła na widok tego zdjęcia - i to jeszcze zanim dopatrzyły się tych mięs, które aktor uwędził. Ponoć szynkę przesuszył, ale jeśli ją poda w tym stroju, nikt nie zauważy.

SHOW

MAGAZYN W DOBRYM STYLU

GWIAZDY SHOW

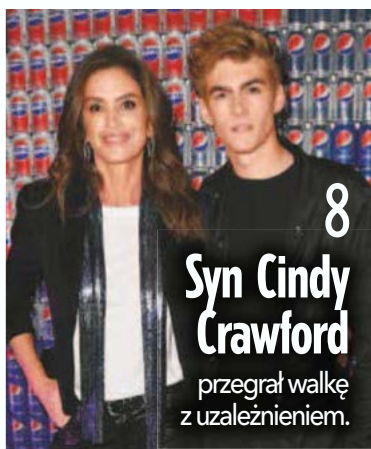
- 4** Dlaczego **Mandaryna** jeszcze nie zamieszkała z **Michałem Wiśniewskim**?
- 5** **Natasza Urbańska** potrzebuje teraz wsparcia i zrozumienia.
- 10** Niepokorni, niegrzeczni, **Borys Szyc** i **Andrzej Chyra** mają w nas fanki.

O TYM SIĘ MÓWI



24
Krzysztof Ibisz
zdradza sekret udanego patchworku.

- 14** Taneczny interes **Agnieszki Kaczorowskiej** i **Marcina Rogaczewicza** jednak się nie udał.
- 15** **Joanna Koroniewska** i **Maciej Dowbor** szykują wielki powrót. Jak to wpłynie na ich relację?
- 18** Czy **Helena Englert**, jako córka znanej pary, na pewno ma łatwiej w życiu?
- 26** **Marcelina Zawadzka** nie kryje, że myśli o kolejnym dziecku.



8
Syn Cindy Crawford
przegrał walkę z uzależnieniem.

7 Anita Sokołowska

nie zamierza korzystać z aplikacji randkowych.



STYLOWY PORADNIK

- 28** **Moda** Dzięki kokardzie zwykła bluzka nabiera charakteru.
- 30** **Makijaż** Przyglądamy się gwiazdom na rozdaniu Emmy, by podejrzeć najnowsze trendy.
- 32** **Pielęgnacja** Jakież paznokcie będą modne tej jesieni? Czas na prostotę.
- 35** **Zawsze w formie** Odpoczynek to inwestycja w długie życie. Uczymy się o sobie dbać.

PO GODZINACH



- 36** **Kuchnia** Nic tak nie doda ciepłej atmosfery w domu, jak zapach kruszonki.
- 38** **Wnętrza** Matcha stała się tak popularna, że wkracza na salony. Dosłownie na salony.
- 42** **To jest hit** Kto czekał na drugi sezon serialu z **Izą Kuną**? Jako Klara jest przeżabawna!



Z nową, podładowaną energią

Gwiazda na co dzień godzi macierzyństwo z zawodowymi zobowiązaniami. Nowa przyjaźń pozwala jej na chwilę zwolnić i zrobić prawdziwy reset.

Katarzyna Glinka

Wreszcie ma WSPARCIE!

» SHOW-BIZNES TO OCEAN PEŁEN REKINÓW I PIRANII. Wszyscy słodko się do siebie uśmiechają, lecz pod powierzchnią każdy walczy o przetrwanie. Mityczne gaże trafiają się nielicznym, a aktorki rywalizują nie tylko o role, ale i o rozgłos. Na szczęście zdarzają się wyjątki. Katarzyna Glinka i Katarzyna Bujakiewicz spotkały się na planie serialu „Szpital św. Anny” i od razu poczuły, że nadają na tych samych falach i że będzie im się dobrze razem pracowało. Ale dziś także prywatnie łączy je tak silna więź, że potrafią spędzić cały dzień tylko we dwie, świetnie się przy tym bawiąc. – Nie ma rywalizacji, jest pomoc i wsparcie. To jest cudowne, bo nie jest oczywiste – podkreśla zachwycona i wzruszona Katarzyna Glinka. (AR)

Z przyjaciółką w roli głównej

Serial sprawił, że stały się niczym siostry. Z radością wracają na plan do grodu Kraków, gdzie mają też czas na drobne dziewczynskie przyjemności...



Poczułam, iż to jest po prostu ten człowiek. Stwarza taką atmosferę i poczucie akceptacji, bezpieczeństwa oraz wsparcia – mówi Glinka o Bujakiewicz.



SHOW 3



**Dojrzałe motyle
w brzuchu**

Emocje jak
za dawnych lat, ale
po dwóch dekadach
od rozvodu,
doświadczenie
dużo większe.



Dzieci: Xavier
i Fabienne trzymają
kciuki za związek
rodziców i wierzą,
że tym razem się uda.



Z Michałem
Wiśniewskim byli
małżeństwem
tylko pięć lat.
Dzisiaj on nazywa
ją jednak miłością
swojego życia.

MANDARYNA W TEJ MIŁOŚCI CZUJE SIĘ JAK NASTOLATKA

» **ODKĄD ZESZŁA SIĘ Z MICHAŁEM**

WIŚNIEWSKIM po dwóch dekadach, ma wrażenie, że zegar cofnął się do roku 2005. Oboje cieszą się chwilą i wierzą, że nie powtórzą starych błędów. Ostatnio w podcaście „Z bliska” Mandaryna wyjawiała, że chociaż znów randkuje z ojcem swoich dorosłych już dzieci, to ani ona z nim nie zamieszkała, ani on się do niej nie wprowadził.
– Jesteśmy trochę jak nastolatki – śmiała się i nie ukrywała, że to jest całkiem przyjemne.
– Na razie się trochę łapiemy, ale to nie ma znaczenia, bo i tak on jest obok – wyznała. Zamierzają ze sobą zamieszkać, ale nie sprecyzowała kiedy.
– Nie wiem, październik? – dodała.

(VK)



Zamknęłam oczy
i je otworzyłam,
i dalej jestem
w 2005 roku
– mówi.



**Sprawdzian
także uczuć?**

Związek
z Michałem
zepsuł się, kiedy
sama zaczęła
robić karierę.
Teraz eksmąż
mocno kibicuje
jej w „Tańcu
z gwiazdami”

**JEDNYM
ZDANIEM**

Osiem lat temu **Alżbeta Lenska** miała poważną operację tętniaka mózgu, więc kiedy teraz trafiła do szpitala na badania dopadł ją strach, ale na szczęście pokonała go m.in. śmiechem.

Po zakończeniu związku z narcyzem, **Maja Sablewska** dostała od psychologa specyficzną radę, by przez rok wystrzegła się seksu – wręcz dostała zakaz korzystania ze sztuki ars amandi.

Warta 10 milionów dolarów willa **Nicolaesa Cage'a** w Malibu została uszkodzona przez ogromne zapadlisko i dosłownie zapada się pod ziemię, a władze ogłosiły ewakuację.

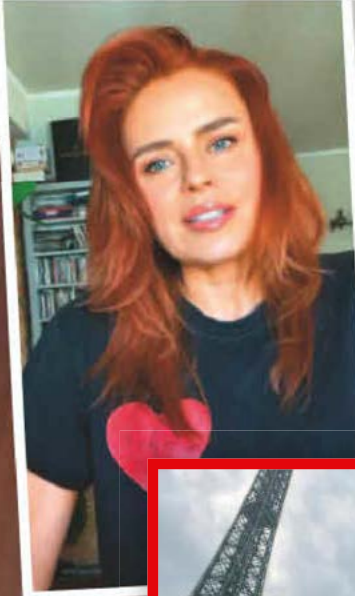
Nie miała wyjścia

Miała 16 lat, gdy zaczęła występować w teatrze. Teraz świętuje 30-lecie pracy artystycznej trasą koncertową, którą musiała zawiesić.



Uśmiech przez łzy

Na filmiku opublikowanym na Instagramie uśmiecha się, ale głos jej się łamie.



Z mężem, Januszem Józefowiczem i córką Kaliną, którzy najmocniej ją teraz wspierają.



Nie traci pogody ducha

Poczucie humoru - tego nigdy jej nie brakowało. Dlatego wierzy, że wszystko dobrze się skończy.



NATASZĘ URBAŃSKĄ LOS WYSTAWIŁ NA PRÓBĘ

» ZASMUCIŁA WYZNANIEM, ŻE ZMAGA SIĘ Z NOWOTWOREM nie tylko fanów, którzy zachodzili w głowę, dlaczego artystka odwołała zaplanowane na jesień koncerty, ale i kolegów z branży. - Jestem w trakcie leczenia onkologicznego - wyznała kilka dni temu na Instagramie. Jednak zapewniła, że mimo choroby nie zamierza całkowicie zrezygnować z pracy. W rozmowie z „Faktem” potwierdziła to jej menadżerka, Monika Kordowicz. - Natasza jest cały czas aktywna zawodowo, kończy album, nadal występuje, ale już nie tak intensywnie. Scena i fani dają jej siłę, by walczyć o swoje. Jej radość życia jest niesamowita - powiedziała.

(TOR)

IMPREZY SHOW

Miało być święto ludzkiej kreatywności i rzemiosła, narzekali widzowie. A te modele? Świecili... ustawieniami fabrycznymi!

NICZYM RENESANSOWA KSIĘŻNICZKA...

Pokaz Vogue World: Milan 2026 otworzyła Gigi Hadid w spektakularnej sukni Valentino. Kreacja powstała z odzyskanych weneckich kolder, a jej ręczne wykonanie zajęło aż 1680 godzin.

W RYTMIE POP-ARTU

Topowe modelki Imaan Hammam i Ida Heiner zaprezentowały stylówki z nadrukami okładek „Vogue”, inspirowane pop-artową kolekcją z 1991 roku.

MILAN FASHION WEEK: WESOŁO, ALE NIE GOŁO!

» JEŚLI MODA GDZIEŚ MA TEMPERAMENT,

to w Mediolanie. Milan Fashion Week znów był areną gigantów: Armaniego, Prady, Gucciego i Versace. Pokaz otworzyła supermodelka Gigi Hadid, zamieniając wybieg w scenę niczym szekspirowska bohaterka. A gdy wydawało się, że widzieliśmy już wszystko, organizatorzy dorzucili kontrowersję: humanoidalne roboty. Miały być dodatkiem, a wywołały burzę w. Bo w Gallerii Vittorio Emanuele II miały spotykać się pokolenia twórców, nie maszyny. Zwłaszcza gołe (proto)typy, i to w XIX-wiecznej wizytówce miasta. Kto to widział?! (AR)

NA SUKNI MAŁOWANE

Piosenkarka Alicia Keys wykonała przy fortepianie utwór Donny Summer. Jej ręcznie malowana suknia z gigantycznym trenem przypominała wyglądem dzieła impresjonistów.

POWRÓT DO PRZESZŁOŚCI?

Gwiazda wybiegów USA, Alex Consani, pojawiła się w stylizacji z włókna szklanego, z recyklingu. Ten „look” lat 80. pochodzi od Bottega Veneta.

HU HU HA, IDZIE ZIMA ZŁA?

Włoska moda gotowa na srogą zimę... A pan obok to wcale nie szef odsnieżania dróg dojazdowych do światowej stolicy designu, tylko amerykański artysta Machine Gun Kelly w garniturze Byblos.

ICH TROJE, CZYLI WIELKIE WEJŚCIE!

Tych państwa raczej nie trzeba przedstawiać: Stefano Gabbana, Jennifer Lopez i Domenico Dolce.



**Co ma być,
to będzie**

Nie goni za miłością
a samotność traktuje
jak szansę, nie karę.
- Ja bardzo mocno
wierzę w to, że,
co ma przyjść,
to przyjdzie, jeśli
wyślę dobrą energię
- mówi.

**Dobry czas
na poznanie siebie**

W związku była
ponad 15 lat.
Po rozstaniu
uczy się być
sama ze sobą
i rozumieć
swoje potrzeby.



**Osobno,
a jednak razem**

W 2024 roku,
w parze z Jackiem
Jeschke,
wygrała „Taniec
z Gwiazdami”.

Z reżyserem
Bartoszem
Frąckowiakiem
nie są już parą,
ale zawsze
będzie łączyć
ich syn Antoni
- dzisiaj już
nastolatek.

ANITA SOKOŁOWSKA: SINGIELKA BEZ PRESJI

» **SZCZĘŚCIE TO NIE TYLKO MIŁOŚĆ,**
a aktorka nie traktuje tego, że jest sama
jako powodu do wstydu czy do szukania
na siłę nowego związku. - Cztery lata
po rozstaniu z byłym partnerem, z Bart-
kiem, nauczyły mnie tego, żeby poznać
samą siebie i nauczyć się być samej
ze sobą - wyznała Anita Sokołowska,
która z reżyserem Bartoszem Frącko-
wiakiem - ojcem swojego syna, ma
dzisiaj przyjacielską relację. Nie korzysta
z aplikacji randkowych i... nie zamierza.
- Szczęście to twój stan ducha, to, jak
myślisz, czym się otaczasz, z kim rozma-
wiasz, co robisz na co dzień. Absolutnie
nie uzależniam swojego szczęścia
od miłości - zapewniła ostatnio. **(VK)**

GORĄCY
TEMAT

Cindy Crawford z synem i córką,
zanim życie zaczęło stawiać tę
rodzinę przed ciężkimi próbami.



Presley i Kaia wyrastali
w domu pełnym miłości
i akceptacji. Rodzice byli
im oddani.



Rodzinne chwile szczęścia.
Cindy, Rande i Kaia wierzyli,
że Presley w końcu zdoła
odzyskać swoje życie.

Presley Gerber

Syn słynnej
matki

Presley był typowym
nepo baby, matka
wprowadziła
go na celebryckie
salony, a jej
nazwisko ułatwiło
mu podpisywanie
prestiżowych
kontraktów. I właśnie
to mu najbardziej
ciężko, nie wierzył
w siebie.

Życie wymknęło

MU SIĘ Z RĄK



Niemal dekadę trwała jego **walka z uzależnieniem** od narkotyków.
Syn słynnej amerykańskiej modelki przegrał ją, niestety, 20 września br.

Przegrał z demonem

Beztroskie macierzyństwo

Zanim zaczął pracować jako model, jego pasją było ujarzmianie fal na desce surfingowej. Fantastycznie sobie radził.

Skazani na karierę

Robił świetne zdjęcia siostrze i matce. Magazyn „Vanity Fair” pisał o nim: wydaje się już prawdziwym profesjonalistą fotografii.

Nie był sam z chorobą

Charlotte D'Alessio, z którą był związany przez dwa lata, pożegnała go słowami: - Dzielił się czystą miłością. Zasłużył na więcej czasu, na więcej życia.

Bardzo nam przykro, lecz pani dziecko nie żyje – tak straszej wiadomości żadna matka nie chciałaby otrzymać. Cindy Crawford, wielka gwiazda wybiegów lat 90. i jedna z najsłynniejszych modelek świata, kilkanaście dni temu musiała się jednak z nią zmierzyć. Jej syn, 27-letni Presley Gerber, został znaleziony martwy w ośrodku terapii uzależnień Resolutions Living w Santa Monica.

