MAGAZYN W DOBRYM STYLU

SHOW

DWUTYGODNIK Cena 6 zł 49 gr (w tym 8% VAT)
Nr 24 (473) 23 listopada 2026



ROBERT PATTINSON
– NAZYWAM SIĘ BOND, JAMES BOND! TERAZ TO BĘDĄ JEGO SŁOWA. KULTOWA SERIA FILMOWA WKRACZA W NOWĄ ERĘ!



ROMA GĄSIOROWSKA
ZA DRZWIAMI SALI SĄDOWEJ ZAMKNĘŁA WRESZCIE PRZESZŁOŚĆ



MAURYCY POPIEL
WŁAŚNIE ODZYSKAŁ WOLNOŚĆ! TYLKO NA JAK DŁUGO?

Maciej Kurzajewski
Katarzyna Cichopek

Wielka miłość zderzyła się Z PROZĄ ŻYCIA

Indeks 245895

ISSN 1899-6574

Numer w sprzedaży do 6.12.2026



Magdalena Boczarska

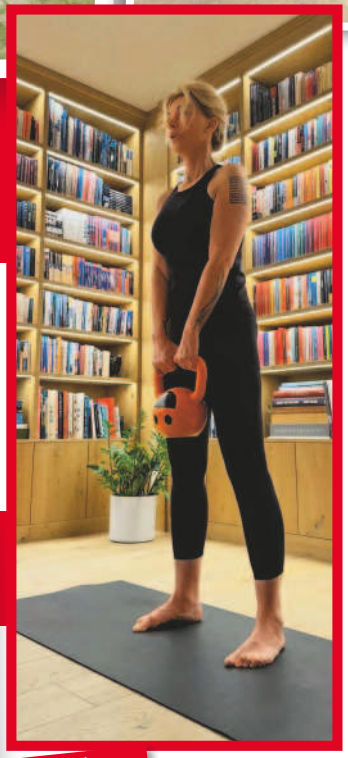
Aktorka najwyraźniej uznała, że twardo stąpać po ziemi może po meczu. Na korcie wolała fruwać, i to z rakietą w dłoni. Aż strach pomyśleć, kiedy Magdalenie Boczarskiej naprawdę zależy na wygranej...



Anna Dereszowska

Anna Dereszowska zabrała syna na spotkanie Legii z Lechem. Była rodzinna atmosfera i wielkie sportowe emocje… Aż żal było wychodzić! Mamę wzywał jednak teatr. Na trybunach zostawiła swoją reprezentację, a sama ruszyła grać. Tyle że bez piłki...

#Show TIME



Martyna Wojciechowska

Poćwiczone! – informuje Martyna Wojciechowska. A że dostała od swojej trenerki personalnej taki wycisk z ciężarkiem, to teraz zapewne każda kolejna gruba powieść będzie wydawać się jej lekka jak piórko.



Anna Głogowska

W przerwie od parkietu tancerka uwielbia spacerować po lesie. Czy jest fanką „Sekretnego życia drzew"? Wiadomo, że gwiazda lubi grzybobranie. Ale w listopadzie grzybów już jak na lekarstwo. Zamiast więc pędzić quickstepem po ostatnie sztuki, może po prostu cieszyć się jesiennym spacerem...

Skupiony wzrok, precyzyjne ruchy – gdybyśmy nie znali Piotra Adamczyka, moglibyśmy pomyśleć, że to szef kuchni. A to tylko zakochany mąż, który z okazji urodzin ukochanej żony Karoliny Szymczak, postanowił własnoręcznie zrobić jej ulubione danie, czyli makaron cacio e pepe. Taki mąż to prawdziwy skarb!

Piotr Adamczyk



Fot.: Instagram.com/dereszowska, Instagram.com/karolina.szymczak, Instagram.com/annaglogowska_official, Instagram.com/martyna.world, Instagram.com/magda_boczarska

Nr 24 (473) 23 listopada 2026 r.

SHOW

MAGAZYN W DOBRYM STYLU

GWIAZDY SHOW

4 **Maciej Zakościelny** w końcu przyznał, że jego serce jest zajęte!

7 **Joanna Opozda** zdenerwowała się, bo uważa, że znowu coś odbyło się jej kosztem.

10 Co łączy **Małgorzatę Rozenek-Majdan** i **Martę Mandrykiewicz**, czyli Mandarynę? Wcale nie tak mało.

11 Jak to się stało, że rozchwytywany **Piotr Stramowski** nagle ma dość grania w filmach?

GWIAZDY SHOW



5 **Grzegorz Damięcki**
nigdy nie wyjawi prawdy o związku z Magdaleną Schejbal!

12 Trudno uwierzyć, ile lat skończyła księżniczka popu, czyli **Britney Spears**.

13 **Vanessa Aleksander** nie wyruszyłaby na podbój Ameryki, gdyby nie... **Izabela Kuna**.

15 **Danuta Stenka** nie ma słów, by podziękować ludziom za dobro, jakie otrzymała od nich w czarnej godzinie.

18 Co skrywają torebki **Julii Wieniawy**, **Małgorzaty Kożuchowskiej** i innych gwiazd?



14 **Agnieszka Grochowska**
z nowym partnerem, producentem filmowym Jakubem Kosmą zadebiutowała na salonach.



20 **Marcin Rogacewicz**
nie stawił się na rozprawie z matką swoich dzieci.

STYLOWY PORADNIK

22 Sprawy dotyczące opieki nad córką **Joanna Krupa** musi teraz załatwiać z jej ojcem w sądzie!

26 **Agnieszka Hyży** szczerze przyznaje, że nie wie, czy za pięć albo dziesięć lat nadal będzie ze swoim mężem.

28 **Moda** Romby w tym sezonie potrafią być gwiazdą za dnia i w nocy.

30 **Okulary** Dodają nie tylko charakteru, ale i urody.

32 **Pielęgnacja** Poznaj z nami sposoby na piękno z najdalszych zakątków świata.

35 **Zawsze w formie** Nie wiesz, jak szybko i skutecznie ukoić nerwy bez chemii? Podpowiadamy.

PO GODZINACH



36 **Kuchnia** Co jeść, by się rozgrzać i nasycić, gdy za oknem ziąb?

38 **Wnętrza** Blask wraca do łask. Ale nie można przesadzić.

40 **Podróże** Floryda pieści i wzrok, i podniebienie.

42 **To jest hit!** Młodziutka Amerykanka potrzebowała tylko kropli krwi, by nabrać cały świat i zgarnąć miliardy – serial „Zepsuta krew" pokazuje wielkie oszustwo bez lukru.



Marzenie się ziściło

Jest mamą synów Filipa i Leona. Angel z Zambii była spełnieniem marzeń aktorki o córeczce.

Katarzyna Glinka

JEJ CÓRKA *wróciła do domu*

» PRZEZ TRZY LATA Katarzyna Glinka była adopcyjną mamą na odległość dla Angel z Zambii. Dzięki Fundacji Kasisi aktorka mogła otoczyć dziewczynkę opieką, wspierać ją i budować z nią wyjątkową więź. Teraz wszystko się zmieniło. Niespodziewanie trzylatka opuściła dom dziecka i trafiła pod opiekę swojej biologicznej babci. Choć ta wiadomość daje nadzieję na szczęśliwsze dzieciństwo „Aniołka" wśród najbliższych, dla Katarzyny oznaczało także trudne rozstanie. – Nie było mi łatwo, nie będę ukrywać – przyznaje gwiazda, która niepokoi się, że kontakt z podopieczną może się urwać już na zawsze. **(ET)**



Dzięki Katarzynie Angel zaznała czułości i dobroci.

Z głębi i potrzeby

Biologiczna mama dziewczynki jest bardzo młodą dziewczyną i nie udźwignęła trudów macierzyństwa.