Szok i wielki smutek

Dla modelki i jej męża, przedsiębiorcy Randego Gerbera, była to wieść szokująca, aczkolwiek nie do końca niespodziewana. Ich syn, model i obiecujący fotograf, od niemal dekady zmagał się z nałogiem narkotykowym, o czym zresztą mówił publicznie, wierząc, że to uchroni innych. W 2024 r. przedawkował fentanyl. Opowiadał o uzależnieniu od opioidów, ciężkiej depresji, atakach paniki i nocnych lękach. Mówił, że konsultował się już z piętnastoma psychiatrami, przyjmował dziesiątki leków, mimo to nie znalazł lekarza, który wyciągnąłby go z psychicznego piekła.

Do ośrodka zgłosił się wieczorem, prosząc o pomoc. Świadkowie mówią, że w chwili przyjęcia wyglądał bardzo źle. Po jedenastu godzinach wezwano do niego pogotowie. Dyspozytor usłyszał, że możliwe jest przedawkowanie i zatrzymanie krążenia. Po dziesięciu

minutach reanimacji ratownicy stwierdzili zgon. Policja nie znalazła oznak udziału osób trzecich. Sekcja zwłok nie wykazała przyczyny śmierci, ustalenie jej może trwać kilka miesięcy.

Cindy Crawford, jej mąż i córka Kaia po śmierci Presleya nie zabrali głosu publicznie. Ich przedstawiciel prasowy przekazał mediom, że rodzina prosi o prywatność w tym bardzo trudnym i bolesnym czasie. Nieoficjalnie ludzie z ich otoczenia potwierdzają, że była modelka jest w szoku, zaś cała trójka pogrążyła się w smutku, którego nie da się opisać słowami.

Jednocześnie przyjaciele rodziny Gerberów zapewniają, że matka, ojciec i siostra byli bardzo uczuleni na narkotykowe problemy Presleya. Cindy i Rande przez te wszystkie lata szukali dla niego pomocy i uczestniczyli w jego walce z nałogiem.

Gdy na początku 2026 roku Presley pojechał do Meksyku na terapię zakazaną w USA ibogainą, ojciec pisał w mediach społecznościowych, że podziwia go za odwagę w mierzeniu się z tym, z czym tak trudno walczyć. Matka nazywała go wojownikiem, a siostra mówiła: jestem cholernie dumna z brata. W czerwcu br. rodzice towarzyszyli mu podczas sympozjum poświęconego zdrowiu psychicznemu. Choć od lat konsekwentnie strzegą prywatności rodziny, nie ukrywali już,

że syn leczy się przewlekłe. I głęboko wierzyli, że naprawdę jest już bliski pokonania demona.

Dorósł za szybko

Presley miał piętnaście lat, gdy poszedł w ślady matki i podpisał kontrakt z prestiżową agencją IMG Models. Szybko zaczął chodzić po słynnych wybiegach i brał udział w kampaniach największych marek, nie tylko modowych. Ale z czasem przestał mówić o modzie, a coraz częściej o lekach, nałogu, strachu i kolejnych próbach leczenia.

Przed rokiem wspominał swoje dzieciństwo w Malibu: deskorolka, surfing, całe dni spędzane na beztrosce, w oceanie. – Ale przyszła praca i dorosłość. Ludzie mówili: byłeś takim szczęśliwym dzieckiem. Co się z tobą stało? – wyznał. – Odpowiadałem, że stało się życie.

SHOW Anna Grabarczyk



Najgorsze chwile

Cindy Crawford z mężem - pierwsze zdjęcie po ujawnieniu śmierci Presleya. Oboje nie zabrali głosu na ten temat.

CO RÓŻNI CO ŁĄCZY

BORYS SZYC

Urodził się w Łodzi, ma 47 lat. Zodiakalna Panna, 176 cm wzrostu.

Ojciec, dyrektor teatru, zostawił rodzinę tuż po narodzinach syna. Ten wybrał PWST. A miał być księdzem!

Przed laty skakał z kwiatka na kwiatek. Ze związku z Anną Bareją ma córkę Sonię (21).

Ustatkował się dopiero przy Justynie Nagłowskiej, swojej miłości sprzed lat. Wzięli ślub, mają syna Henryka (6), razem wychowują też jej córkę.

Upijał się już w szkole średniej, przez alkohol stracił prawo jazdy. Trzeźwy od ponad dekady.

» **ROZCHWYTYWANI** aktorzy, którym alkohol niegdyś mocno komplikował życie. Ale podobieństw między sławnymi blondynami jest więcej!

ANDRZEJ CHYRA

Ma prawie 62 lata i 176 cm wzrostu. Jest spod znaku Panny i urodził się w Gryfowie Śląskim

Ojciec pracował w kopalni miedzi i on też miał być górnikiem. Ostatecznie wybrał stołeczną PWST.

Słynie jako kobieciarz. Rozwiedziony. Jego żoną była reżyserka castingowa Marta Kownacka. Był też związany z Magdaleną Cielecką.

Z Pauliną Jaroszewicz, będąc już po pięćdziesiątce, doczekał się syna Tadeusza (11).

Aby zyskać pewność siebie, zaczął pić już w liceum. Dopiero ojcostwo sprawiło, że zerwał z nałogiem.

Mocno NIEPOKORNI

TeleKamery

TELE TYGODNIA 2026

Zapraszamy do głosowania na telekamery.pl
w dniach 14 września – 9 października 2026

AKTORKA

Barbara Bursztynowicz
Paulina Gałązka
Katarzyna Herman
Anna Karczmarczyk
Joanna Kulig
Magdalena Rózczyńska
Anna Maria Sieklucka
Agata Turkot
Justyna Wasilewska
Zofia Zborowska-Wrona

AKTOR

Ireneusz Czap
Piotr Cyrwus
Konrad Eleryk
Tomasz Kot
Maciej Musiał
Filip Pławiak
Piotr Polak
Michał Sikorski
Borys Szyc
Tomasz Ziętek

SERIAL

Czarna śmierć
Drelich
Heweliusz
Młode gliny
Ołowiane dzieci
Piekło kobiet
Przepis na zbrodnię
Szpital św. Anny
The Office PL 5
Zajazd. Będzie się działo



ABY PRZEJŚĆ
BEZPOŚREDNIO NA
STRONĘ Z GŁOSOWANIEM
ZESKANUJ KOD QR:



Weź udział w Plebiscycie. Czekają nagrody!

Albatros travel

1x WYCIECZKA 2-OSOBOWA: OSŁO, BERGEN I NORWESKIE FIORDY

WARTOŚĆ NAGRODY: 12 000 zł

4x

ZESTAW ZEGARKÓW:
DAMSKI ELIXA
I MĘSKI AZTORIN

Nagrodę ufundowała firma:
APART.pl

WARTOŚĆ ZESTAWU:
1680 zł

4x

GŁOŚNIK
JBL XTREME 5
Z MOCNYM
BRZMIENIEM
JBL PRO SOUND
I TECHNOLOGIĄ
AI SOUND BOOST

WARTOŚĆ: 1499 zł

1x T TABLET 2
WARTOŚĆ: 1299 zł

1x T PHONE 3
WARTOŚĆ: 849 zł

1x TELEWIZOR HISENSE
55" 55E7Q QLED
60HZ 4K
WARTOŚĆ: 1649 zł

MAGENTA TV

2x NAGRODA 1000 zł

UFUNDOWAŁA
MARKA HORTEx

SPONSOR TELEKAMER TELE TYGODNIA 2026

Hortex

5x

VOUCHER
DO WYKORZYSTANIA
NA STRONIE
COSTWAY.PL

COSTWAY

WARTOŚĆ: 500 zł

WYDARZENIE WSPÓŁTWORZĄ

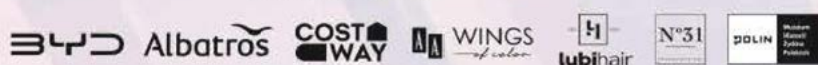
SPONSORZY



SPONSOR STATUETEK



PARTNERZY PLEBISCYTU I GALI



PARTNERZY MEDIALNI



Regulamin głosowania jest dostępny na stronie www.telekamery.pl oraz w siedzibie Organizatora. Każdy numer telefonu bierze udział tylko raz w losowaniu nagród. Zwycięzca jest zobowiązany do zapłacenia 10% podatku od nagrody, której wartość przekracza 2000 zł. Zdjęcia nagród są poglądowe.

ep@sa.pl / 622268250

KARTKA Z KALENDARZA

5 października 2018 r.

Miłość bez przyszłości

Ona młoda, utalentowana i głodna sławy, on wielki gwiazdor rocka, zmęczony karierą i uzależniony od alkoholu, nadużywający leków i narkotyków. Skazana na porażkę miłość co kilka dekad wraca na ekran w nowej odsłonie.



Podzielone zdania

W poprzedniej, trzeciej ekranizacji „Narodzin gwiazdy” z 1976 r. główne role zagrali Barbra Streisand i Kris Kristofferson. Publiczność tę wersję uwielbiała, ale krytycy uznali za najsłabszą. Piosenka „Evergreen” przyniosła Streisand Oscara.



Zapracował na swoje smaczki

Sympatyczny, kudłaty pies, którego zaadoptowali filmowi Ally i Jack, w rzeczywistości był zwierzątkiem Bradleya Coopera o imieniu Charlie. Jego debiut na ekranie wypadł przekonująco.



Poruszający moment

Inna filmowa piosenka - „I'll Never Love Again” - ma wzruszającą historię. Lady Gaga nagrała ją kilkanaście minut po tym, jak usłyszała o śmierci bliskiej przyjaciółki, która przegrała walkę z rakiem. Proponowano jej przełożenie zdjęć, lecz Gaga wyszła na scenę.



Królowa była tylko jedna

Chociaż film ma dwoje głównych bohaterów, to przede wszystkim na Lady Gdze skupiała się uwaga innych gwiazd, dziennikarzy i gapiów, którzy polowali na jej autograf i wspólne zdjęcie. Piosenkarka ośniewała.



Nowa rola śpiewającej Lady

W czerwcu br. Lady Gaga została po raz pierwszy matką. Wraz z narzeczonym, przedsiębiorcą, inwestorem i filantropem Michaeliem Polanskym powitała dziecko. Dopiero teraz zdradzili, że mają córkę o imieniu Rose Bean.



PREMIERA „NARODZIN GWIAZDY”

» **TO JUŻ CZWARTA WERSJA** tej historii, a zarazem trzeci remake oryginału z 1937 r. Druga i trzecia powstały w latach 1954 i 1976. Premiera nowych „Narodzin gwiazdy” była popkulturowym wydarzeniem. Lady Gaga, kojarzona głównie z tanecznymi przebojami i ekstrawaganckimi strojami, dowiodła, że świetnie radzi sobie jako aktorka. Hollywoodzki gwiazdor Bradley Cooper nie tylko zagrał u jej boku, ale też pierwszy raz był reżyserem. Opowieść o burzliwej miłości początkującej wokalistki i sławnego, lecz pogrążonego w nałogu muzyka znów poruszyła miliony. Film dostał aż osiem nominacji do Oscara, a utwór „Shallow” nagrodzono tą statuetką. **(AG)**

Hit na dwie statuetki

Za filmową piosenkę „Shallow” Lady Gaga dostała Oscara i Złoty Glob. Utwór był również wysoko notowany na listach przebojów na całym świecie.



Najpiękniejszy dzień życia

Bianka jest drugą żoną Chajzera, on wierzy, że już ostatnią. Miodowy miesiąc spędzą w Nowym Jorku.

Brak szans na pojednanie

Celebryta nie wie, czy jego teściowa dostała zaproszenie na ślub. - To nie moja mama - broni się.

FILIP CHAJZER JEDNAK DOPIĄŁ SWEGO!

» **WZIĄŁ ŚLUB Z MŁODSZĄ O DWIE DEKADY BIAKĄ.** Zna ją od zaledwie kilku miesięcy. Ceremonia odbyła się w ostatni weekend lata, w jednym z krakowskich kościołów. Wśród gości zabrakło 9-letniego syna Filipa Chajzera z poprzedniego związku. Nie pojawiły się także matka i babcia panny młodej. Obie mają być przeciwnie temu związkowi. W programie Kuby Wojewódzkiego Chajzer mówił, że jego teściowa prawdopodobnie wręcz go nienawidzi. Białkę do ołtarza odprowadził jednak jej ojciec. - Klasa absolutna - skomentował jego zachowanie pan młody. Ojciec panny młodej nie został jednak na weselu. Zatrzymały go obowiązki zawodowe, których nie mógł przełożyć, ponieważ zaproszenie otrzymał zbyt późno.

(BAJ)

Bianka przyjęła i obrączkę, i nazwisko od ukochanego.

Wielka radość w rodzinie

Zygmuntowi Chajzerowi najwyraźniej przypadła do gustu nowa synowa. Życzy nowożeńcom jak najlepiej.



Starsza córka aktorki Emilia skończyła 7 lat, młodsza Gabrysia ma pięć.

Uff, jak gorąco!

Ich popisy w „Tańcu z gwiazdami” wzbudzały wiele emocji i rozgrzewały parkiet do czerwoności.



Odpadli z tanecznego show, ale to doświadczenie chcieli przekuć w biznes. Liczyli na sukces.

AGNIESZKA KACZOROWSKA ZNÓW POCZUŁA SMAK PORĄŻKI

» MIŁOŚĆ SIĘ SKOŃCZYŁA PRZYNAJMNIEJ TA NA SCENIE. Spektakl „Siedem”, z którym Agnieszka Kaczorowska i Marcin Rogacewicz jeździli po Polsce, miał być artystycznym przedłużeniem ich uczucia, które wcześniej rozgrzewało parkiet „Tańca z Gwiazdami”. Niestety, zebrały się nad nim czarne chmury. – Już wiemy, że nie gramy jesienią, ale szukamy rozwiązania – wyznała niedawno aktorka. Dla obojga oznacza to mniej zarobku, a zobowiązań im nie brakuje. Marcin płaci alimenty na kilkoro dzieci, Agnieszka wychowuje dwie córki i urządza kupiony dom. Ale oboje grają jeszcze w innym spektaklu objazdowym i wierzą, że wspólnie poradzą sobie z tą sytuacją. (VK)

Porywy namiętności

Spektakl „Siedem” był ich bardzo osobistym projektem. Włożyli w niego cały swój talent i serce. Ale niestety, łaska widzów (i sponsorów) na pstrym koniu jeździ.

JEDNYM ZDANIEM

Chorująca na zespół sztywności uogólnionej **Celine Dion** wróciła na scenę po sześciu latach przerwy, a pierwszy jej koncert w Paryżu był pełen wzruszeń.

W rozmowie w RMF FM **Julia Wieniawa** zdradziła, że za trzy lata, czyli przed trzydziestką, chciałaby zostać matką i widzi siebie w swoim domu w lesie z dzieckiem.

W „Blaskach i cieniach” **Monika Jarosińska** wyznała, że nieraz pracowała w show-biznesie za darmo i choć wiedziała, że ktoś ją wykorzystuje, nie miała alternatywy.

Pechowa siódemka!

Znaleźli się na zakręcie, ale nie tracą nadziei, że wkrótce ich sytuacja zawodowa się ustabilizuje.



**Prawie milion
obserwujących**

Na Instagramie
prężnie działają
już od kilku lat.
Profil Joanny
obserwuje
955 tys. osób.

11 lipca 2027



Ich pandemiczne
„Domówki u Dowborów”
z innymi gwiazdami
show-biznesu przyciągały
tłumy widzów.

**Nadwiślańska
power couple**

Parą są ponad
dwie dekady,
małżeństwem
- 11 lat. Ich miłość
zwyciężyła różne
zawirowania.

MACIEJ DOWBOR IDZIE Z ŻONĄ NA CAŁOŚĆ!

» **WYDAŁO SIĘ DLACZEGO RZUCIŁ ŚNIADANIÓWKĘ.** Odszedł z „Dzień dobry TVN”, by pracować z Joanną Koroniewską na pełen etat. W „Forbes Women” już zdradzili: wrócą do „Domówek u Dowborów”, rozwiną YouTube i urządkują domowe studio. Nagrywanie daje im frajdę, ale Maciej mówi, że współpraca rodzi spięcia – żonie inaczej udziela się wskazówek niż obcej osobie. Ewa Chodakowska i Lefteris Kavoukis ostatnio rozstali się przez to, że wspólna praca zdominowała ich życie, ale Joanna i Maciej chyba się tego nie boją – jako para wyszli przecież obronną ręką już z niejednej podbramkowej sytuacji. (NA)



**Zabawa
dla całej rodziny**

W swoją internetową
działalność wciągają
czasem Katarzynę
Dowbor, a ostatnio
w zabawnych filmikach
występuje też ich starsza
córka Janina.

Fot.: Akpa, Instagram.com/joannakoroniewska (2), Instagram.com/maciej_dowbor

**GORĄCY
TEMAT**

**Idealne życie
nie istnieje**

Mogliby się wydawać, że mam idealne życie - miłość, dom, karierę, a jednak jestem jak każdy - przekonuje gwiazda.

W Nowym Jorku nie tylko ładuje baterie przed kolejnym sezonem koncertowym, ale też spełnia marzenia. Niestety, sukces ma swoją cenę. **Piosenkarka od roku jest na terapii i ma bodyguarda.**

Roksana Węgiel-Mglej

Ile kosztuje

TO SZCZĘŚCIE?

Nie wszystko



**Marzenia się
spełniają**

Nie kryła wzruszenia podczas rozmowy z Caroliną Herrerą, która wybrała ją na ambasadorkę nowego zapachu.

**Wielki świat
ją porwie?**

Nawiązała współpracę z Platinum Sound Recording Studios, gdzie powstają największe przeboje gwiazd popu, R&B i hip-hopu.

złoto, co się świeci

Najwięcej witaminy mają
polskie dziewczyny!

Wyróżniała się
na Manhattanie
świeżością
i temperamentem.

Tuż po ostatnim występie z zespołem w plenerze, ruszyła na zasłużony urlop. Roksana Węgiel-Mglej poleciała z mężem do Stanów Zjednoczonych, by skorzystać z otrzymanego zaproszenia na słynny nowojorski tydzień mody, gdzie wstęp jest ściśle kontrolowany. Gościła m.in. na jubileuszowym pokazie wenezuelsko-amerykańskiej projektantki Caroliny Herrery, która świętuje 45-lecie swojego luksusowego domu mody. Jak się okazuje, to właśnie Roxi została ambasadorką nowego zapachu tej marki. – Spełniam swoje marzenia – ekscytowała się na Instagramie Polka w dniu premiery zmysłowej kompozycji „La Bomba”, stworzonej przez perfumiarzy: Christophe’a Raynauda, Quentina Bisch’a i Louise Turner.

SHOW
extra

Blaski i długie cienie

W mediach społecznościowych pochwaliła się też zdjęciami ze studia nagraniowego Jerry’ego Wondy – wpływowego producenta muzycznego i kompozytora nagrodzonego aż trzykrotnie statuetką Grammy, który współtworzył hity dla największych gwiazd, takich jak np. Whitney Houston, Beyoncé, Justin Bieber, Michael Jackson i Rihanna. Na wspólnych fotkach to spotkanie się ponoć nie skończyło. Kroi się światowy hit?

Podczas pobytu w USA Roxi miała rozpisany grafik co do minuty. Ale nie wyglądała na zestresowaną czy zmęczoną. W Nowym Jorku czuła się bezpiecznie. Nie wiadomo czy towarzyszył jej tam osobisty ochroniarz czy też skorzystała z usług lokalnej firmy ochroniarskiej, ale pewne jest, że bez ochrony nie ruszyłaby w tłum. „Goryle” u boku Roksany Węgiel-Mglej i jej męża to nie celebrycka fanaberia, tylko stan wyższej konieczności.

Groźono mężowi śmiercią

Od początku kariery piosenkarka boryka się z namolnymi fanami. Nie brakowało też stalkerów. Szczególnie jeden dał jej się mocno we znaki – wystawał pod rodzinnym domem piosenkarki i robił zdjęcia całej rodzinie z ukrycia. Kiedyś ją zaczepił, w efekcie

zaczęła nosić gaz pieprzowy. Z czasem pojawiły się w jej otoczeniu osoby mocno odklejone od rzeczywistości, więc zatrudniła bodyguarda. – Zawsze, gdy wychodzimy do miejsc publicznych albo tam, gdzie ludzie wiedzą, że będziemy, mamy przy sobie ochronę. Wcześniej zdarzało się, że szłam sama po galerii handlowej i byłam śledzona. Nie wspomnę o sytuacjach na koncertach i tych, kiedy ktoś sobie ubzdurał, że jestem jego żoną i w związku z tym musi się pozbyć Kevina – ujawniła niedawno Roksana Węgiel-Mglej na łamach „Vivy”.

Wielowymiarowe wsparcie

Traumy od roku przepracowuje na terapii. Długo szukała eksperta, któremu mogła powierzyć swoje problemy. Życie w ciągłym napięciu odbija się też na zdrowiu Roxie. – My, artyści, nakładamy maski, uśmiechamy się ze sceny, choć w środku często rozpadamy się na kawałki, bo przecież ludzie przychodzą na koncert, żeby się dobrze bawić, a nie żeby patrzeć na smutnego artystę – zdradziła przy okazji wspomnianej wcześniej rozmowy. Ona poniosła wysoką cenę popularności – zмага się z Hashimoto i cukrzycą. Problemy zdrowotne skłoniły artystkę do zmian w życiu. – Dostałam nauczkę, ale dobrze, że teraz. Nauczyłam się, że potrzebny jest balans. Dlatego cieszę się, że Kevin zgodził się na wyprowadzkę z miasta, bo mamy tu spokój, którego oboje bardzo potrzebujemy. Chyba nawet nie wiedzieliśmy, jak bardzo – wyjawia.

Sezon zamknęła
z przytupem

Dwa tygodnie temu
zakończyła letni sezon
koncertowy. Przed nią
nowe wyzwania.



SHOW Sandra Zawiejska

Motyle nie
odrzuńczy...

Niedawno
obchodzili
drugą
rocznicę
ślubu i wciąż
mają motyle
w brzuchu.



Kariera po RODZI

W show-biznesie są dwie waluty: talent i nazwisko. Talent bywa kapryśny, nazwisko działa od razu. I właśnie dlatego „nepobabies” wzbudzają tak silne i skrajne emocje. A jak postrzegają to oni sami? **Dla jednych sławni krewni są jak złoty bilet, dla innych - jak kula u nogi.**

**SHOW
extra**



**PRZEZ OTWARTE
DRZWI**

Filip Chajzer

Nie opowiada bajek o tym, że „sam się odkrył”. Filip Chajzer, syn Zygmunta Chajzera, przyznaje, że na początku kariery nazwisko taty otwierało mu drzwi, które innym potrafiły się zatrzasknąć przed nosem. Tyle, że potem musiał pracować dwa razy ciężiej, niż jego koledzy, żeby udowodnić, że nie jest tylko „synem Zygmunta”.



Piotr i Wojciech Cugowscy

Bracia twierdzą, że jedyne wsparcie, jakie otrzymali od ojca, Krzysztofa Cugowskiego, to fakt, że posłał ich do szkoły muzycznej. A i tak na początku kariery każdy ich utwór i wokół były bezlitośnie porównywane do tego, co robił tata. Na szczęście dziś są rozliczani z własnych osiągnięć, a nie „po genach”. Tyle, że od lat ze sobą nie rozmawiają. Z ojcem zresztą też nie...



NIE



**WIECZNIE
NA CELOWNIKU**

Helena Englert

Konsekwentnie buduje swoją karierę – w teatrze, filmie, w muzyce. A w pakiecie, gratis, Helena Englert dostaje za każdym razem ten sam komentarz: „układy”, „załatwienie”, „bo rodzice”. Córką Jana Englerta i Beaty Ścibakówny wciąż musi udowadniać, że pochodzi nie tylko „z dobrego domu”, lecz po prostu jest dobra w tym, co robi.



**OD LAT
BRAK SŁÓW**



**BEZ PROSTEGO
SCHEMATU**

Paulina Młynarska

Jako córka legendarnego Wojciecha Młynarskiego, przez całe życie musiała słuchać tego samego refrenu, że karierę zawdzięcza sławnemu nazwisku. – Kompletna bzdura – odpowiada była dziennikarka, a obecnie pisarka i joginka. Zapewnia też, że „bycie dzieckiem ludzi sławnych nie sprowadza się do prostego „tata załatwił”. Koniec kropka.



**Z LEGENDĄ
NA PLECACH**

Maciej Stuhr

Już jako trzynastolatek zagrał w „Dekalogu X” u boku Jerzego Stuhra. Nie zaprzecza, że znane nazwisko i znajomości w środowisku pomagają w debiucie, zwłaszcza gdy w domu masz legendę polskiego aktorstwa. Jednak Maciej Stuhr podkreśla, że na swoje nazwisko sam ciężko zapracował, odcinając pępowinę od ojcowskiej marki.

Zofia Zborowska

Nie udaje świętej i mówi, że znane nazwisko „pomogło jej i jednocześnie zaszkodziło”. Na pewno miała łatwiejszy start, bo drzwi do branży są raczej otwarte, kiedy twoimi rodzicami są Wojciech Zborowski i Maria Winiarska. Finalnie jednak Zofia Zborowska sama musiała wypracować sobie pozycję jako aktorka i influencerka z dużymi zasięgami.



**NA WŁASNE
KONTO**

**GORĄCY
TEMAT**

**Przecież nie
wszystko umiera**

Nie da się wyrzucić z serca i ze wspomnień wielu lat - trzeba zatrzymać to, co było piękne i dawało ogrom radości. On tego właśnie chce.

**SHOW
extra**

Warto za



**Blisko w ważnych
chwilach**

Żona była przy nim, gdy odwiedzał największe festiwalu, takie jak ten w Cannes.



**Mistrz budowania
emocji**

Jego kreacje przeszły już do historii, nie tylko naszego rodzimego kina. Tu kadr z „Zimnej wojny”.



chować wdzięczność

Tomasz Kot

Zimnej wojny NIE BĘDZIE

Co zostaje po trwającej niemal 30 lat miłości?

Najważniejsze decyzje podjęte, teraz ostatni krok.

Kiedyś spojrzał na nią i bez wahania zapytał: „Cześć, jestem Tomek, wyjdiesz za mnie?”. Usłyszał: „Dobrze, tylko nie dzisiaj”. Sześć lat później byli po ślubie, a potem doczekali się dwojga dzieci. Dziś Tomasz Kot i Agnieszka Olczyk-Kot, po z górą dwóch dekadach wspólnego życia, przygotowują się do rozvodu. Sąd Okręgowy w Warszawie wyznaczył pierwszą rozprawę na połowę grudnia.

Wszystko już ustalone

Bardzo skutecznie chronili swoją prywatną sferę, a ich małżeństwo uchodziło za wyjątkowo trwałe. „Przez lata zbudowaliśmy razem kawał życia, który pozostanie dla nas ważny. Łączy nas rodzina, wdzięczność za wspólnie przeżyty czas i wzajemny szacunek” – napisali zgodnie w oświadczeniu.

Dziś, jak się dowiedzieliśmy, starają się przede wszystkim spokojnie wszystko uporządkować. – Oboje już ustalili podział majątku. Tomasz zostawił Agnieszce i dzieciom dom pod Warszawą, w którym jako rodzina mieszkali. Sam w zeszłym roku wyprowadził się do mieszkania na Mokotowie. To jest to mieszkanie, w którym żyli z Agnieszka, zanim kupili dom. Oboje wszystko ustalili między sobą tak, by nie było żadnych punktów spornych między nimi, aby sąd ogłosił ich rozwód na pierwszej rozprawie, bez orzekania o winie – zdradza nam aktorka, znajoma małżonków.

Nie ma też ryzyka nieporozumień dotyczących dzieci: 19-letniej Blanki i 16-letniego Leona. – Tomasz wspiera finansowo dzieci i będzie to robić, dopóki nie staną się całkiem niezależne – usłyszeliśmy.

Poznali się prawie 30 lat temu, przez wspólnych znajomych. On był wówczas studentem aktorstwa w krakowskiej Akademii Teatralnej, ona kończyła wydział operatorski w Katowicach.

Agnieszka przez długie lata była nie tylko żoną sławnego aktora, ale także kobietą z własną drogą zawodową. Pracowała jako operatorka, fotografka, scenarzystka i reżyserka, zajmowała się także terapią dziecięcą. I towarzyszyła mężowi podczas ważnych wydarzeń zawodowych. Kariera Tomasza nabierała rozpędu, ale on pozostał wierny zasadzie chronienia rodziny przed zainteresowaniem opinii publicznej. – To Agnieszka w Tomku bardzo ceniła. Woda sodowa nigdy nie uderzyła mu do głowy – opowiada nasza informatorka. Sam Tomasz wielokrotnie mówił o żonie z ogromnym uznaniem. W rozmowie z „Gazetą Krakowską” zapewniał: – Mam stuprocentowe zaufanie do żony, bo ona mnie zna najlepiej na świecie i potrafi podpowiedzieć coś, czego sam nie dostrzegam.

Zawiniła proza życia?

Co zatem się między nimi wydarzyło? – Agnieszka pierwsza poczuła, że zaniedbała siebie, że uwiera ją jakaś asymetria w tej relacji. A Tomek nie zaprzeczał, że coś się między nimi wypaliło. Być może ulotniło wraz z prozą życia? – opowiada znajoma pary.

W marcu br. do sądu trafił pozew o rozwód. Teraz czekają na pierwszą rozprawę. Nie ma publicznej wojny. Jest za to próba zachowania tego, co przez lata było dla nich istotne. Bo miłość może się skończyć. Wspólna historia – niekoniecznie.

SHOW Anna Nowacka

Była jak
nikt inny

Naprawdę się kochali. On powtarzał, że nikt nie zna go tak dobrze, jak Agnieszka.

Bez ukrywania
wielkiej dumy

Blanka wybrała drogę wytyczoną przez rodziców. Ma już za sobą pierwsze role.

Zawsze obecny
tała

Dawał dzieciom pełnię normalności. Chce, by tak zostało na zawsze.

Z tramwaju na **CZERWONY**

Skromna dziewczyna z Wejherowa

niespodziewanie weszła
na światowe salony
Netflixa. Czy to przewróci
jej w głowie?