Fot.: Akpa (2), East News (2), Forum, Instagram.com/katarzynaglinka (2)
Fot. na okładce: Forum, East News (2), Akpa, Instagram.com/robertpattinsqgn

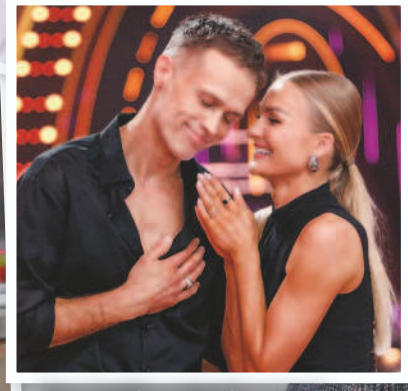


Artysta przez dziewięć lat żył w nieformalnym związku z Pauliną Wyką. Przez ten oboje czas wydawali się szczęśliwi.

Ojcem jest na zawsze

Nawet po rozstaniu z byłą partnerką gwiazdor stara się być jak najlepszym tatą dla synów - Borysa (10) i Aleksandra (8).





Sarę Janicką gwiazdor poznał, gdy był uczestnikiem „Tańca z Gwiazdami". Wtedy ich relacje wydawały się bardzo serdeczne. Potem się zacieśniły, byli razem widziani m.in. w Sopocie. Ale nigdy nie skomentowali tego, co ich aktualnie łączy.

MACIEJ ZAKOŚCIELNY ZAKOCHANY!

» W KOŃCU POTWIERDZIŁ? Plotki o charakterze relacji łączącej go z Sarą Janicką nie milkną. Spekulacje przybrały na sile, gdy piękna tancerka ogłosiła, że jest po rozwodzie, zaś aktor ostatnią swoją wypowiedzią z pewnością ich nie uciszy. – Moje serce zawsze puka w rytmie cza-cza, ponieważ moje serce żyje – wyznał niedawno. Dalej mówił o miłości do sztuki, kultury, sportu, kobiety i rodziny. I choć nie złożył jednoznacznej deklaracji dotyczącej związku z Sandrą, to tak jakby przyznał, że jest zakochany: „Moje serce jest zajęte i chciałbym, żeby było zawsze zajęte". Kolejnym krokiem będzie oficjalne wspólne wyjście? **(AP)**

Szczęście, gdy się dzieli, to się mnoży

Od niedawna artystę możemy oglądać w roli prowadzącego program „Lego Masters". Najwyraźniej szczęście zawodowe idzie w parze z osobistym.



Tajemnica już nie taka wielka

Gwiazdor rzadko dzieli się przemyśleniami na temat spraw osobistych, ale najwyraźniej przeżywane szczęście sprawiło, że tym razem chciał się pochwalić swym szczęściem.

JEDNYM ZDANIEM

Zaskoczyła fanów, kiedy bez wcześniejszego ogłaszania ciąży **Avril Lavigne** obwieściła, że została mamą, ale wciąż nie wiadomo, kto jest tatą jej córeczki.

Zdaniem Jacka Cygana **Edyta Górniak** nie zrobiła międzynarodowej kariery przez Céline Dion, bo menadżerowie i producenci na niej skupili swoją uwagę.

Ogromne zaskoczenie, ale też wielka duma opanowały **Macieja Stuhra**, kiedy dowiedział się, że nowoodkrytą asteroidę nazwano jego nazwiskiem.

Fot.: Forum, Akpa, PAP, materiał prasowy/ Polsat



Prywatność? Za zamkniętymi drzwiami

Gwiazdor przerywa milczenie na temat życia prywatnego? - Nie przerywam - prostuje. I wygląda na to, że ma w tym wsparcie Magdaleny.



Życie to jest teatr...

Poznali się w 2018 roku na scenie, grając małżonków w sztuce „Gra o życie". W 2022 r. paparazzi sfotografowali ich w kawiarni. Trzy lata później rozwodem zakończyło się małżeństwo aktora ze scenografką i kostiumolożką Dominiką Laskowską.

Bez żadnego komentarza!

Nieraz fotografowano ich razem na ulicach stolicy. Nigdy tego nie komentowali.



Oboje są rodzicami, a spokój jest dla nich priorytetem. Jeśli już wyjątkowo jedno z nich pokazuje kadr z codzienności, to w neutralnej odsłonie - jak na spacerze z pupilami.

GRZEGORZ DAMIĘCKI WYDAŁ STANOWCZE DEMENTI!

» GDY AKTOR ŚWIĘTOWAŁ 59. URODZINY, w internecie pojawiła się jego wspólna fotografia z Magdaleną Schejbal. Uroczy kadr z pieskiem, w przytulnej, domowej scenerii, błyskawicznie obiegł media i wielu odczytało go jako sygnał nowego etapu. Gwiazdor nareszcie przerwał milczenie i oficjalnie podzielił się swoim szczęściem? Otóż… nic bardziej mylnego! Artysta szybko ostudził emocje i kategorycznie odciął się od publikacji. – Szanowna publiczności... Znowu próbują was nabić w butelkę... – przestrzegł w sieci. O stronie, która zamieściła kadr, napisał, że „posługuje się ściemą". – Opisuje sprawy tak, żebyście myśleli, że to ja kontaktuję się z wami – oburzył się. – A ja to czytam i... szczęka mi opada – podsumował. Podkreślił też stanowczo: – To jest absolutne naruszenie prywatności. **(AR)**

Fot.: Akpa, PAP, Instagram.com/magdaschejbal



ŻYCIE ZACZYNA SIĘ PO „ZMIERZCHU"?

W nowego Bonda wcieli się gwiazdor z Wielkiej Brytanii - Robert Pattinson.



PAMIĄTKA STAŁA SIĘ CENNA

Weronika Rosati przypomniała swoje spotkanie z aktorem w marcu tego roku na premierze filmu „The Drama" w Los Angeles.



KOGO WZIĄŁ NA CELOWNIK?

Podobno pojawił się nowy Bond - napisał pod wygenerowaną przez sztuczną inteligencję fotką Michał Koterski.

GWIAZDY OPANOWAŁA BONDOMANIA!

» NAZYWAM SIĘ BOND... JAMES BOND. Wiadomo już kto wypowie kultowe zdanie w kolejnej odsłonie przygód agenta 007. Kiedy świat obiegła informacja, że Daniela Craiga zastąpi Robert Pattinson, internet dosłownie oszalał. Bo w dobie sztucznej inteligencji kto komu zabroni zostać szpiegiem Jej Królewskiej Mości, który ma „licencję na zabijanie"? Polscy aktorzy puścili wodze fantazji i na potęgę zaczęli publikować kadry na miarę co najmniej „Casino Royale". Tak oto, dzięki kreatywnej AI, na rodzimym podwórku rozmnożyły się nam Bondy, dziewczyny agentów i ujęcia obok samego Pattinsona. I kto się odważy powiedzieć: „Pan tu nie stał"? **(VK)**



DOSZŁO DO POMYŁKI!

Nadeszła wiekopomna chwila na agentkę 007? - Kalafior! Znowu ktoś inny zagra rolę stworzoną dla mnie! - zażartowała Paulina Holtz.



KAŻDEMU WOLNO POMARZYĆ

Bondomanii uległa też Katarzyna Maciąg. - To ja się zrobię na jego dziewczynę! A co? Zabawa fajna i można chwilę pomarzyć - wyjaśniła, tuląc Pattinsona w wyobraźni.



ŻONA WIE ZAWSZE LEPIEJ...

My name is Milowicz. Michał Milowicz - przedstawił się aktor. I dodał, że zdaniem jego żony, Bonda wybrali za wcześnie, bo on nie był na castingu.