Gdy tylko ogłoszono, że to właśnie Sandra Drzymalska ma zagrać Izabelę Łęcką w nowej wersji „Lalki” dla Netflixa, w internecie zawrzało. Jedni widzieli w niej aktorkę z hipnotyzującą energią, inni kręcili nosem, że lepiej wypada w rolach współczesnych kobiet niż w kostiumie arystokratki. Dziś, gdy serial w reżyserii Pawła Maślony, choć budzi też kontrowersje, stał się hitem, nazwisko Drzymalskiej bez przerwy przewija się w medialnych nagłówkach. – To pierwszy projekt w moim życiu, z którego jestem autentycznie dumna. Rozpiera mnie szczęście, a w oczach mam łzy wzruszenia – wyznaje aktorka.

Idzie po swoje

Za tym spektakularnym sukcesem kryją się jednak bolesne doświadczenia z przeszłości. Już jako dziecko Sandra była skrajnie nadwrażliwa i zamknięta w sobie, a prawdziwym ciosem okazała się dla niej śmierć ukochanej babci. To właśnie wtedy, mając zaledwie 11 lat, zaczęła zmagać się z anoreksją i bulimią. – Kiedy odeszła, zawalił się cały mój świat. Wolałam czuć głód niż ból. Objadanie się, a potem zwracanie jedzenia było moją jedyną i bardzo prostą strategią na poradzenie sobie z ogromem tego, co czułam – zdradza aktorka.

W rodzinnym domu szybko musiała jednak dorosnąć i nauczyć się odpowiedzialności. Kiedy ojciec mechanik pracował w warsztacie, a mama pielęgniarka brała nocne dyżury, mała Sandra przejmowała domowe obowiązki i pilnowała dwóch młodszych braci. – W wieku 10 lat piekłam, wieszałam pranie i sprzątałam – opowiada.

Mocne stąpanie po ziemi nie przeszkodziło jej jednak w sięganiu po marzenia: skromna dziewczyna z Wejherowa postanowiła złożyć dokumenty do elitarnej szkoły teatralnej w Krakowie. Była zaskoczona,

że dostała się tam już za pierwszym razem. Radość szybko jednak zgasił jeden z profesorów: – Usłyszałam: „Masz dużo uroku i wdzięku. W inteligencję wątpię, a o talentach jeszcze nie wiem”. To było druzgocące, zwłaszcza że miałam wtedy niskie poczucie własnej wartości i przez cały czas bałam się, że zostanę wyrzucona – wspomina.

Wszystko odbijało się na jej zdrowiu – z zaburzeniami odżywiania walczyła aż do 28. roku życia. – Dłużej więc chorowałam, niż byłam zdrowa – zdradza. Przełomem okazała się terapia, w której jest do dziś. Dzięki niej Sandra nauczyła się stawiać granice, dawać sobie prawo do słabości, a także – gdy już zdobyła popularność – odcinać od toksycznego hejtu w sieci. Dziś uchodzi za jedną z najlepszych aktorek młodego pokolenia.

Miłość na tapecie

Ale wielki świat do tej pory nie robi na niej wrażenia – po czerwonym dywanie chadza przede wszystkim wtedy, gdy wymaga tego promocja filmu. Na co dzień lubi żyć jak zwykła Kowalska i wtapiać się w tłum. – Prowadzę normalne, skromne życie, jeżdżę tramwajami, metrem, rowerem. Sama robię zakupy, sprzątam w domu. Wychodzę z psem – wyznaje.

A co z miłością, o którą wszyscy pytają? Gwiazda niedawno przyznała, że jest dla niej bardzo ważna. – Mam ją teraz na tapecie. Miłość jako stan – zdradziła, że jest w związku. Nie chciała jednak wyjawiać szczegółów. Wiadomo natomiast, że jej ukochany ma na imię Piotr i jest operatorem filmowym. Jednak szczegóły tej relacji Sandra woli zostawić dla siebie. – Bardzo szanuję swoje życie prywatne, lubię się czasem schować w swój mały, bezpieczny kąt – tłumaczy serialowa Lalka.

SHOW Ewa Mancini



**Rodzinny
fan club**

Od dziecka miała wienią publiczność: dwóch młodszych braci. Na zdjęciu z jednym z nich.



**Dziewczyny
lubią brąz**

Nad morzem w pełnym słońcu ładuje baterie przed kolejnymi wyzwaniem.

**Lalka
z pazurem**

Jedno spojrzenie i już wiadomo, dlaczego Stanisław Wokulski stracił dla niej głowę.



DYWAN

Teraz już wszystko
jest dobrze...



**Bez zbędnych
upiększeń**

Ceni chwile,
gdy może zwolnić
i pobyc blisko
natury - bez
makijażu, kamer
i pośpiechu.



**Miłość na
cztery łapy**

Długie spacery z suczką
Kropką pozwalają jej resetować
głowę po wymagających
dniach na planie.



**Niezwyczajnie
zwyczajna**

Choć dziś jest
już na szczycie,
jej prywatny
świat pozostaje
niezmieniony.
Sandra Drzymalska
ceni dom,
naturę, spacery
brzegiem morza
i spokojne chwile
z najbliższymi.

**GORĄCY
TEMAT**

Bezpieczne

**Bestia
telewizyjna**

Od lat utrzymuje się na samym szczycie polskiego show-biznesu. W programach na żywo zawsze perfekcyjnie przygotowany i opanowany.

**Duel
idealny**

Chociaż sam nie płaś walczy czy folkstrotów, z Pauliną Sykut-
-Jeżyńską brylują na parkiecie „Tańca
z gwiazdami” jako prowadzący show.

**SHOW
extra**

**Jak zbudować patchwork, który nie jest
polem minowym,** tylko rodziną? Popularny
prezenter ma na to dopracowywany przez
lata patent...

Krzysztof Ibisz

Rozwód nie musi **RUJNOWAĆ BLISKI**

**Nawet
nie trzeba prosić...**

Po powrocie z jednej z podróży z Vincentem, nie musiał się martwić o transport. Z lotniska odebrała ich Anna Nowak, bo przecież zawsze mogą na siebie liczyć.

związki



Cudowny czas

Rodzinne szczęście z Joanną, Borysem i Helenką, gdzieś między piaskiem, morzem i szczerym śmiechem.



Dojrzałe tacierzyństwo

Przyznaje, że nie za bardzo zajmował się starszymi synami, gdy byli mali. Teraz, z Borysem i Helenką stara się spędzać jak najwięcej wspólnych chwil.



Wszystko na Maksi

Z pierworodnym Maksymilianem, który jest aktorem, i jego mamą, Anną Zejdl.

W czym tkwi jego tajemnica? – Ludzie popełniają błąd, mając w głowach te momenty, które w ich związkach nie były super. A powinno się nieść ze sobą wszystkie te dobre chwile, bo przecież były to związki z miłości, są dzieci, trzeba na tych dobrych momentach budować relacje – wyznał Krzysztof Ibisz.

Wspólna przeszłość

Te słowa potwierdziła ostatnio jego pierwsza żona, Anna Zejdl, która do tej pory raczej unikała wypowiedzi o byłym mężu. Choć rozwiedli się ponad 20 lat temu, udało im się zbudować relację, w której nie ma negatywnych emocji. – Ale to się samo nie dzieje,

to jest zawsze wybór i decyzja dwóch stron – zapewniła w wywiadzie dla „Świata gwiazd”. – Jesteśmy sobie życzliwi i bliscy, bo łączą nas przeszłość i syn Maksymilian, który zasługuje na to, by widzieć rodziców w dobrym nastawieniu wobec siebie – dodała.

Krzysztof Ibisz dogaduje się także z drugą żoną, Anną Nowak, mamą ich syna Vincenta. Aktorka i prezenterka w przeszłości potrafiła wbić mu niejedną szpilę, ale ostatecznie to, co złe puściła w niepamięć i dziś mówi, że „znają się jak łysze konie”, jej dom „dla byłego męża jest otwarty” i wie, że zawsze może na niego liczyć. – Rozwód to nie jest koniec i wrogość. Jeśli tylko znajdziesz na to przestrzeń w sobie, może być początkiem dojrzałszej i piękniejszej relacji – przekonuje.

Wszyscy razem

Dziś gwiazdor Polsatu jest szczęśliwy u boku trzeciej żony, Joanny Kudzbalskiej. Razem wychowują syna Borysa i córkę Helenę. Z byłymi małżonkami regularnie widują się na rodzinnych obiadach i uroczystościach. – Mamy fajny kontakt, myślę, że to jest ważne, że jeśli jest taka chęć, to żeby móc razem spędzać czas, żeby się dogadać – powiedziała Joanna. – Dobrze jest nam wszystkim razem – dodała.

SHOW Michał Torowski

REKLAMA

Nowy Kurier tv

WIĘKSZE LITERY

ŁATWE CZYTANIE!



TWÓJ CZYTELNY PROGRAM NA CO DZIEN! CO TYDZIEŃ! SPRAWDŹ!

DO KUPIENIA W PUNKTACH SPRZEDAŻY OD 28 WRZEŚNIA

Im jest starsza, tym bardziej docenia rodzinę. – **To jest skała, największa wartość** – mówi z mocą. I nie ukrywa, że bardzo chciałaby mieć więcej dzieci.

Właśnie mija pół roku, odkąd wróciłaś z Dubaju do Polski. Przyzwyczaiłaś się już do nowego życia?

Moim miejscem na Ziemi zawsze była Polska – do Dubaju pojechaliśmy całą rodziną na takie rodzinne „przezimowanie”. Ale to w Polsce jestem naprawdę szczęśliwa. W dodatku przeprowadziliśmy się do Borów Tucholskich, do domu, który moi rodzice zbudowali 47 lat temu i w którym dorastałam, spędzając fantastyczne wakacje. To jest takie moje miejsce mocy. Chodzę sobie boso po trawie, mój synek też biega po lesie bez butów. Mamy dużo przestrzeni i dużo czasu dla siebie. Cudownie jest jeździć na plan nowych odcinków „Farmy”, spotykać ludzi, być w ciągłym ruchu... a potem znowu wrócić na moją wieś, do życia w wolniejszym rytmie, blisko natury.

Bierzesz pod uwagę powrót do Dubaju?

To nie jest czas na taką decyzję, bo na Bliskim Wschodzie nadal jest niespokojnie. Mój partner wciąż ma w Dubaju rodzinę, która od dziesięciu lat prowadzi tam swój biznes ze świeżym jedzeniem. Decyzja o wyjeździe do Emiratów nie była dla mnie prosta, ale poszłam za głosem serca, żeby zachować jedność rodziny. Pytasz,

Choć niezmiennie zachwyca urodą i jest jedną z najbardziej lubianych prezenterek, bardziej niż czerwone dywany liczy się dla niej życie blisko natury i czas, który może spędzać z najbliższymi.

*Teraz już
wiem, co jest*

Marcelina Zawadzka

SENSEM ŻYCIA

Czas zwątpień przeminął...



Prezenterka jest bardzo związana z rodziną, a młodsza siostra Karolina była także jej menadżerką.



Uwielbia swój dom w Borach Tucholskich, gdzie może uczyć synka miłości do natury.



Od sześciu lat życiowym partnerem gwiazdy i ojcem jej syna jest niemiecki biznesmen Max Gloeckner.

Korona Miss Polonia, zdobyta w 2011 roku, była dla niej przepustką do świata wielkiej mody i show-biznesu.

czy tęsknię za tamtym klimatem? Nie tęsknię. Świetnie czuję się w Polsce. **I jesteś bardzo zżyta z bliskimi, którzy tutaj mieszkają?**

Mam bardzo silną więź z rodzicami i dwiema siostrami. A Leo świetnie dogaduje się ze swoimi starszymi kuzynami. Uwielbia bawić się z siedmioletnim synkiem mojej siostry Agnieszki, która mieszka niedaleko nas, w Malborku. Leoś też bardzo kocha swoich dziadków, biega za nimi i woła: „dziadzia, babi!”,

a oni oczywiście bardzo go kochają i rozpieszczają. Mają zresztą wspaniałe podejście do dzieci, bo on jest ich już piątym wnuczkem.

Mówiłaś, że Twój syn miał problemy zdrowotne i był pod opieką osteopaty. Już wszystko jest dobrze?

Tak, możemy odetchnąć z ulgą. A problemy Leonidasę wzięły się z tego, że miałam długi i skomplikowany poród. W efekcie małe ciało synka doznało silnych napięć i blokad mięśniowo-powięziowych, a jego główka nie

„ Moim miejscem na Ziemi zawsze była Polska – do Dubaju pojechaliśmy na takie rodzinne przezimowanie. „

była symetryczna. Dlatego zdecydowaliśmy się na wizyty u specjalisty. Wszystko skończyło się dobrze – dzięki pomocy osteopatki synek zaczął swobodnie się poruszać i nie ma już żadnych problemów z główką. Leonidas w październiku skończy dwa latka i wspaniale nam rośnie. Kocha piłkę nożną i już od 11. miesiąca życia biega za piłką, ulubione jego słowo to angielskie „ball” – po polsku piłka. **Pytanie klasyk: planujecie z Maxem powiększenie rodziny?**

Chciałabym i Max też by chciał. Oboje mamy rodzeństwo i wiemy, jak wspaniale jest mieć liczną rodzinę. Nawet dziś, podczas śniadania w hotelu, zobaczyłam parę z kilkorgiem dzieci i pomyślałam sobie: „To jest właśnie sens życia!”. Bo pracę ktoś ci da, a potem może ci ją zabrać. Ktoś cię dobrze oceni, ktoś inny będzie na okrągło krytykował. A rodzina? To skała, największa wartość, Im więcej czasu mija, tym bardziej to doceniam.

Zdaje się, że Marcelina Zawadzka przeszła dość długą drogę do miejsca, w którym jest dzisiaj...

Miałam wiele momentów zwątpienia. Był czas, gdy odsunęłam się od wszystkiego i od wszystkich. Uważałam, że nie zasługuję na miłość, szacunek i szczęście. I pewnie bym sobie z tym nie poradziła, gdyby nie pomoc terapeuty. Dzięki niej najpierw polubiłam i zaakceptowałam siebie, a potem mogłam zbudować dojrzały, szczęśliwy związek. Dziś nie muszę się już odbijać w oczach innych ludzi, żeby siebie docenić. W pełni zaakceptowałam to, jaka jestem, jak żyję i jak wyglądam...

Wyglądasz kwitnąco. To efekt jakiejś drakońskiej diety?

Absolutnie nie! Max bardzo zwraca uwagę na to, żebyśmy jedli zdrowo, żeby były to produkty jak najbardziej naturalne, z niewielką ilością składników. Ale ja wrzucam na luz – czasem wsiadę do samochodu z paczką chipsów. W ciąży przytyłam 30 kilo, ale być może przez to, że długo syna karmiłam piersią, bezboleśnie ten nadmiar zrzuciłam. Poza tym nie jestem osobą przywiązującą aż taką wagę do regularnych posiłków, jak gdzieś pędzę, to po prostu nie dojem. Przez jakiś czas wzmacniałam ciało pilatesem, a teraz po prostu „biegam” sobie po lesie, sama albo za synkiem, spontanicznie. Jest fantastycznie tak, jak jest.

SHOW Ewa Tarasiuk



Zielony
super stylu

Szarfa u góry
przypomina
małe listki,
a plisowania
zgrabnie
nawiązują do
zakładek na
kulotach. Jest
szykownie!

Paski bardziej
romantyczne

Niebieska koszula i prążki? Brzmi biurowo, ale nic bardziej mylnego – kokarda pod szyją ni-
czym ozdobny naszyjnik czyni ją mniej formalną.