Fot.: Instagram.com/katarzynamaciag_official/treści utworzone przez SJ, Instagram.com/misiekkoterski/treści utworzone przez SJ, Instagram.com/michal_milowicz/treści utworzone przez SJ, Instagram.com/paulina_holtz/treści utworzone przez SJ, Instagram.com/robertpattinsqqn, Instagram.com/weronikarosati



Na to się nie zgadza

Nie gryzła się w język, komentując słowa Agnieszki. – Nikt nie ma prawa wystawiać mi świadectwa z macierzyństwa na podstawie jednego zdania – napisała.

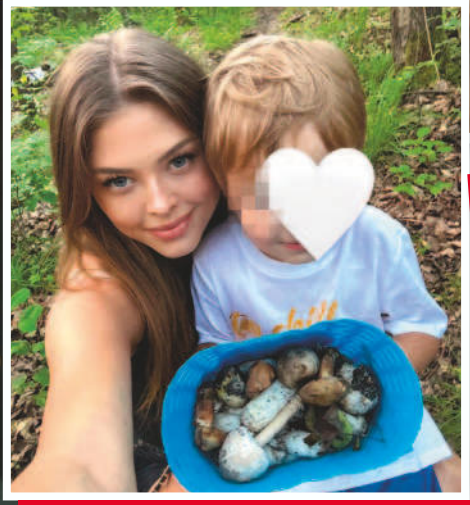


To była kość niezgody

Po krytyce ze strony Joanny i innych internautów, Agnieszka usunęła sporne zdjęcie.



W małżeństwie z Grzegorzem szukają momentów tylko we dwoje. – Bardzo często stawiamy siebie na pierwszym miejscu – zdradziła dziennikarka.



Jej oczko w głowie

W tym momencie czteroletni Vincent z małżeństwa z Antonim Królikowskim jest dla niej najważniejszy.

JOANNA OPOZDA WŚCIEKŁA NA AGNIESZKĘ HYŻY

» JEST SAMOTNĄ MAMĄ, więc dotknęły ją słowa psychologa Piotra Mosaka, który stwierdził, że nie warto rezygnować z miłości dla dobra dziecka. Joanna Opozda napisała na Instagramie: – Mój syn zawsze będzie u mnie na pierwszym miejscu, jest poza skalą. Do dyskusji włączyła się Agnieszka Hyży, która wpis o rodzinach patchworkowych opatrzyła grafiką wykorzystującą twarz Opozdy, co zdenerwowało samą zainteresowaną. Hyży tłumaczyła, że chciała przyciągnąć uwagę do ważnego tematu. Nie przekonała jednak aktorki, która z przekąsem skwitowała: – Najważniejsze, żeby się klikało! Szkoda tylko, że kolejny raz moim kosztem. Ostatecznie prezenterka usunęła sporne zdjęcie. **(JK)**

Fot.: East News, Instagram.com/agnieszka_hyzy (2), asiaopozda



25 października minął rok od dnia, w którym złożyli sobie przysięgę małżeńską.



Od codziennej prozy życia odrywają ich podróże. Ale czy to wystarczy? Ostatnio z okazji papierowych godów byli w Sewilli.



Nie zawsze tak bywa, ale w przypadku Katarzyny i Macieja wspólna praca ewidentnie służyła ich związkowi.

Zawładnęli Instagramem



Kiedyś konto instagramowe Katarzyny wypełniały zabawne filmiki z Maciejem....

SHOW extra

Oby te uśmiechy nie zbladły!

Miłości na pewno nie brakuje. Wiadomo jednak, że w małżeństwie trudniejsze chwile są nieuniknione.

Jej nic nie zatrzyma, jego zatrzymało życie…



Wspólna dekoratorska pasja

…teraz częściej widujemy na jej koncie projektanta wnętrz Jonatana Kilczewskiego.



Reklama w Sewilli

W hiszpańskiej Sewilli świętowała pierwszą rocznicę ślubu, ale o promocji swojej marki nie zapomniała.



Ponad ćwierć wieku

Od 26 lat nieprzerwanie gra w „M jak miłość". To jej stały port.

Katarzyna Cichopek i Maciej Kurzajewski

Kłopoty W RAJU?

Miłość kwitła, gdy łączyła ich także praca. Dziś podobno **nie wszystko układa się tak, jakby sobie tego życzyli…**

Jeszcze niedawno wydawali się parą, której nic nie jest w stanie rozdzielić. 25 października ubiegłego roku Katarzyna Cichopek i Maciej Kurzajewski powiedzieli sobie sakramentalne „tak". Ich spektakularny ślub i wesele w romantycznej scenerii Poleskiego Parku Narodowego trwały dwa dni. Zakochani wynajęli na wyłączność cały hotel w Urszulinie. Panna młoda olśniewała w trzech kreacjach, a pan młody postawił na klasyczną elegancję i garnitur z XIX-wiecznej pracowni Herse. To była uroczystość jak z bajki. Tyle że nawet najpiękniejsza miłość musi zmierzyć się z codziennością. A ta nie zawsze bywa łaskawa… – Kasia skarżyła się niedawno na planie „M jak miłość", że jej związek z Maciejem nie wygląda już tak, jak kiedyś – ujawnia w rozmowie z „Życiem na Gorąco" jeden z aktorów serialu TVP. – Maciek źle znosi utratę pracy w telewizji i boi się o swoją przyszłość. Zdarza mu się denerwować. Ostatnio zaczęli się sprzeczać, co kiedyś w ogóle nie miało miejsca – dodaje.

Podcast utknął

Kilka miesięcy temu małżonkowie przeżyli spory zawód. Polsat nie przedłużył z nimi kontraktu i po dwóch latach wspólnego prowadzenia „Halo, tu Polsat" musieli pożegnać się z anteną. Dla Macieja to szczególnie trudna sytuacja. Po raz pierwszy w karierze nie ma stałego miejsca w telewizji. A przecież praca zawsze była dla niego czymś więcej niż tylko źródłem dochodu. – Kocham moją pracę. Daje mi ogromną wolność, a jednocześnie zmusza do samodoskonalenia. Nie było takiego dnia, żebym jadąc do pracy pomyślał: „Boże, znowu muszę jechać do tej roboty!" – wyznał kiedyś prezenter.

Mógłby oczywiście rozwijać działalność w internecie. Dwa lata temu wspólnie z żoną zainicjował podcast „Serio?". Ostatnio jednak i ten projekt stracił impet, Katarzyna coraz więcej uwagi poświęca własnej firmie, rozwijając marki perfum i środków czystości, zaś jemu zabrakło motywacji. – Maciek nie ma już serca do tego podcastu i od kilku miesięcy niczego nowego nie nagrał. To nie to samo co wielkie studio telewizyjne, ogromny budżet i profesjonalny sprzęt. A on jest zwierzęciem telewizyjnym – zdradza nasz informator.

Dziś pozostały mu, przynajmniej na razie, tylko wspomnienia. Maciej może wprawdzie prowadzić eventy, ale – jak twierdzą osoby z otoczenia pary – to nie zaspokaja jego ambicji. – Nie dziwię się, że bywa sfrustrowany. Zwłaszcza że jego dopadły problemy zawodowe, a kariera Kasi ma się dobrze. To sprawia, że po dawnych motylach w brzuchu nie ma już śladu – słyszymy od kolejnej osoby.

Gdzie leży prawda?

Czy zawodowe niepowodzenia prezentera rzeczywiście odbijają się na ich małżeństwie? Sami zainteresowani mówią o swoim związku w superlatywach. Ale przecież nie wszystko, co dzieje się za zamkniętymi drzwiami, widać na zdjęciach. Gdy Katarzyna była jeszcze żoną Marcina Hakiela, również zapewniała o rodzinnej sielance. Nawet w czasie, gdy jej relacja z Maciejem miała już nabierać bardziej osobistego charakteru, publikowała uśmiechnięte rodzinne fotografie z podpisem „Rodzinny czas"… Czy tym razem uśmiechy także skrywają troski, o których małżonkowie wolą nie mówić?

SHOW Iwo Jedrzewski

Fot.: Akpa (2), Instagram.com/katarzynacichopek (5), Instagram.com/maciejkurzajewski

CO RÓŻNI CO ŁĄCZY

Perfekcyjna MANDARYNA

» RÓWNOLATKI I ZAPRACOWANE MAMY. Ostatnio było o nich głośno, gdy jedna przeprowadziła wywiad z drugą – choć prywatne życie obu jest w zasadzie otwartą księgą.

MAŁGORZATA ROZENEK-MAJDAN

Pochodzi z Warszawy. Zodiakalne Bliźnięta. Rocznik 1978.

Przez dziewięć lat uczyła się w państwowej szkole baletowej.

Obecnie w parze z mężem numer trzy - Radosławem Majdanem. Ma trzech synów.

Z wykształcenia prawniczka, zarabia jako prezenterka i celebrytka.

W 2016 roku wystąpiła z Radosławem Majdanem w pierwszej edycji „Azji Express".

MARTA WIŚNIEWSKA

Na świat przyszła w Łodzi 48 lat temu. Spod znaku Ryb.

Od trzeciej klasy podstawówki przez siedem lat tańczyła w zespole „Krajki".

Po dwóch dekadach od rozwodu wróciła do męża - Michała Wiśniewskiego. Mają dwoje dzieci.

Ukończyła szkołę kaskaderską. Została tancerką, wokalistką i celebrytką.

Z córką Fabienne wzięła udział w programie „Azja Express" jesienią 2024 roku.

Fot.: Akpa, East News



Kariera nie zając. Poczeka

Po kilkunastu latach pracy bez dłuższego urlopu uznał, że ma tego dość i potrzebuje roku, żeby się zregenerować.

Ważne, żeby być razem

Z synem partnerki i swoją córką z poprzedniego związku tworzą szczęśliwy patchwork.



To jest czas na miłość

Z Natalią Krakowską już się zaręczyli. Czy właśnie teraz zaplanują ciąg dalszy?



Wakacje z rodziną w Turcji dały mu w lipcu chwilę wytchnienia, ale on potrzebuje więcej wolnego.

PIOTR STRAMOWSKI JEST „PRZEORANY"...

» POTRZEBUJE CZASU NA RESET. Do kin trafił właśnie zbierający niezłe recenzje film, pt. „Przepis na święta", w którym zagrał główną rolę, a kolejne premiery czekają. Piotr Stramowski jednak jest już tym zawrotnym tempem zmęczony i w „halo tu Polsat" zapowiedział przerwę od aktorstwa. – Stwierdziłem, że niecały rok wolnego będzie okej. Moim narzędziem jest mój układ nerwowy, który już jest po prostu przeorany – wyjaśnił. Chce teraz wrócić do swej dawnej pasji – gra w tenisa. Ale uspokaja wierne fanki i fanów. – Paradoksalnie będzie mnie więcej, ponieważ zrobiłem bardzo dużo projektów. **(VK)**

Fot.: Akpa, Instagram.com/krakowszczanka, Instagram/piotrstramowski_official (2)

KARTKA Z KALENDARZA

2 grudnia 1981 r.



Słynny Klub Myszki Miki

Dorastała w miasteczku Kentwood w Luizjanie. Śpiewała w chórze kościelnym. W wieku 11 lat dostała się z castingu do programu dla dzieci i młodzieży „Klub Myszki Miki", który okazał się kuźnią przyszłych gwiazd popkultury.



Córka nauczycielki i spawacza

Ojciec, gdy Britney była dzieckiem, zmagał się z alkoholizmem i problemami finansowymi. Matka natomiast wspierała artystyczne ambicje córki, jeździła z nią na castingi do Nowego Jorku.



Płaciła na synów krocie

Opieka nad synami, dziś już dorosłymi Seanem i Jaydenem była głównym przedmiotem batalii rozwodowej z Federlinem, którą przegrała. Przez prawie dwie dekady płaciła 20 tys. dolarów miesięcznie alimentów.



Księżniczka popu nie chce śpiewać

Gigantyczny sukces sprawił, że ochrzczono ją następczynią Madonny, a że ta była „królową", Britney została „księżniczką". Po licznych próbach powrotu na scenę, w 2024 r. ogłosiła, że nigdy nie wróci do przemysłu muzycznego.

Miłość jak z horroru

Tancerza, Kevina Federline'a, poślubiła po trzech miesiącach znajomości, nie wiedząc, jak twierdzi, że rzucił dla niej narzeczoną, z którą miał już jedno dziecko, a drugie w drodze. Burzliwe małżeństwo przetrwało dwa lata.

Fot.: Getty Images (2), East News (4), Instagram.com/britneyspears



Fani krzyczeli: uwolnić Britney!

Ubezwłasnowolnienie odebrało jej prawo do decydowania o życiu prywatnym, karierze i majątku. Zmuszono ją nawet do antykoncepcji. Wreszcie, w 2019 r., nie wytrzymali jej fani i zaczęli organizować protesty pod hasłem #FreeBritney.

STO LAT, BRITNEY SPEARS!

» 45 URODZINY, A ŻYCIORYS JAK Z KILKU ODRĘBNYCH BIOGRAFII. Miała 16 lat, gdy hitem „...Baby One More Time" zdobyła światową popularność. Przed trzydziestką była już ikoną popu z milionami dolarów na koncie. Ale równie szybko jak pięła się w górę, spadała w dół… Ma za sobą załamania nerwowe, trwające 55 godzin małżeństwo z przyjacielem z dzieciństwa i dwa kolejne zakończone z hukiem, utratę praw rodzicielskich i niemal 14 lat ubezwłasnowolnienia. W 2021 r. odzyskała wolność, potem wydała bestsellerową autobiografię, a po ostatnim rozwodzie w 2024 r. ogłosiła, że poślubiła samą siebie. Trudno o bardziej burzliwy scenariusz. **(ZN)**



Kolejny historia bez happy endu

Tuż po pozbyciu się kurateli ojca, wyszła za mąż za trenera personalnego Sama Asghari. Marzyła o dzieciach i miłości aż po grób… Przed ślubem Sam podpisał intercyzę, a 14 miesięcy po ślubie złożył pozew o rozwód.



Jest na wznoszącej fali

Niedawno skończyła 30 lat, a na swoim koncie ma już wiele sukcesów, m.in. dwie Telekamery i wygraną w „Tańcu z Gwiazdami". Teraz czas na podbój Stanów?

Od idolki do przyjaciółki



Praca z Izabelą na planie netfliksowej „Zemsty", była dla Vanessy wielkim wyróżnieniem. - Podziwiam ją, odkąd zaczęłam marzyć o aktorstwie, a ona potraktowała mnie po partnersku, obdarzyła zaufaniem - mówiła.



Różnica wieku nie ma dla nich znaczenia. - Z nikim nie miałam takiego przelotu jak z Vanessą, choć jest w wieku mojej córki - zapewnia Kuna.

Ten sam partner... na parkiecie

U boku Michała Bartkiewicza Vanessa wywalczyła Kryształową Kulę. Teraz tańczy z nim Izabela.