Okulary. **OKKIA**, 119 zł
Koszula. **BONPRIX**, 124,99 zł
Spodnie. **TK MAXX**, 199,99 zł
Pierścionek. **BY DZIUBEKA**, 89zł
Pantofle. **BORN2BE**, 89,99 zł



Kolczyki. **BIJOU BRIGITTE**, 99,99 zł
Koszula. **SISTER JANE**, 214 zł
Kuloty. **H&M**, 209,99 zł
Torebka. **PARFOIS**, 179 zł
Baleriny. **RESERVED**, 199,99 zł



Ola Filipek (32)

Strój prezenterki to doskonały przykład na to, jak łatwo i szybko dodać pazura prostej stylizacji. Bo przecież spodnie cygaretki plus koszula w paski to modowa klasyka, ale wiązanie pod szyją sprawia, że strój nabiera wyrafinowania. A pastelowe żółte szpilki? Dorzucają jeszcze porcję słońca i dobrej energii.

Kokarda NA FALI



Baskinka
wraca do gry

Koszula w kratkę z dopasowaną talią i falbaną robi ukłon w stronę retro. Natomiast dzięki dzinsowej spódnicy-bombce całość zyskuje współczesny look.



Ta bluzka
nie zna nudy

Długą szarfę możesz zawiązać w miękką kokardę. Innym razem – na supeł, tworząc dystyngowany krawat. W sam raz do cygaretek.



Elegancja
bez żelazka

Kreszowana góra ma luz i grację. Wygląda tak, jakby styl miał wolne od żelazka, a mimo to nie brak jej klasy.



Opaska. **ULANDKA**, 79 zł
Koszula. **YAS**, 207 zł
Spódnica. **KAPPAHL**, 229,99 zł
Torebka. **ZARA**, 299 zł
Buty. **DESA**, 146 zł



Kolczyki. **LILOU**, 139 zł
Koszula. **MANGO**, 159 zł
Spodnie. **CACHE CACHE**, 139 zł
Torebka. **PARFOIS**, 129 zł
Mokasyny. **FILIPPO**, 219 zł

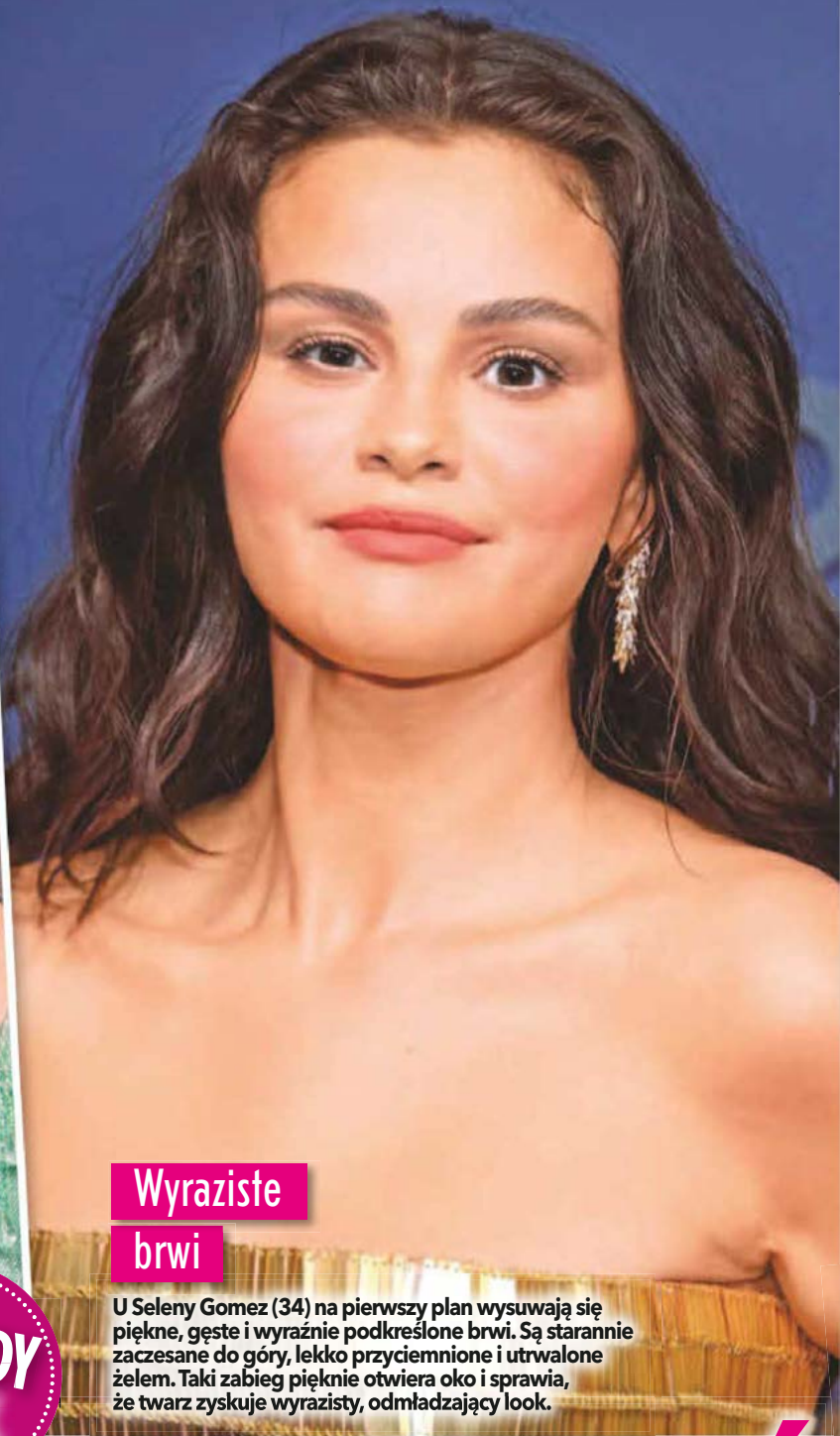


Koszula. **TOP SHOP**, 126 zł
Spodnie. **ZARA**, 129 zł
Pasek. **OCHNIK**, 59,90 zł
Torebka. **NOBO**, 88 zł
Baleriny. **ALDO**, 179 zł



Mał na ustach

Makijaż Elle Fanning (28) skupia się wokół matowych ust w odcieniu klasycznej, lekko ceglanej czerwieni. Przy tak mocnym akcencie na ustach reszta twarzy pozostaje subtelną - jasna, promienna cera i delikatnie wytuszowane rzęsy w zupełności wystarczą.



Wyraziste brwi

U Seleny Gomez (34) na pierwszy plan wysuwają się piękne, gęste i wyraźnie podkreślone brwi. Są starannie zaczesane do góry, lekko przyciemnione i utrwalone żelem. Taki zabieg pięknie otwiera oko i sprawia, że twarz zyskuje wyrazisty, odmładzający look.



Na gali Emmy podpatrzyliśmy trzy wyraziste trendy w makijażu na ten sezon.

Nasze gwiazdy prezentują je najlepiej. A dobra wiadomość jest taka, że bez problemu pomalujesz się tak samo.

Jak MALOWAĆ SIĘ JESIENIĄ?

Zupełnie nowy!

Teraz **WIĘCEJ STRON!**
Co miesiąc ponad
100 PORAD i INSPIRACJI!



NOWOŚCI!

- testy kosmetyków, sprzętów kuchennych oraz narzędzi do domu i ogrodu
- zadania logiczne na lepszą pamięć

Poradnik Domowy
Twój codzienny ekspert!

Szukaj w dobrych punktach sprzedaży prasy lub zamów w prenumeracie na czytelnia.pl

Kolorowy minimalizm

Monochromatyczny makijaż Florence Pugh (30) jest absolutnym hitem tego sezonu. Ten sam kolor (ciepły brzoskwiniowy) został nałożony jako cień na powieki, róż na policzki oraz pomadka na usta. Taki makijaż wygląda niezwykle elegancko. Wystarczy jeden kosmetyk, aby go zrobić.



W twojej kosmetyczce

1. Baza pod makijaż, **BIELENDA**, 25 zł;
2. Róż w musie Cloudtopia, **MAYBELLINE**, 45 zł;
3. Matowa pomadka Macximal Silky Matte, **MAC**, 80 zł;
4. Puder sypki Set It Bright, **E.L.F.**, 50 zł;
5. Żel do brwi utrwalający 24 godziny, **BENEFIT COSMETICS**, 95 zł

Modne mani BEZ HYBRYDY

Nadchodzącej jesieni postaw na prostotę, wygodę oraz stylizację przyjazne paznokciom. Do wyboru masz zdobienia z praktycznych naklejek, naturalny połysk dzięki polerkom lub odżywianie z kolorem. Którą propozycję polubisz?



Naklejki do wyboru

- Zamiast malowania - naklejki-paseczki niczym... samoprzylepny lakier. Wystarczy dopasować je do płytek, przykleić, opłówać i utrwalić topem. Efekt jak z salonu i to bez zacieków oraz poprawek, a dostępność kolorów i wzorków jest ogromna (np. Manni Nails). A dla urozmaicenia manikiuru postaw na minizdobienia z wodnych naklejek (np. Mylaq). Wybrany i zwilżony wzorek umieść na suchym lakierze, wygładź, poczekaj aż wyschnie, dodaj top i jesienna stylizacja gotowa!



Kolorowy obłoczek

- A może zamiast lakieru masz ochotę na kolor i regenerację w jednym? Tak wzmocnisz paznokcie i otulisz je delikatną poświatą, najmodniejszą, bo malinową, truskawkową, morelową, wiśniową (np. Bielenda) lub jak kawa latte (np. Eveline Cosmetics). Taki kosmetyk możesz nakładać nawet 2-3 razy, a każda kolejna warstwa zapewni bardziej intensywny odcień oraz połysk.



Połysk po japońsku

- Tu do gry wkracza specjalna pasta, bogata m.in. w krzemionkę, oraz puder, który ją utrwali. Są jeszcze polerki, a wszystko wraz z opisem rytuału znajdziesz w zestawie do manikiuru japońskiego (np. Silcare, Néonail). To coś dla miłośniczek ekomanikiuru i wsparcie dla zniszczonych płytek. Różowy połysk na dwa tygodnie i moc dla płytek!

SUSZ
NA MEDAL...

... czyli letnim
nawiewem, by pasm nie
przesuszyć i nie zmatowić.
Suszarkę prowadź od nasa-
dy po końce, co domknie
łuski włosów i nada
głowi.

3 patenty na SUPERWŁOSY

Postaw na blask, naturalność i puszystość.

Zadziałają równie skutecznie jak modne strzyżenie czy koloryzacja. Spróbujesz?

Więcej blasku. Lśniące pasma są pełne energii, a taki efekt zapewnią płukanki zakwaszające z wody i octu jabłkowego lub soku z cytryny. Alternatywa dla nich są wody lamelarne. Bogate w składniki kondycjonujące i wygładzające, działają często jak lżejsza wersja odżywki. Stosuje się je po myciu i spłukuje zgodnie z zaleceniami producenta. Obie metody zwykle wystarczą stosować 2 razy w miesiącu dla lśniącego efektu włosów.

Co za lekkość. Zadbana fryzura ma odznaczać się lekkością i swobodą. Uzyskasz ją dzięki lotionom i sprayom do stylizacji. Są często lepszym wyborem niż pianka. Precyzyjniejsze w aplika-

cji, ułatwia układanie bez ryzyka obciążenia fryzury, która jest pełna życia i trwała. Do wyboru masz też odżywkę w sprayu, których się nie spłukuje, a które dają też termoochronę i ułatwiają stylizację. Niektóre są tak skuteczne, że kosmetyk do układania jest niepotrzebny.

Zoom na puszystość. Efekt volume, czyli odbicie u nasady, zawsze działa! Uzyskasz go, podsuszając włosy z pochyloną głową i przeczesując je palcami od skóry. Potem odbij je okrągłą szczotką albo wykorzystaj wałki. Jeszcze wilgotne włosy nakręć na środku głowy i po bokach na wałki rzepowe od twarzy do tyłu. Im krótsze pasma, tym mniejsza średnica wałków.

Polecamy kosmetyki

Serum
anti-ageing
na noc
Pullulan,
ZIAJA,
ok. 20 zł



Krem-maska
z serii Snail
Repair
Therapy,
BIOTANIQUE,
ok. 43 zł



Dezodorant
antyperspi-
racyjny w kulce
Antipersp R,
DERMEDIC,
ok. 40 zł

**ZAWSZE
W FORMIE**

*Skrety
tułowia w po-
zy-
cji siedzącej i pochylanie
się raz do jednej wypros-
torwanej nogi, raz do drugiej,
to ulga i relaks dla całych
pleców. Poświęć na taką
przerwę choćby
5 minut.*

Zamiast siedzieć, **POWIERĆ SIĘ**

Większość dnia spędzasz za biurkiem? Nic dziwnego, że kręgosłup mówi STOP! Oto sposoby - niektóre zaskakujące! - aby mu ulżyć.

Czujesz, że pozycja siedząca nie służy twoim plecom, bo coraz częściej dają się we znaki. Ale z drugiej strony, nie bardzo masz wyjście, pracować przecież trzeba. Poznaj zatem metody, jak odciążyć kręgosłup i wspierać go w codziennym znoju.

Przerwy jak w szkole. Krótki odpoczynek po 45 minutach pracy to bardzo dobry zwyczaj. Nawet jeśli masz na to tylko 5 minut - wstań, pomaszruj w miejscu, zrób kilka wymachów rękami i nogami, pokręć biodrami i głową, oddychając przy tym głęboko (jednak nie na siłę). Zrelaksujesz nie tylko mięśnie i stawy ale także głowę.

Jeśli nie możesz wstać od komputera - wierć się. Często robimy to odruchowo. I to bardzo dobrze! Takie drobne ruchy wystarczą, by rozluźnić

skurczone mięśnie i zapobiec bolesnemu usztywnieniu karku oraz lędźwi. Choć to tylko centymetry w lewo i prawo, wiercąc się sprawiasz, że krążki międzykręgowe zasysają substancje odżywcze, co jest dobre dla całego kręgosłupa. Ruch pobudza przepływ krwi w plecach i poprawia zaopatrzenie zmęczonych komórek w tlen. Pobaw się „wierceniem” - naśladowaj taneczne i fitnessowe ruchy. Efekt będzie jeszcze lepszy!

Joga na krześle. Tak, istnieje taka! Jedną z pozycji jest Kot-Krowa, czyli Bitilasana- Marjaryasana. Usiądź na krawędzi krzesła. Na wdechu wygnij kręgosłup i przenieś ręce za siebie. Złącz dłonie za plecami, ściągnij łopatki (pozycja Krowy). Na wydechu rozłącz ręce i przenieś je w przód. Zaokrąglij kręgosłup, wyprostuj przed siebie ręce

i złącz dłonie, opuść brodę do klatki piersiowej (pozycja Kota). Powtórz całość przez 5 oddechów. Pozycja Góry, czyli Parvatasana. Wprostuj ręce do przodu i spleć palce dłoni. Obróć dłonie wewnętrzną stroną na zewnątrz. Następnie podnieś ręce nad głowę. Tułów i dłonie utrzymuj w linii prostej. Patrz przed siebie i oddychaj spokojnie. Aby wyjść z pozycji, obróć dłonie wewnętrzną do wewnątrz i połóż je na udach. Pozycja zbliżona do Pozycji Gołębia, czyli Eka Pada Rajakapotasana. Oprzyj prawą kostkę na lewym udzie, utrzymując kolano w jednej linii z kostką na tyle, na ile odczuwasz komfort. Pozostań przez 3-5 oddechów.