VANESSA ALEKSANDER WDZIĘCZNA IZIE KUNIE

» NA PLANIE FILMU ZNALAZŁY PRZYJAŹŃ, która przetrwała ostatni klaps. A rady Izabeli Kuny sprawiły, że Vanessa Aleksander zaczęła realizować swój amerykański sen. – Obawiałam się zaryzykować. a Iza zmotywowała mnie do walki. Między innymi za jej namową w tym roku poświęciłam dużo czasu na przygotowania do castingów zagranicznych, pracy nad akcentem. Zrezygnowałam z niektórych propozycji tu na miejscu – wyznała aktorka. To zaowocowało tajemniczym projektem w USA, który właśnie zaczęła realizować i który ma trwać z przerwami przez dwa lata. A wszystko to dzięki dobrym radom przyjaciółki. **(ASMR)**

Fot.: East News, Akpa, Instagram.com/iza_kuna, materiały prasowe



Z ojcem swych dzieci jest już ponoć po rozwodzie. Przeżyli wspólnie ponad dwie dekady.



Meandry miłości

Z nowym partnerem zadebiutowała na czerwonym dywanie przy okazji premiery serialu „Lalka".



Sprawia wrażenie szczęśliwej i zakochanej. Czas zweryfikuje, czy to prawdziwa miłość czy kolejny romans?

AGNIESZKA GROCHOWSKA ZNOWU ZAKOCHANA!

» WRESZCIE SZCZĘŚLIWA. W miłości najważniejsze są dla niej zaufanie, zrozumienie i poczucie bezpieczeństwa. – Związek to coś, co daje podwójną siłę – podkreślała w wywiadach. Dwie dekady spędziła z reżyserem Dariuszem Gajewskim. Potem widywana była z przystojnym producentem filmowym, ale w połowie tego roku ich drogi niespodziewanie rozeszły się. Latem aktorka jedynie z pomocą dorastających synów – Henryka i Władysława – remontowała swoją nieruchomość w stolicy. Dziś uwagę przyciągają zdjęcia, na których wymienia czułości z kolejnym producentem filmowym, Jakubem Kosmą... **(BAJ)**



Wysoka cena sławy

Im dłużej jestem aktorką, tym bardziej obciążające jest dla mnie granie – mówi. Ale zawodu nie zmieni.

Bez entej potęgi

Nie wszystko może być na widoku. Nie mogę być osobą publiczną do entej potęgi – tłumaczy swą skrytość.

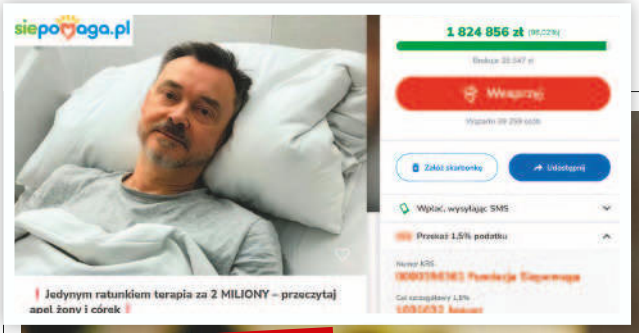
JEDNYM ZDANIEM

Mało brakowało, a syn **Marcina Gortata** nie zostałby Marcinem Juniorem – trzeba było awantury w USC, by maluch miał w paszporcie tak, jak ojciec wymyślił.

Marzenie o dużej rodzinie aktorka **Michalina Olszańska** konsekwentnie spełnia, rodząc kolejne dzieci – do jej córki i syna dołączyła właśnie następna panienka.

Napady lękowe, z którymi mierzy się aktorka **Marta Wierzbicka**, do czego się przyznała, mogą mieć korzenie w jej dzieciństwie naznaczonym alkoholizmem.

Fot.: East News, Akpa (2), Forum



Zbiórka dla Janusza Grzelaka odbywała się poprzez Fundację Siepomaga. Zebrano więcej, niż było trzeba.



Dramatyczny apel

Są w życiu chwile, gdy wszystko inne przestaje mieć znaczenie – mówiła załamana aktorka.

Liczyła na pomoc i ją otrzymała

Danuta Stenka odetchnęła z ulgą, widząc odzew obcych ludzi na jej prośbę o pomoc dla chorego męża.



Najtrudniejsza próba

Są małżeństwem od 38 lat. Teraz przyszło im zmierzyć się z najtrudniejszą próbą.

DANUTA STENKA ODZYSKAŁA NADZIEJĘ I ENERGIĘ DO WALKI!

» WYSTARCZYŁY NIESPEŁNA DWIE DOBY, żeby internetowa zbiórka na leczenie ciężko chorego męża Danuty Stenki zakończyła się sukcesem. 43 tysiące osób wpłaciło ponad dwa miliony złotych na terapię CAR-T dla Janusza Grzelaka, u którego zdiagnozowano agresywnego szpiczaka plazmocytowego. Aktorka wraz z córkami zaapelowała o pomoc, bo koszt nierefundowanego leczenia przekraczał możliwości rodziny. Jej poruszający apel udostępniali internauci i znajomi z branży. – Zryw waszych serc przerósł nasze najśmielsze oczekiwania, odzyskaliśmy nadzieję i energię do walki! – podziękowała wzruszona Danuta Stenka. **(AG)**

Fot.: Akpa, East News, Siepomaga.pl, Instagram.com/danutastenka_fp_official

GORĄCY TEMAT

SHOW extra

Krótka historia



Srebrne Jabłko to za mało

Przez wiele lat wydawało się, że małżonkowie są doskonale dopasowani. Otrzymali nawet wyróżnienie - Srebrne Jabłko miesięcznika „Pani".



Po cichu zakończyła swoje sprawy **z byłym mężem.**

Roma Gąsiorowska

Wreszcie odzyskała WOLNOŚĆ

W końcu zamknęła ten rozdział

Dwa lata czekała na orzeczenie rozwodu z Michałem Żurawskim. Od końca października jest wolna.

długiego rozwodu

Coraz dalej od siebie…

Różnice charakterów, problemy codzienne i wychowanie dzieci powoli odsuwały małżonków od siebie. W 2023 roku podjęli decyzję o rozstaniu.





Dla dobra dzieci

Gwiazda zawsze podkreślała, że wszystko, co robi, ma na celu szczęście jej córki i syna. To się nie zmieni.

Tata też jest ważny

Michał Żurawski cieszy się, że zgodnie z orzeczeniem sądu pozostanie w dobrym kontakcie ze swoimi dziećmi.



W tym roku odbyło się kilka posiedzeń w sprawie rozwodowej aktorów. Roma Gąsiorowska i Michał Żurawski rzadko stawiali się na nich osobiście. Najczęściej reprezentowali ich pełnomocnicy, ale to nie uniemożliwiało postępów w sprawie. Dlatego Sąd Rejonowy dla Warszawy Pragi przesłuchiwał kolejnych świadków powołanych przez strony oraz kuratora sądowego, który miał ocenić, jak powinna wyglądać dalej opieka sprawowana przez słynnych rodziców nad Jadwigą (12) i Klemensem (15). A skoro wszystko wydawało się posuwać dość mozolnie, to nikt nie spodziewał się tego, co nastąpiło pod koniec października.

Zaskakujący finał

– Na ostatniej sprawie został orzeczony rozwód Romy i Michała. Nie było wskazywania winy żadnej ze stron, oboje porozumieli się też w sprawie opieki nad synem i córką. Roma zmniejszyła też swoje oczekiwania finansowe względem byłego męża – zdradza nam przyjaciółka pary. Co ciekawe, zainteresowane strony, wbrew modzie panującej w polskim show-biznesie, nie zdecydowały się na żadne oficjalne obwieszczenia…

Przypomnijmy, że decyzja o rozstaniu pary zapadła pod koniec 2023 roku, po 14 latach wspólnego życia, i z pewnością nie była łatwa. W 2024 roku aktorka złożyła pozew o rozwód. – Masz rodzinę to jesteś odpowiedzialny za dzieci. A gdy jest alkohol… Ten temat był i jest problemem. Wtedy podejmuje się kolejne kroki, żeby sobie poradzić. A jeśli jesteś rodziną alkoholika, to też masz do wykonania ogromną pracę. Musisz działać razem z osobą, która ma coś do przerobienia. Samemu coś przerobić. Wykonywaliśmy tę pracę wszyscy razem. I dalej ją wykonujemy – przyznawała po czasie Roma Gąsiorowska, dając do zrozumienia, że były mąż nie był łatwym partnerem do tworzenia relacji.