Automasaż W odcinek lędźwiowy, kark lub inne miejsce, które ci doskwiera, wmasuj kilka kropel oleju z arniki, który uśmierza ból, a do tego działa przeciwzapalne.

Ciepły okład Gdy tylko poczujesz napięcie w plecach, nałóż plaster rozgrzewający lub termofor.



Teraz jest czas na RELAKS

Nowe podejście uczy, że regeneracja to nie luksus. To bardzo ważny element zdrowia, o który trzeba codziennie dbać.

Dziś coraz częściej mówi się, że odpoczynek to inwestycja w wolne od chorób, szczęśliwe i długie życie. Regularne regenerowanie sił obniża stres, dodaje energii, poprawia nastrój i chroni przed stanami depresyjnymi. Paradoksalnie, osoby, które dbają o przerwy, są bardziej efektywne w pracy i twórcze.

Małe jest wielkie! Chwile wytchnienia w ciągu dnia – spacer w południe, kwadrans ciszy po pracy, wieczór bez telefonu – dają więcej niż kilka dni nicnierobienia po pracowitym „maratonie”. Dbajmy więc o świadome przerwy w codziennym rytmie, bo to właśnie one pozwalają działać długofalowo bez utraty energii i zdrowia.

Dlaczego weekend to za mało?

Jeśli tydzień pracy był intensywny, dwa wolne dni rzadko wystarczą. Organizm

regeneruje się wolniej niż zużywa energię. Na każdą godzinę pracy powinno przypadać nawet dwie godziny świadomego odpoczynku – sen, ruch, relaks. To nie fanaberia, ale higiena życia. Dlatego wpadamy w spiralę zmęczenia, z której trudno się wydostać. Z badań wynika, że weekend działa najlepiej, gdy zawiera cztery filary: ruch, naturę, relacje i celowe odcięcie od pracy (choćby na część dnia).

Siła krótkich urlopów w ciągu całego roku.

Naukowcy z Uniwersytetu Radboud w Holandii dowiedli, że krótkie, ale częstsze urlopy są skuteczniejsze niż jeden długi w ciągu roku. Kilka przerw po kilka dni pozwala lepiej rozłożyć regenerację i zapobiega wypaleniu. Długi urlop również ma sens, ale efekt odświeżenia szybko znika, jeśli po powrocie znów rzucamy się w wir obowiązków.

Z aptecznej półki



Cukierki Aroniowe
troszczą się
o dobre krążenie.
REUTTER,
50 g/11 zł.

**Hair & Skin Collagen
Booster - dla dobrej
kondycji włosów, skóry
i paznokci. POLPHARMA,**
30 szotów/170 zł.



Himalaya Turmeric Gummies
to naturalne wsparcie
odporności. **HIMALAYA
WELLNESS,**
60 szt./60 zł.

ZŁOTE okruchy

Jak letni deszcz spadają na miękkie wnętrze, niosąc zapach masła. Jeden chrupiący detal i zwykłe ciasto staje się świętem.

Drożdżowa baklava

SKŁADNIKI: • 450 g mąki • 115 g cukru
• 7 g drożdży instant • 175 g masła • 75 ml
mleka • po 100 g miodu, migdałów i orzechów
laskowych • 50 g pistacji • 2 jajka

PRZYGOTOWANIE:

1. Wymieszaj 400 g mąki, 50 g cukru oraz drożdże. Mleko zagotuj razem z 50 ml wody. Włóż do niego 60 g masła, rozpuść. Dodaj mleko z masłem do suchych składników razem z jajkami. Zagnieć gładkie ciasto. Odłóż na godzinę do wyrośnięcia, w ciepłe miejsce.

2. Migdały, orzechy i pistacje posiekaj, 2 łyżki odłóż. Resztę wymieszaj z połową miodu i 2 łyżkami cukru. Ciasto rozwałkuj na kwadrat. Posmaruj je 80 g masła. Pokrój na 6 pasków. Nałóż na nie masę bakaliovą. Ułóż jeden na drugim w wyłożonej papierem formie. Odłóż jeszcze na 15 minut.

3. Zagnieć kruszonkę z reszty mąki, cukru, masła i bakalii. Posyp nią ciasto. Piecz 30 minut w 175°C. Polej pozostałym miodem.

Czas przygotowania: 90 minut
Porcje: 30 Stopień trudności: trudny

SHOW CIEKAWOSTKA:

Kruszonka ma swoje korzenie w kuchni niemieckiej. Była sprytnym sposobem cukierników na szybkie dodanie wypiekom „luksusowej” tekstury, bez dekorowania kremem.



Marcepanowy placek

SKŁADNIKI: • 300 g gotowej masy marcepanowej • 225 g masła • 175 g cukru • 350 g mąki pszennej • 1 jajko • 1 łyżka bułki tartej • 400 g borówek • 250 g konfitury borówkowej • cukier puder do oprószenia

PRZYGOTOWANIE:

1. Marcepan grubo zetrzyj. Do miseczki włoż pokrojone na kawałki masło, marcepan, cukier, mąkę i jajko. Składniki rozcieraj palcami, aż powstaną drobne grudki. Ok. 2/3 kruszonki wylep spód i brzeg tortownicy z pergaminem. Posyp bułką tartą i wstaw do lodówki 30 minut.
2. Borówki umyj, przebij i osącz. Konfiturę lekko podgrzej, po czym wymieszaj ją z owocami. Nadzienie równomiernie rozłóż na schłodzonym spodzie i przykryj pozostałą kruszonką. Ciasto piecz zez 25-30 minut w temp. 200°C. Po upieczeniu wystudź. Oprósz cukrem pudrem.

Czas przygotowania: 60 minut
Porcje: 16 Stopień trudności: średni

Sernikowe muffinki

SKŁADNIKI: • 350 g mąki pszennej • 250 g masła • 200 g cukru • 1 cukier wanilinowy • 3 łyżki kakao • 1 laska wanilii • 2 jajka • po 150 g mascarpone i twarogu sernikowego • 50 g mąki ziemniaczanej • tłuszcz i mąka

PRZYGOTOWANIE:

1. Z mąki pszennej, masła, 150 g cukru, cukru wanilinowego, kakao i 2 łyżek wody zagnieć kruszonkę. Formę na muffinki z 12 wgłębieniami posmaruj tłuszczem i oprósz mąką. Dno i boki wgłębien wylep 2/3 ciasta. Schłodź.
2. Laskę wanilii przekrój wzdłuż i wyskrob ziarenka. Mascarpone, twaróg, ziarenka i resztę cukru utrzyj. Dodaj jajka i mąkę ziemniaczaną. Masę serową nałóż do wgłębien w formie, na ciasto. Posyp resztą kruszonki. Muffinki piecz przez 25-30 minut w 180°C. Po upieczeniu pozostaw je na kilka minut w formie, następnie delikatnie wyjmij i wystudź na kratce kuchennej.

Czas przygotowania: 75 minut
Porcje: 12 Stopień trudności: średni

Śliwkowe bułeczki

SKŁADNIKI: • 700 g mąki pszennej • 200 ml mleka • 42 g świeżych drożdży • 100 g cukru • 250 g masła • 2 jajka • 275 g karmelowego kremu do pieczywa • 50 g orzechów laskowych, posiekanych • 1,3 kg śliwek węgierskich

PRZYGOTOWANIE:

1. Podgrzej 100 ml mleka, rozpuść w nim drożdże. Dodaj 40 g cukru i połącz z odrobiną mąki. Zaczyn odstaw na 15 minut. Stop 150 g masła z mlekiem i połącz z zaczynem, jajkami i 500 g mąki. Zagnieć ciasto. Odstaw na 30 minut.
2. Pozostałe 100 g masła połącz z 25 g cukru, 75 g kremu karmelowego, resztą mąki i orzechami laskowymi, rozetrzyj na kruszonkę. Śliwki wydryluj i pokrój. Wyrośnięte ciasto podziel na 20 części. Każdą porcję rozwałkuj na owalny placek. Ułóż je na blasze z pergaminem. Każdy placek posmaruj 1 łyżeczką kremu karmelowego, ułóż śliwki i posyp kruszonką. Bułeczki piecz 25 minut w 180°C.

Czas przygotowania: 105 minut
Sztuk: 20 Stopień trudności: średni



JAPOŃSKIE INSPIRACJE

Ten delikatny, jasny odcień zieleni nawiązuje do koloru słynnej japońskiej herbaty. Wnosi do wnętrza harmonię i spokój. W duecie z odpowiednim dodatkiem, np. efektownym, modnym wachlarzem, tworzy wyjątkowy, orientalny klimat.

SKUSISZ SIĘ *na matchę?*

Do wnętrza wkracza matcha green – świeższa, bardziej świetlista odsłona zieleni – **otula dom i uspokaja codzienność!**

DYSKRETNY UROK ZIELENI

Matcha najlepiej odnajduje się w domu pełnym roślin. W dodatkach działa subtelnie – zielone doniczki, talerze, misy czy dzbanki delikatnie ożywiają przestrzeń. Sprawdza się zarówno w ciepłych, rustykalnych aranżacjach, jak i w surowych, minimalistycznych wnętrzach.





BLIŻEJ NATURY

Ta stonowana zieleni tworzy we wnętrzu efekt „zielonego tła” – uspokaja przestrzeń i świetnie łączy się z naturalnymi materiałami. Welurowa kanapa w odcieniu matchy zestawiona z jasnym, drewnianym stolikiem, plecioną pufą i tapetą w roślinny wzór daje spójną aranżację w angielskim stylu.

Wypróbuj u siebie!



Dekoracyjna miska z falującym rantem. **JYSK**, 85 zł;
Lampa stołowa. **LOBERON**, 229 zł; Płytki ceramiczne
do kuchni i łazienki. **RAGNO**, ok. 300 zł/m²



MATCHA NA OKRĄGŁO

Delikatną zieleni inspirowaną herbatą można wprowadzić do wnętrza na wiele sposobów i w różnych formach. Pięknie współgra z bielą, modnym beżem, kremem czy brązem. Może pojawić się w dodatkach albo stać się mocnym akcentem, na przykład w postaci chodnika czy dywanu.

To zieleni, która
zastępuje chłodne
szarości i ociepla
nowoczesne wnętrza.
Działa jak miękkie
światło.



W DUECIE Z CHROMEM

Kropla koloru wystarczy, by ożywić przestrzeń. Krzesła z miękką tapicerką w odcieniu matchy i chromowanymi detalami wnoszą nowoczesny akcent do stonowanego wnętrza. Świetnie komponują się z jasną, drewnianą podłogą i dodają przestrzeni wyrazistości. Nie dominują, a jednak robią efekt. Kilka drobnych dodatków w tym kolorze pięknie domyka całość.

Fot.: materiały prasowe Bloomingville, LOBERON (2),
Domar, Westwing (2), Leroy Merlin, JYSK

Wietnam

Gdy zobaczymy to cudowne miejsce, zaczniemy marzyć o wakacjach w ziemskim raju.

Tutaj perły DAJĄ SZCZĘŚCIE

Prawdziwa egzotyka, wielkie zaskoczenie. Tu zobaczymy cuda natury, poleżymy na rajskich plażach i zjemy przysmaki za grosze. Czekają na nas skarbiec niespodzianek.

Zdarzają się miejsca, które potrafią zburzyć nasze wyobrażenia szybciej niż trwa do nich lot z Polski. Wietnam jest właśnie takim odkryciem. To kraj, który w europejskich głowach wciąż bywa zamknięty w szufladzie z napisem „Daleko, dziwnie, może kiedyś”. Rzeczywistość okazuje się zaskakująco nowoczesna, przyjazna i przyjemnie niedroga.

Podróż po czystą radość

Na południu kraju, tuż przy granicy z Kambodżą, leży Phu Quoc – największa wyspa Wietnamu. Dla wielu to koniec świata. Ale jeśli już koniec, to w najbardziej rajskim wydaniu. Z góry wygląda jak plama soczystej zieleni otoczona jasnym pierścieniem piasku, zanurzona w intensywnym turkusie Zatoki Tajlandzkiej. Widok z samolotu

zapowiada wszystko to, co czeka nas po wylądowaniu: egzotykę, przestrzeń i obietnicę odpoczynku.

Wyspa przyjemności

Wielkością przypomina Ibizę, więc jest na tyle duża, by oferować różnorodność, i na tyle kameralna, by nie przytłaczać. Dla jednych to przystanek w podróży po Wietnamie, dla innych – miejsce, gdzie czas zwalnia na dobre. Phu Quoc sprzyja sztuce nicnierobienia. Zaskakuje nie tylko uroda krajobrazu, lecz także poziom usług. Dobre, czyste hotele przy samej plaży, często z basenem, potrafią kosztować tyle, co przeciętna kolacja w Polsce. Do tego sprawną i taną komunikację, więc nie jesteśmy zdani na wycieczki zorganizowane.

Zabawa na każdym kroku

A atrakcji nie brakuje. Najdłuższa na świecie kolejka linowa szybuje nad wodą na Wyspę Ananasową. Przez kilkanaście minut sunie między niebem

a morzem, by przenieść nas w miejsce pełne rozrywek i tropikalnych cudów natury. Coś niesamowitego.

Na drugim krańcu wyspy czekają parki tematyczne (także stylizowane na europejskie miasta). Trudno w to uwierzyć

Jednak prawdziwa magia Phu Quoc kryje się w prostych chwilach. W misce gorącej zupy pho jedzonej przy plastikowym stoliku. W masażu z aloesem, po którym życie wydaje się lepsze. W zachodzie słońca, gdy niebo przybiera kolor różu i złota. A my? My jesteśmy bezgranicznie szczęśliwi.

W takim miejscu zapomnimy o całym świecie.



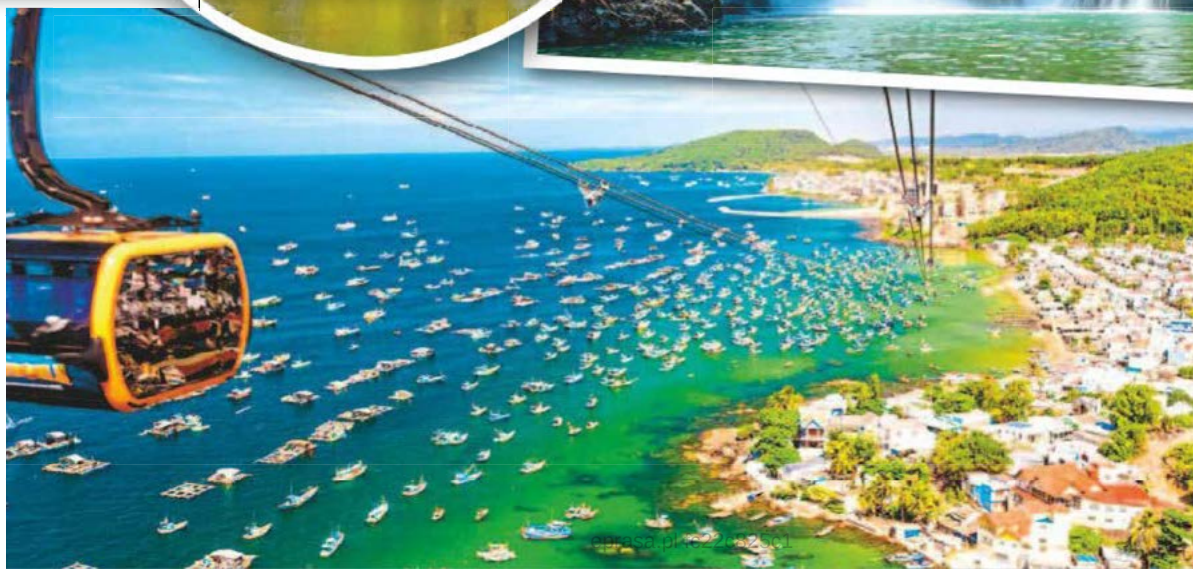
Diament Wietnamu,
Zatoka Ha Long. Jedno
z najpiękniejszych miejsc
świata. To wybrzeże słynie
z pereł najwyższej jakości.