W tamtym okresie aktorka miała już poukładane życie u boku nowego partnera, wydawała się coraz silniejsza i spokojniejsza. Michał Żurawski również odnalazł się w nowej rzeczywistości. A jednak przez dwa lata sprawa w sądzie nie mogła się zakończyć.

Terapia nie skleiła związku

Na rozprawach roztrząsano nie tylko sprawy majątkowe, ale przede wszystkim kwestie opieki nad dziećmi i alimentów. Przypomnijmy, że Żurawski długo miał żal do byłej żony. – Często mówił znajomym, że po rozstaniu Roma odseparowała go od syna i córki. A przecież, gdy jeszcze mieszkali pod jednym dachem, troszczył się o dzieci i był z nimi blisko – zdradzała nam nasza rozmówczyni. Roma ze swojej strony podkreślała, że wszystko robiła z miłości do dzieci i po prostu starała się je chronić przed trudnymi sytuacjami.

Ostatecznie sąd zadecydował o skierowaniu małżonków na terapię, która miała im pomóc poukładać trudne emocje i pomóc skupić się na tym, co ważne w osiąganiu porozumienia. Oczywiście, każdy odbywał ją osobno. A gdy kilka tygodni temu nastąpiło spotkanie aktora z synem i córką, była żona sama mogła się przekonać, jak silne więzy łączą ojca i dzieci. Od 26 października oboje mogą powiedzieć, że ostatecznie zamknęli dawny rozdział życia. Teraz czas na nowe i oby oboje znaleźli w nim swoje prawdziwe szczęście.



Teraz już wszystko ma pod kontrolą

Decyzja o rozstaniu z Michałem Żurawskim nie była dla niej łatwa. Na szczęście terapia pozwoliła jej poukładać sobie w głowie różne sprawy i zapanować nad silnymi emocjami.

SHOW Karolina Drabek

Fot.: East News (2), Akpa, Pap, Instagram/romanovak.art (2)

GORĄCY TEMAT

Zawsze pod RĘKĄ

SHOW extra



WAŻNIEJSZY NIŻ SZMINKA

Małgorzata Kożuchowska

Rzadko zmienia torebki, by nie przekładać do nich rzeczy, choć, jak mówi, nie nosi nic wyjątkowego: szminka, perfumy, balsam do ust, telefon. Ale jednej rzeczy nie może zabraknąć – żółtego markera.
– Mam go zawsze – twierdzi Małgorzata Kożuchowska, która zakreśla nim ważne kwestie w scenariuszach czy książkach.



Joanna Koroniewska

Chyba wie, co mówi…
– Damska torebka to połączenie szatańskiego labiryntu z węzłem gordyjskim! W swojej znalazłam kiedyś zużyty test ciążowy sprzed lat. Był pozytywny! – opowiada Joanna Koroniewska. Aktorka wyznała, że zawsze ma w torebce: rezerwowy stanik, lekarstwa, maszynkę do golenia, klucze i gotówkę.

NA WSZELKI WYPADEK

Powinna być od znanego projektanta albo domu mody, bo torebka gwiazdy jest jak deklaracja – **niby dodatek, a jednak manifest**. A także dyskretny świadek jej nocy i dni – widziała więcej niż paparazzi. Ponoć, im mniejsza, tym więcej pomieści. Aż korci, żeby zajrzeć do środka…



LUKSUS NA CO DZIEŃ

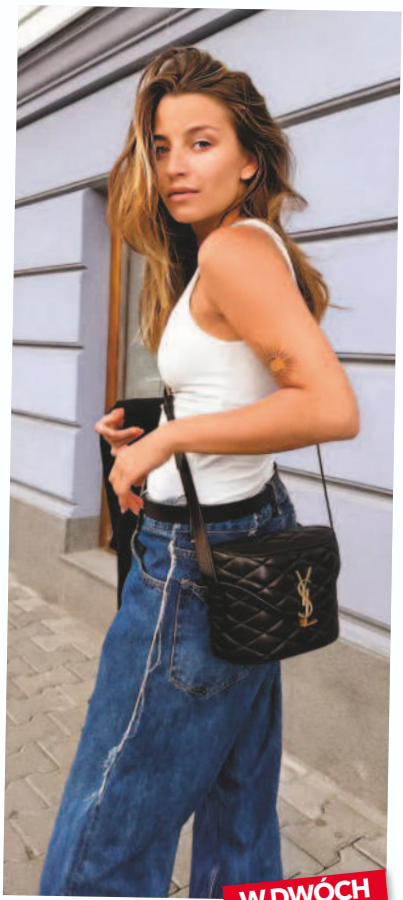
Agnieszka Woźniak-Starak

Swoich licznych luksusowych torebek prezenterka nie chowa w szafie na specjalne okazje, lecz używa na co dzień. – Noszę w nich praktycznie wszystko: książki, kosmetyki o silnym nawilżeniu, rolkę do czyszczenia ubrań, codzienne zakupy – wylicza Agnieszka Woźniak-Starak.

Marta Wiśniewska

Oprócz zwyczajowych kobiecych akcesoriów (krem do rąk, perfumy, portfel), Marta Wiśniewska zawsze trzyma w torebce kilka swoich zdjęć, by rozdawać je fanom. Obowiązkowo nosi też glukometr i zestaw rezerwowy do pompy insulinowej, bo jest chora na cukrzycę typu 1, z czego nie robi tajemnicy.





W DWÓCH TRYBACH

Julia Wieniawa

W zależności od tego, czy tylko wychodzi na jakiś czas z domu, czy wyjeżdża w trasę koncertową, wkłada do torebki inne rzeczy. Na co dzień Julia Wieniawa ma przy sobie pęk kluczy, puder, gumy do żucia, korektor, szminki, konturówki. W drogę pakuje: witaminy, inhalator, urządzenie do masażu szyi, tablet, słuchawki i opaskę na oczy.



KIESZEŃ CZASEM WYGRYWA

Katarzyna Figura

Czasem wychodzi bez... torebki. – Bardzo lubię wsadzać rzeczy do kieszeni – zdradza Katarzyna Figura. Bez względu na to, czy ma torebkę, czy nie, zawsze nosi przy sobie coś do nawilżania ust. – Nie wysychają i nie robią się taką kreską zołzy. Lubię mieć też kartę kredytową, trochę gotówki i okulary – dodaje.

Fot.: Akpa (7), Forum (2), East News, Instagram.com/juliawieniawa



Więcej pytań niż odpowiedzi

Aktor nie opowiadał dotąd o swoim życiu prywatnym zbyt wiele, ale sytuacja go do tego zmusiła. W ostatnim wywiadzie nawiązał do bolesnych spraw.

Siódemka na szczęście!

Z Agnieszką Kaczorowską od stycznia wracają ze spektaklem o swej miłości, pt. „Siedem".

SHOW extra

Marcin Rogacewicz

Gra na PRZECZEKANIE?

Trójki swoich **dzieci miał rzekomo nie widzieć od dwóch lat**, ale na kolejnej rozprawie z ich matką się nie stawił.

Ugodowo już było?



Wszystko w rękach sądu

Pani Maja złożyła pozew, bo jak twierdzi, eksmąż nie wywiązuje się z ugody rozwodowej.



Adresat mimo woli

Maciej Rogacewicz był zdziwiony, że brat podał w sądzie jego adres.





Dlaczego mówi, że nie widział syna?

Marcin dzielił się w sieci chwilami spędzonymi z synem, ale nigdy z nastoletnimi córkami.



Porozumienie dusz

Obecna ukochana aktora też jest po rozwodzie i ma dzieci. Wierzy, że partner poukłada swoje sprawy.

Po tym jak media doniosły, że w sądzie toczy się sprawa o ograniczenie mu praw rodzicielskich, długo tego nie komentował. Przemówił dopiero w podcaście „Z bliska". Najpierw Marcin Rogacewicz oznajmił, że żona rzekomo odeszła do innego, a potem wyznał, że doświadcza alienacji rodzicielskiej. – Kocham dzieci miłością największą i chciałbym się z nimi spotykać tydzień w tydzień. Od początku chciałem. Do dzisiaj czekam na dzieci – zapewnił aktor. Twierdzi, że od dwóch lat nie widział dwóch nastoletnich córek i 5-letniego syna. Tymczasem zimą sam pokazywał w sieci jak swego syna oraz córki partnerki uczył jeździć na nartach, a w maju paparazzi wypatrzyli go z chłopcem na rowerze.

Dlaczego zasłania się bratem?

Niedawno w sądzie odbyła się kolejna rozprawa dotycząca zmiany warunków rozwodowych i kolejny raz gwiazdor się nie stawił. Czy to możliwe, że nie dostał zawiadomienia? Niewykluczone. – Mój brat w odpowiedzi na pozew, który złożyła do sądu jego była żona, podał mój prywatny adres – wyjawił „Twojemu Imperium" Maciej Rogacewicz. – Szukała go u nas nawet pani kurator. Byliśmy bardzo zdziwieni, bo Marcin nie utrzymuje z nami kontaktu od ponad 12 lat, nawet nie był jeszcze w naszym domu. Podczas tamtej wizyty dowiedziałem się przy okazji, że brat od wielu miesięcy nie płaci alimentów i że próbuje je wyegzekwować komornik – podsumował brat gwiazdora.

SHOW Violetta Kraskowska

Fot.: Akpa, East News, Forum, Instagram.com/marcin_rogacewicz, Facebook.com/maciejrogacewicz

GORĄCY TEMAT

Joanna Krupa

Rozejm na URODZINY

Modelka zaprosiła eksmęża na przyjęcie ich córki, ale to niestety jedynie **chwilowe zawieszenie broni...**

Wzięli bajeczny ślub w Krakowie. Zaprosili tłum gości, urządzili huczne wesele. Wierzyli, że to na zawsze. Rok później na świat przyszła ich córka Asha-Leigh. Ale sielanka szybko się skończyła. W 2023 r. Joanna Krupa i Douglas Nunes ogłosili rozstanie, a ostatnio wyszło na jaw, że między byłym mężem a modelką wieje chłodem. Doszło do tego, że dawni zakochani dziś rozmawiają tylko przez prawników, a ona powiedziała wprost, że najgorszemu wrogowi nie życzyłaby takiej relacji.

A gdy niedawno, bo na początku listopada, świętowali siódme urodziny Ashy, tylko na chwilę zawiesili broń.

Pod okiem sądu

Gwiazda wyprawiła córeczce wielkie przyjęcie urodzinowe w swoim domu w Los Angeles. Pojawili się na nim przyjaciele rodziny, mama modelki oraz Douglas Nunes. Rodzice wspólnie podali jedynaczce imponujący tort. Stali przy niej, gdy pomyślała sobie życzenie i zdmuchnęła świeczki. Na twarzach całej trójki pojawiły się uśmiechy. Choć ten na twarzy pani Joanny wyglądał, jakby tuszował smutek. – Szczęście mojej córki zawsze było i będzie dla mnie najważniejsze. To były jej urodziny i uważam, że każde dziecko zasługuje na to, aby móc świętować tak wyjątkowe chwile w obecności obojga rodziców – powiedziała mediom po przyjęciu Joanna Krupa. Ale zaraz potem dodała: – Nie oznacza to jednak, że wszystkie trudności między nami zostały rozwiązane. Sprawy dotyczące opieki nad córką są obecnie przedmiotem postępowania sądowego.

Konflikt pani Joanny z ojcem Ashy zaostrzył się po jej ostatniej wizycie w Polsce, kiedy modelka nagle trafiła do szpitala. Z tego powodu wróciła do Los Angeles kilka dni później. To wystarczyło, by były mąż znów przysporzył jej wielu nerwów.

Zawsze jakiś dramat

– Podczas gdy zmagałam się z bólem fizycznym i emocjonalnym, zostałam oskarżona o kłamstwo na temat mojego pobytu w szpitalu. Usłyszałam również, że zmieniłam lot z piątku na poniedziałek tylko po to, aby zatrzymać moją córkę w Polsce o trzy dni dłużej. Zamiast skupić się na powrocie do zdrowia, musiałam udowadniać, że naprawdę byłam w szpitalu – opisała sytuację w sieci, zamieszczając filmik ze szpitalnego łóżka.

Od tego czasu 47-latka rozmawia z byłym mężem tylko przez prawników. – Ja wiem, że jestem bardzo dobrą matką, chcę jak najlepiej dla mojej córeczki. Takie kontrole nikomu nie pomagają. Po co mieć między sobą takie niefajne relacje, jak możemy się dogadać? Co roku Asha jeździ ze mną do Polski, spędzam tutaj sześć tygodni. Więc co się zmieniło? Nic się nie zmieniło! Ale jak chcę gdzieś z nią wyjechać, to muszę pytać, czy mi pozwoli ją zabrać. I zawsze się boję pytać, bo zawsze jest jakiś dramat – opowiada z bólem. Czuje, że były partner robi to wszystko, by ją skrzywdzić, ale nie rozumie, czym sobie na to zasłużyła. – Próbuję robić wszystko, żeby te relacje były przyjemne, ale więcej już nie dam rady robić – mówi ze łzami.

SHOW Agata Konopka

Trudne konsekwe



Czasem słońce, czasem deszcz...

Po rozwodzie stanęła na nogi, ale nie udaje, że wszystko jest proste. Jak to w życiu bywa, jedne dni są lepsze, inne trudniejsze. Najważniejsze jednak, że ma dla kogo być silna.



A było tak pięknie...

Był cudowny ślub, ale bajka nie trwała długo. Dziś już nie patrzą w jednym kierunku, a ich drogi całkowicie się rozeszły.



Czułości nigdy zbyt wiele!

Gwiazda od lat słynie z ogromnej empatii wobec zwierząt. Tę wrażliwość przekazuje także córeczce - z powodzeniem!



Gotowanie na śniadanie

Stara się, by mimo wszystko w jej domu było wesoło, częstym gościem jest u niej siostra, Marta. Gotowanie na sześć rąk, to jest to!

Fot.: East News (3), Instagram.com/joannakrupa (3)

ncje rozwodu

SHOW extra



Świętownie ponad podziałami

Na przyjęciu Ashy byli oboje rodzice i robili dobrą minę do złej gry.







Szczęście córki jest dla mnie najważniejsze

Choć dla Ashy potrafi odłożyć emocje na bok, przyznaje, że relacje z byłym mężem są dalekie od spokojnych. Mimo wszystko chciałaby znaleźć z dawną miłością choćby cienką nić porozumienia.

GORĄCY TEMAT



Klamka już zapadła!

Z Magdaleną odwiedził w krótkim czasie dwóch jubilerów. Skończy się zaręczynami?