To nie jest Disneyland. Witajcie
w wietnamskim parku rozrywki.
Takich zaskoczeń czeka nas wiele.



Wycieczka
do dżungli
przenosi nas
w świat z filmów
przyrodniczych.



Cudowna
panorama
Zatoki
Tajlandzkiej
z kolejki
linowej
na Wyspę
Ananasową.

TO JEST
HIT

Czas na
zmiany!

W nowym sezonie Klara
ma dość życia na pół
gwizdka i zadowalania
się okruchami.

Klara - bohaterka przebojowego serialu wróciła z 2. sezonem! **Z jeszcze większym chaosem w głowie i w sercu.** Nie dość bowiem, że niespodziewanie zjawił się jej ojciec marnotrawny, to na dodatek relacja Klary z Alekssem zatacza niebezpieczne koło.

Klara. Rewolucja

Kobieta na życiowym **ZA**

W życiu i mieszkaniu Klary Kozłowskiej (Izabela Kuna) wszystko staje na głowie. Po części za sprawą Władysława (Jochim Lamża) – ojca, który pojawił się po 40 latach, po części przez Aleksa (Adam Woronowicz), który po raz setny i tysięczny zapewnia, że już za chwilę podejmie męską decyzję. Tyle że efekt tych decyzji jest odwrotny od zamierzonego. Klara nie wie już, czy większe ukojenie przyniesie jej krzyk, mandat za picie koniaku w parku na oczach straży miejskiej czy może... własnoręczne uduszenie najbliższych. Hit sprzed dwóch lat, który podbił serca fanów kutowych „Lejdīs” czy „Teściów”, powrócił na platformę HBO Max z nowymi odcinkami i znów rozpala streaming.

Taka jak my

Kiedy wiosną 2024 roku, wówczas na platformie Player, zadebiutował serial „Klara”, niewielu spodziewało się, że humorystyczna obyczajowa produk-

cja stanie się jednym z najgłośniejszych tytułów sezonu. Oparty na powieściach Izabeli Kuny serial szybko zdobył jednak wierną publiczność, a widzowie odnaleźli w tytułowej bohaterce własne lęki, frustracje i niespełnione marzenia. Być może dlatego, że Klara – kobieta po czterdziestce, która teoretycznie ma poukładane życie – mieszkanie na kredyt, pracę, grono przyjaciół, nie jest bohaterką z bajki. Potrafi zakłócić, podjąć fatalne decyzje i dać kolejną szansę mężczyźnie, który gra na dwa fronty. Jeśli dodamy do tego toksyczną relację z matką, dużą dawkę ironii i dystansu, lęk przed starzeniem się, Klara stanie się nie tylko bohaterką kolejnej produkcji, ale kobietą taką jak my.

Przypomnijmy, że w 1. sezonie ojciec jawił się Klarze jako bestia w ludzkiej skórze, którą powinna winić za wszystkie swoje niepowodzenia w relacjach damsko-męskich. Gdy więc Władysław Kozłowski zjawił się niczym duch w mieszkaniu Kla-

ry na chwilę przed jej wyjazdem do Grecji, wywrócił cały jej świat do góry nogami.

Czarne myśli

W nowych odcinkach, kiedy Klara już otrząsa się z pierwszego szoku, zaczyna zadawać pytania, które przez lata nie dawały jej spokoju. Rozczarowana i wściekła na ojca, ale i matkę, wsparcia szuka m.in. w kościele. Przystąpienie do spowiedzi nie przynosi jej jednak ani spokoju, ani ukojenia, w przeciwieństwie do sesji u psychoterapeutki Marioli Puci (Aleksandra Konieczna). Podczas terapii Klara może bowiem wymyślać coraz to nowsze sposoby na... pozbycie się ojca i matki. Wszystko po to, by zgodnie z metodą Marioli Puci, finalnie ich pokochać.

Jakby tego było mało, w życiu Klary znów zaczyna mieszać Aleks, który przez wiele lat zwodził ją zapewne-



Niespodziewany duch z przeszłości

Powrót Włodzisława Kozłowskiego jest szokiem nie tylko dla jego dorosłej już córki.

Wszystko ma swoją cenę

Przyjaciele Klary również nie narzekają na nudę. Wronka (Katarzyna Warnke) skupia się na przekrojowych badaniach, obliczając, ile mogłaby za nie kupić nowych par butów. A Wojtek (Piotr Adamczyk) znów czuje motyle w brzuchu.

KREĆCIE

niami, że odejdzie od żony. Ich wybuchowa relacja, pełna chemii i niespełnionych obietnic, oparta głównie na czekaniu, z czasem stała się dla Klary frustrująca.

Wielki wybuch

A teraz Aleks po raz kolejny ma ją okrucami uczucia. Aż pewnego zjawia się w jej mieszkaniu z walizkami, oznajmiając, że... odszedł od żony. Wszystko to sprawia, że już nie tylko Klara jest bliska załamania, ale również jej kot Gerard (Eryk Kulm). Im bardziej bowiem próbują wszystko wyprostować, tym mocniej wszystko się gmatwa. I w końcu... wybuch.

SHOW Joanna Pasztelańska



Na ostrzu noża

Rodzinny galimatias sprawia, że Klara bierze pod uwagę różne scenariusze, w tym... egzekucję.

W pogoni za szczęściem

Wybaczyć bliskim, dać szansę Aleksowi, czy też postawić wyłącznie na siebie? Przed Klarą czas trudnych decyzji.



Prawdziwie męska decyzja

Aleks postawi wszystko na jedną kartę i... na Klarę. Ale czy Klara jeszcze tego chce?



Premiera w kinach 30.09

Lalka

Nowa, filmowa ekranizacja „Lalki” Bolesława Prusa to jedna z najbardziej wyczekiwanych premier tego roku. Twórcy filmu sięgają po ponadczasową historię Stanisława Wokulskiego – ambitnego przedsiębiorcy, rozdartego między rozsądek a uczuciem do Izabeli Łękiej, ukazując jego dramat na tle barwnej, XIX wiecznej Warszawy. W wersji kinowej w roli Stanisława zobaczymy Marcina Dorocińskiego, a Izabelę zagra Kamila Urzędowska. Poza tym w obsadzie filmu Macieja Kawalskiego pojawiają się m.in. Marek Kondrat oraz Agata Kulesza.

Kamila Urzędowska polubiła Izabelę Łęką? – Starałam się ją przede wszystkim zrozumieć – mówi.



Książki

NOWY JORK. MAŁY ATLAS HEDONISTYCZNY

» Miasto, które nigdy nie zasypia. Metropolia pulsująca niezwykłą energią i różnorodnością. Po lekturze poznacie je lepiej!

PEJZAŻ W KOLORZE SEPII

» Etsuko prześladują wspomnienia po śmierci córki. Gnębiona wyrzutami sumienia, wraca myślą do Nagasaki 1950 roku.

BLOODGUARD

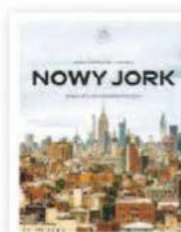
» Sto lat, dziesiątki tysięcy gladiatorów, ale tylko on sięgnie po chwałę. Historia wojownika, który walczy o swoją rodzinę.

RAJU NIE BĘDZIE

» Każde z tych opowiadań to historia pełna dojrzałych spostrzeżeń i myśli, które na pewno zostaną z czytelnikiem na dłużej.

MITY, PODANIA I WIERZENIA DAWNYCH SŁOWIAN

» Barwny obraz słowiańskich bogów, bóstw, demonów oraz zjaw podany z pisarskim zacięciem i historyczną znajomością tematu.





Premiera 7.10 Netflix

MNIEJ OBCY

» Film inspirowany życiem Jana Borysewicz, współzałożyciela zespołu Lady Pank, śledzi losy młodego Janka (Mikołaj Bukrewicz), który marzy o zaistnieniu na polskiej scenie rockowej. Gdy umiera jego ojciec (Ireneusz Czapka), a matka (Kinga Preis) zaczyna chorować, kilkunastoletni chłopak musi odłożyć ambicje na później, by wesprzeć rodzinę. Muzyka jednak nie schodzi na drugi plan: Janek zamienia perkusję na gitarę i krok po kroku wspina się na szczyt.



Premiera w kinach 2.10

DIGGER

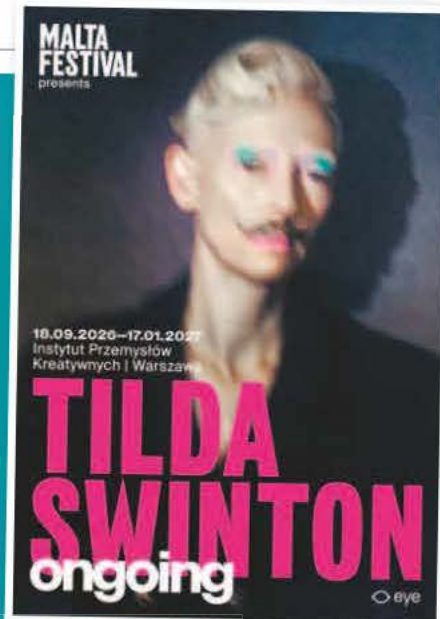
» Tom Cruise w roli, w której jest nie do poznania. Za spektakularną metamorfozę krytycy już wieszczą gwiazdorowi Oscara. W nowym filmie twórcy oscarowej „Zjawy” aktor wciela się w ekscentrycznego potentata naftowego, Diggera Rockwella, który o mały włos nie doprowadził do zagłady ludzkości. Na wieść o przesuwaniu się lodowców – w związku z pracami na jego platformie wiertniczej, Rockwell wyrusza z szaleńczą misją.



Premiera w kinach 2.10

VERITY. CORAZ WIĘKSZY MROK

» Gdy do potrzebującej pieniędzy pisarki Lowen Ashleigh (Dakota Johnson) zgłasza się mąż autorki bestsellerów Jeremy Crawford (Josh Hartnett), trudno jej uwierzyć w swoje szczęście. Mężczyzna oznajmia bowiem, że jego żona, Verity Crawford (Anne Hathaway) od czasu wypadku nie jest w stanie sama dokończyć serii swoich książek. Wkrótce jednak Lowen zaczyna mieć wątpliwości co do intencji Crawfordów.



Wystawa

» Wystawa Tildy Swinton „Ongoing” po raz pierwszy w Polsce! Od 18 września w Warszawie będzie można oglądać filmy, fotografie, kostiumy, prywatne archiwa i dzieła stworzone wspólnie z Pedro Almodóvarem, Lucą Guadagninem, Jimem Jarmuschem i innymi artystami. Nie będzie to klasyczna retrospektywa filmowej gwiazdy. Zamiast chronologii ról i listy nagród – mapa przyjaźni, artystycznych spotkań i współpracy, które przez ponad cztery dekady kształtowały twórczość aktorki. Wszystko to w przestrzeni Instytutu Przemysłów Kreatywnych przy ul. Mińskiej 65. Na 100 m. kw. spotkają się kino, sztuki wizualne, fotografia, moda, performance i prywatne archiwa.

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 Chelchowski, Barbara Stasiak, Gabriela Weresniak-Wolak, **REDAKTORZY** Krzysztof Beška, Bogumiła Deka, Marta Drobniak, Aleksandra Jarosz, Angela Kołowiecka, Violetta Kraskowska, Dariusz Mól, Anna Napierała, Agnieszka Pacuła, Joanna Pasztelańska, Anna Ratiągowska, Marek Stecko, Kinga Szafruga, Ewa Tarasiuk, Barbara Włodarska-Moleda.
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 Czekala, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grazyna Szulkowska, Robert Zalewski.



PREZES ZARZĄDU Tomasz Namysł **CZŁONKOWIE ZARZĄDU** Andrzej Chojnowski i Marek Lasota **DIRECTOR/PUBLISHING MANAGEMENT/DYREKTOR PIONU WYDAWNICZEGO:** Marek Lasota **PUBLISHER/WYDAWCA** Małgorzata Grono, mail: malgorzata.grono@bauer.pl **REKLAMA** Izabela Samecka, dyrektor biura reklamy; Agnieszka Galińska, dyrektor segmentu pism luksusowych, tel. 692 402 893; zespół: Małgorzata Pedczik, kierownik reklamy pism luksusowych, tel. 664 715 196; Katarzyna Roguska, tel. 604 118 59; Krystyna Tecza, 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 Ludwiczak, mail: piotr.ludwiczak@bauer.pl **DYREKTOR FINANSOWY** Rafał Kordus **PRODUKCJA** Piotr Orelko, dyrektor **PUBLIC RELATIONS** Maciej A. Brzozowski, dyrektor, mail: maciej.brzozowski@bauer.pl **DRUK** P/mint Sp. z o.o., ul. Pułtusk 120; 07-200 Wyszków.



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. Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem.

PANORAMA Sprawdź swoją wiedzę, rozwiązując naszą krzyżówkę.

czerni rzęsy		sypany na głowę na znak postu		smagła u bruneta		koniec wyścigu		naczelnik plemienia		postrach pirata drogowego		norweska zatoka		w niej talary
hałas, łomot				lżejszy od węgla										
skała osadowa			9	... Ostaszewska, aktorka						ptak boga Thota			8	
								podwójne w walizce				z niego zdrowe płatki na śniadanie		koryguje warunki umowy
ma róg na nosie				pnie się po niej chmiel						rankiem perli się na trawie				
skrzydła amator czereśni		miętowa do żucia		słodki cukru naszyta na dziurę				antyczny pojazd konny					7	
całokształt na szyi księdza										na trybunach amfiteatru			... pruskie w 1885 r.	
										mechanizm zegarka				
religia, wyznanie	śniegowy dom			wyodrębniony obszar							5			
										psotnik, urwis		Trzech Krzyży w Warszawie		nad zlewem w kuchni
rzepakowy do smażenia		ciastko jak suwak		Eiffel w Paryżu										
						wyżwienie		zaklęcia, czary	szubrawiec	tkanka kości	główna w bazylice		nie-tykalna świętość	
								sala zamkowa	mleczny napój					
alkohol Zagłoby			6											
						gruchot, klekot śmieszna sytuacja				nosil kontusz szybka karetka			4	
uprawia ziemię	góry w Turcji	na okulary wódz Kozaków						krąży w żyłach opóźnienie				krewny kalafiora		nabój bez pocisku
						punkt oparcia pokrywa staw				złodziej droga dla aut				3
warta, ochrona kopalnia soli		waga towaru materiał dekarSKI						pszczeli produkt poranny w wojsku				boisko tenisowe		znak firmowy
						halda				meander rzeki				
powyżej łokcia szkło filatelisty								sportowa koszulka				wojskowy rów		
						miara bzdur				pasmo, smuga				
								2						
zimowa atrakcja								... Del Rey, piosenkarka				panuje w tłumie		



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

WYKREŚLANKA

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

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

Słowa do wykreślenia:

BEMOL	MŁOTEK
BŁOGOSTAN	MULINA
BOB	OKRASA
BOCZNICA	OPAŁY
BOROWIK	PAELLA
CUG	PAŃSTWO
DUR	PISTOLET
EKONOM	PŁACZ
ETOS	PRYMULA
FINALISTA	RAJ
FINANSE	RUMIEŃ
GĘSTWINA	STADION
GIN	STANGRET
GŁĄB	STATEK
GUZIKARKA	STRAK
HUMANIZM	SZŁAKA
IMITATOR	SZÓSTKA
KAGANIEC	TYLEC
KĘDZIOR	UPUST
KLAPA	UWIEŻ
KLASYK	WAR
KOMIN	WERTEPY
KUMOSZKA	WYRZUT
LEK	WYSYP
ŁGARZ	ZAKRĘTKA
MITOMAN	

SZYFRÓWKA

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	R				A		C		
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
		Y		N				Z	



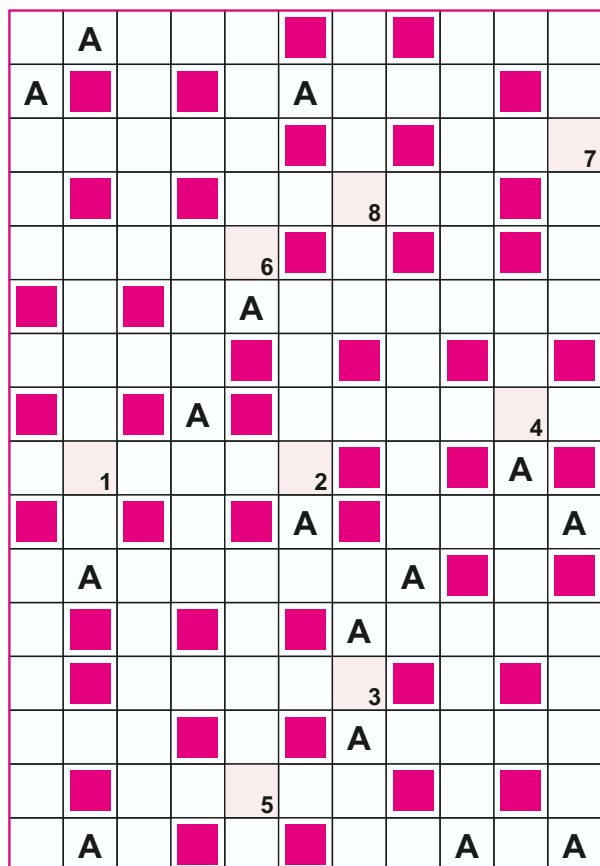
3		16		1	11	9	12	6	2		14		14
1	9	6	7	6		14			17	2	5	6	15
14		7		15	6	2	8	13	19		9		4
19	3	16	2	6		13			3	4	14	1	6
17		11		7	6	19	5	6	18		8		12
10	3	12	4	6		7			7	14	6	15	17
9	17	12	6	15	5	3	9	3	12				

Tużim i Asnyk	kilof górnika	grecki ser	skrzynia lub areszt	spadająca gwiazda	np. Wrocław				
		zawój	powieścio- pisarz						
			niepokój		2				
odgłos kół na bruku				skarbowy, fiskus	śnieżny wzgórek				
			1						
był symbolem bóstwa Chepri		nagły atak na obiekt wroga	tętnica główna						
			na zdjęciu				transport z prądem rzeki	między permem a jurą	irańska prowincja
			nie ma wad						
rażane na opał				mniejsza niż wieś	egipski zwój Opel jak kawa		7		
krewna cukinii		bajkowy stwór	po urazie płuc			nagły objaw choroby		leczenie energiją	perski na podłodze
typ nadwozia									
mleczko na gumę					dawny instrument	konferen- cja			
				pobrana aplikacja	był nim Dmowski				
oficerska w wojsku		regionalny placék tatarskie wojsko				Egejskie albo Azowskie	państwo	kolce do wspinaczki	smocza pod Wawelem
gwiazdorz			kraj lub kapelusze sunnicki teolog				rozmiar, wielkość		
... grubo- dzioby, ptak drapieżny				5	platy glonów do sushi	wariant gra z damką			
dwu- kołowa taczka	przrząd medyczny	zwrot tastyka fragment epopei					japońska rasa psa	drobna wypustka narządu	zakład przerobu drewna
			ozdoba kolekcji				4	pracuje przy krośnię	
			skupienie						
sąsiad Mazura	rzeka w Azji płynie nią gaz			styl vintage szefował geruzji				powie- rzana ministrowi	bawół indyjski
			miting			skrzynia murarza			
nad- mierna u otyłego				kościół para- fialny			taśma krawcowej		8
			6	kula ziemska		laska alpinisty			
zaczyna skale indyjski książę					rudny grzyb		persymo- na, śliwo- daktyl		

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

JOLKA

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



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

- świątynia Allaha
- terenówka
- szybszy od kłusa
- apogeum
- tężyzna fizyczna, siła
- tchnienie
- bar piwny
- gumowa łódka
- na nim jajecznicza
- nadaje audycję
- samosąd
- ciemna część doby
- rezultat, wynik
- biblijna powódź
- trudna sytuacja, tarapaty
- harmonijka ustna
- kwit od kelnera
- laska tatarnika
- obfity plon
- niejeden podczas sesji
- smykałka do czegoś
- samolubstwo
- część trąbki
- pora kuligów
- gatunek maliny
- kicający uszatek
- wylot, spust
- sztuka walki
- dzierzawi sklep
- powieść, nowela
- alkaloid w herbacie
- turysta dla bacy
- dużo miejsca
- oczyszcza z zarzutów
- ustawa władcy
- oprawca, siepacz
- tkanina ubraniowa

SUDOKU

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

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

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

Spójrz W GWIAZDY

Bliźnięta i Wodniki: w najbliższym czasie z pewnością nie będziecie się nudzić! Grzeszne eksperymenty i wielki seksapil zapewnią wam nie lada powodzenie. A co wydarzy się u innych znaków?



**KATARZYNA
CICHOPEK (44)**

WAGA

**WAGA
23.09-22.10**

Aktywność sportowa, nawet niewielka, pomoże ci poradzić sobie z problemami, których ostatnio ci nie brakuje.

PRACA: Staraj się trzymać język za zębami, zamiast uprawiać bezproduktywne dyskusje. Nie wygrasz w tym konflikcie.

MIŁOŚĆ: Zaufaj partnerowi i nie bądź chorobliwie zaborcza, bo to może zachwiać waszym związkiem. Tym bardziej, że na horyzoncie pojawi się jego miłość z dawnych lat...

SKORPION 23.10-21.11

Zamiast przepuszczać lekką ręką całą pensję, odłóż coś do świnki skarbonki.

PRACA: Wyjdiesz poza utarte ścieżki, by zdobyć dla siebie nową posadę.

MIŁOŚĆ: Partner nie będzie ci robił scen zazdrości, choć ty flirtujesz, ile ci starcza sił. Taki wyrozumiały ukochany to skarb, jednak uważaj – zazdrośna o wasze szczęście krewna już ostrzy sobie na niego pazurki.

STRZELEC 22.11-21.12

Przyjaciół poprosi cię o przysługę w delikatnej sprawie. To może ci się odbić czkawką.

PRACA: Przeszkody? Jakie przeszkody?

Ty idziesz przez biurowe życie niczym czołg Rudy 102! Nikt cię nie zatrzyma.

MIŁOŚĆ: Niby jesteś w stałej relacji, ale poszukiwania, eksperymenty i przygody miłosne to twoje cele na najbliższe tygodnie. Nie za wielkie ryzyko podejmujesz?

KOZIOROŻEC 22.12-19.01

Taka wylewność i serdeczność z twojej strony to rzecz niespotykana. Znajomi się zdziwią.

PRACA: Biuro to teraz istne pole bitwy. Wszyscy chcą zaistnieć przed szefem i dowieść, jacy są elastyczni i niezbędni.

MIŁOŚĆ: Tak koncentrujesz się na wadach ukochanego, że przyszłość może nie być wam pisana. Twym wygórowanym wymaganiom podołałby chyba tylko George Clooney.

WODNIK 20.01-18.02

Dzięki regularnym treningom poczujesz się mniej zmęczona i przytłoczona obowiązkami.

PRACA: Gdy inni prowadzą podstępne gierki, ty bez kombinowania zdobędziesz to, o czym tak marzysz. Należy ci się!

MIŁOŚĆ: Wpływ Wenus sprawi, że sama poczujesz się jak bogini seksu. Twoja satysfakcja i ten błysk podziwu w oczach kochanka dowartościują cię na bardzo długo.

RYBY 19.02-20.03

Będziesz zadowolona z siebie: pospłacasz dług i zrobisz porządek w piwnicy. Brawo ty.

PRACA: Twoje obawy, że ktoś ukradł ci dobry pomysł są przedwczesne. Ale uważaj.

MIŁOŚĆ: Zastanawiasz się, dlaczego ten drań złamał ci serce. Jednak to, że ktoś nie jest dżentelmenem, nie oznacza, że każdy inny potraktuje cię w tak okrutny sposób. Daj szansę sympatycznemu blondynowi z sąsiedztwa.

BARAN 21.03-19.04

Niespodziewany zastrzyk gotówki u ciebie z pewnością się nie zmarnuje. Ale pamiętaj, że od czasu do czasu relaks też jest potrzebny.

PRACA: A może jednak pójdziesz na swoje? Tak zrealizujesz pomysł, który ci się opłaci!

MIŁOŚĆ: Wymagasz wiele od partnera, to prawda, ale i wiele mu dajesz. Stajecie się parą, której się zazdrości: kochacie się, a w sypialni jest wam bosko!

BYK 20.04-20.05

Jeśli cierpisz na problemy ze snem, może to być zarówno wpływ Urana, jak i stresów, które przeżywasz. Popatrz optymistycznie!

PRACA: Broń się, bo w twoim otoczeniu kilku zazdrośników zwyczajnie ci obmawia!

MIŁOŚĆ: Nie skacz z kwiatka na kwiatek, obiecując każdemu partnerowi dożgonne przywiązanie. Te niewinne z pozoru kłamstwa mogą się obrócić przeciw tobie.

BLIŹNIĘTA 21.05-20.06

Telewizyjne programy o płytkich ludziach...

Czy to najlepszy sposób na relaks?

PRACA: Świetne pomysły, które przysły ci do głowy, będzie chciał przywłaszczyć fałszywy przyjaciel. Nie daj mu się zwieść!

MIŁOŚĆ: Zdasz sobie sprawę, że wręcz emanujesz seksapilem. Niezatarte wrażenie wywrzesz na wielu panach i... kilku paniach. Czyżbyś miała ochotę poeksperymentować?

RAK 21.06-22.07

Starasz się za wszelką cenę przekonać bliskich do twego pomysłu. Nie tędy droga.

PRACA: Szczęście ci przysięga: dzięki znajomościom dostaniesz nowe zlecenia.

MIŁOŚĆ: Choć ostatnio cierpiełaś z powodu niewierności ukochanego, los da ci niepowtarzalną szansę, by się zemścić. Jak? W towarzystwie nowego partnera, i to znacznie bardziej interesującego niż ten poprzedni.

LEW 23.07-22.08

Tak trudno się z tobą ostatnio dogadać. Nie masz wrażenia, że wszystko niepotrzebnie komplikujesz?

PRACA: Więcej dyskrecji i dyplomacji, mniej chwalenia się gołębiem na dachu. Oto recepta na sukces w twojej branży.

MIŁOŚĆ: Marzysz o tym, by spotkać bratnią duszę i to niebawem się ziści. Co za ulga po latach poszukiwań i beznadziejnych randek!

PANNA 23.08-22.09

Marzysz o „nowym początku”? Pamiętaj, że każdy dzień może nim być.

PRACA: Któryś z kolegów będzie chciał się bezczelnie podpisać pod twoim sukcesem. Nie odpuszczaj mu!

MIŁOŚĆ: Pamiętaj, że nie zawsze masz rację. Ukochany ma prawo czuć się źle, gdy wypominasz mu każdy błąd. Nikt nie jest idealny, poza tym nie warto ze sobą wojować.



**KATARZYNA
WARNKE**

„Nie znoszę tajemnic i zakopywania trudnych tematów pod dywan. Najwyższym poświęceniem byłoby dla mnie nie odezwąć się, kiedy czuję, że wymaga tego sytuacja”.



**GEORGINA
RODRIGUEZ**

„Kocham swoje krągłości. Kocham wolność życia w ciele, które wybrałam. W ciele, które mnie niesie, które pozwoliło mi przytulać, dawać życie, upadać i znów wstawać. To ciało, które w każdej swojej odsłonie zasługuje na szacunek, miłość i wdzięczność”.



**MAŁGORZATA
KOŻUCHOWSKA**

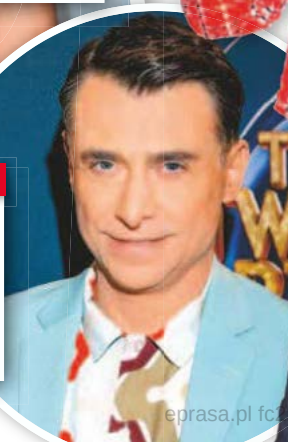
„Każde rozstanie jest porażką, bo nie udało się coś, w czym pokładaliśmy wielkie nadzieje, oddaliśmy dużą część swojego życia i serca”.

Oni mają GŁOS



GILLIAN ANDERSON

„Mając dwanaście lat, byłam tak upartą dziewczynką, że mama mówiła, że nie można mi niczego zabronić. Miała rację. Z fałszywym dokumentem chodziłam do gejowskich barów, żeby potańczyć”.



KACPER KUSZEWSKI

„Nie jestem bezkompromisowym typem, który choćby miał jeść tynk ze ściany, nie przyjmie jakiegś roli... Granice kompromisu ustawiam jednak tak, żeby mieć poczucie, że nie robię czegoś wbrew sobie”.



MARIA SADOWSKA

„W »Twoja Twarz Brzmi Znamo« miałam nawet przypięte genitalia, żeby w naturalny sposób przyjąć męski chód. Aż smutno było mi zdejmować tę charakterystykę”.



**GRAŻYNA
TORBICKA**

„Zawsze powtarzam kobietom: dom i rodzina są bardzo ważne, dla mnie też. Ale nie wolno stawiać wszystkiego na jedną kartę. Od młodości po dojrzałość: inwestuj w siebie, rozwijaj się, miej pasję”.

OXYGenetic®

ENERGYZE VITAMIN C



Jedna z najbardziej stabilnych form
witaminy C*

dla efektywniejszego przenikania w głąb skóry,
jej odnowy i promiennego wyglądu.

*Kwas 3-O-etylo-askorbinowy

eprasa.pl fc22c825c1