Kto nie ryzykuje, nie pije

Flirt prosto z planu

W serialu „M jak Miłość" zagrali kochanków, a potem zostali parą prywatnie.

Jego na wierzchu

Nade wszystko ceni sobie w życiu wolność i ani myśli dostosowywać się do oczekiwań innych.

Już nic nie stoi na przeszkodzie, by aktor powtórnie stanął na ślubnym kobiercu. **Ale czy jest gotów złożyć deklarację i stracić dopiero co odzyskaną wolność?**

SHOW extra

Maurycy Popiel

Czego szukał U JUBILERA?

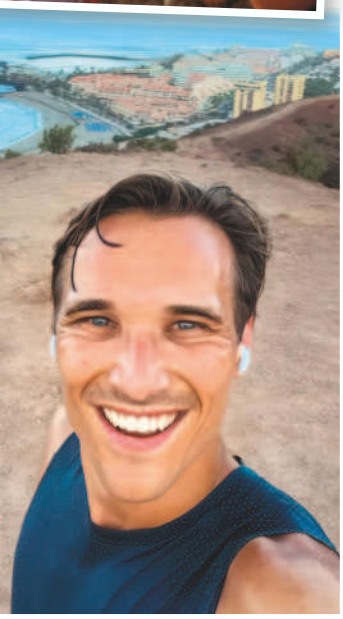
Odkładany wspólny urlop

Aktor rok zwlekał z realizacją vouchera, który otrzymał na zakończenie swojej przygody z „Tańcem z Gwiazdami". Do Hiszpanii zabrał Magdalenę.

Fot.: East News, materiały prasowe TVP, Instagram.com/maurycy_popiel, Instagram.com/dwurzynska, Instagram.com/issma







Gwiazdor „M jak Miłość” trzy miesiące temu zakończył wieloletni związek z aktorką Izabelą Warykiewicz Była już żona Maurycego Popiela utrzymuje, że głównym powodem ich rozstania było to, że w ich małżeństwie zrobiło się „za ciasno”. Rozwód mocno przeżyła, musiała przejść terapię, by odzyskać równowagę. Ale ta sytuacja może nie być zero-jedynkowa. Aktor w jednym z wywiadów ujawnił, że on również po rozstaniu potrzebował pomocy terapeutycznej. – Żeby poukładać sobie pewne rzeczy w głowie i żeby zobaczyć, że wszystko zależy ode mnie – tłumaczył w podcaście „Dobrze powiedziane”.

Nowa jakość życia

Droga do szczęścia Maurycego Popiela była kręta. On sam spuszcza na to zasłonę milczenia, mimo iż nadal plotkuje się, że ma słabość do koleżanek z planów filmowych. Swego czasu łączono go z Emmą Giegżno, z którą wystąpił w „Matyldzie”, ale ich drogi po cichu się rozeszły. Od dłuższego czasu aktor widywany jest w towarzystwie Magdaleny Dwurzyńskiej, z którą gra w „M jak Miłość”. To właśnie ona kibicowała mu za kulisami „Tańca z Gwiazdami”, gdy był jeszcze żonaty. Teraz nie muszą ukrywać już łączącej ich zażyłości.

Decyzja podjęta?

Paparazzi wypatrzyli zakochanych w butiku z biżuterią. Pani Magda wydawała się pożerać wzrokiem błyskotki. Ale czy przekonała swego partnera, by się wykosztował? Trudno wyrokować. Wychodząc od jubilera, żadnego pakunku nie niosła w ręce, zaś Maurycy Popiel nie wydawał się zainteresowany kontynuacją tematu. Zanurzył się w telefonie, gdy jego partnerka miała głowę w chmurach. Czas pokaże, na jaki poziom wzniosła się ich relacja i czy w końcu pojawi się jakaś deklaracja…

SHOW Sandra Zawiejska

Wyjątkowe wydanie na Boże Narodzenie



DODATEK KULINARNY
Sprawdzone przepisy na pyszne Boże Narodzenie

ŚWIĄTECZNE NAKLEJKI W PREZENCIE!



11 wzruszających historii

- Świąteczne zwyczaje na świecie
- Bajeczne dekoracje
- Z wizytą u Świętego Mikołaja
- Domowy salon piękności
- Zdrowe święta pełne magii

W SPRZEDAŻY OD 5 LISTOPADA

Agnieszka Hyży

Walczę o czas TYLKO WE DWOJE

Nie cierpi lukrowania rzeczywistości i szczerze mówi, że **nie wie czy za pięć albo dziesięć lat nadal będzie z mężem**. Ale nie zapomina dbać o tę relację, chociaż to szczęście dzieci jest dla niej najważniejsze.



Nie ukrywa, że łączenie pracy przy programach „Halo, tu Polsat" i „Twoja Twarz Brzmi Znajomo" z wychowywaniem dzieci wymaga dobrej organizacji i świadomego ustalania priorytetów.

Śledząc Pani karierę, obowiązków Pani nie brakuje. Jak Pani to godzi z życiem rodzinnym?

Jestem bardzo aktywna zawodowo, ale przede wszystkim jestem mamą, która nie jest oderwana od rzeczywistości. Dzieciaki chodzą do szkoły, a więc moim priorytetem jest zaopiekowanie się nimi. W konsekwencji mam mało przestrzeni na swoje życie.

Nie walczy Pani o wykrojenie chwili?

Jedyny czas, o który walczę i zawsze będę, to ten spędzany tylko z moim mężem. W pewnym momencie musimy gdzieś wyjechać we dwoje, żeby nie zwariować. Póki starczy mi sił, by tak intensywnie funkcjonować, to będę tak żyła.

Nie ma Pani wrażenia, że Rok szkolny to wyzwanie nie tylko dla uczniów, ale także dla ich rodziców? Jak wygląda to w Pani domu?

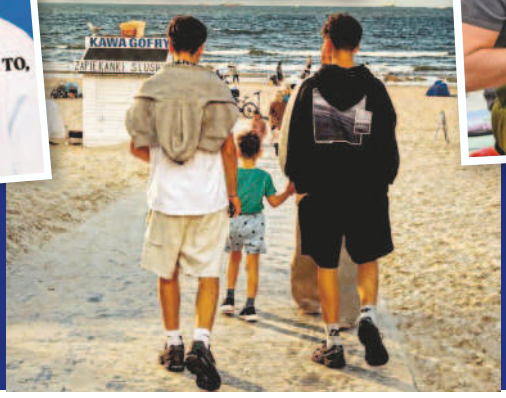
Tak, myślę, że dla rodziców, którzy są zaangażowani w życie swoich dzieci i traktują tę rolę poważnie, rok szkolny to rzeczywiście spore wyzwanie. Ja do nich należę, choć nie jestem zwariowaną matką, która chce, żeby jej dzieci miały same piątki i szóstki oraz przynosiły czerwone paski. Absolutnie nie. Wiem przecież, w jakich czasach żyjemy. Podstawa programowa jest moim zdaniem kompletnie niedostosowana do dzisiejszych czasów, technologii i rynku pracy. A przecież chodzimy do szkoły po to, żeby dowiedzieć się czegoś o świecie i przygotować się do naszego przyszłego zawodu. Do tego dochodzi dobrostan dzieci, który wiemy, jak wygląda. Czuję więc, że pierwszego września wróciłam do szkolnej ławki, ale przede wszystkim do tych wszystkich rzeczy, z którymi musimy się zmagać: organizacji czasu, planu lekcji, zajęć dodatkowych i przede wszystkim zaopiekowania dziećmi, żeby były szczęśliwe i bezpieczne. Żeby dobrze się czuły. A to, jak będą sobie radziły

Jej świat nie jest czarno-biały



W szkole nie była prymuską, ale nauczyciele wiedzieli, że wygadana Agnieszka w życiu sobie poradzi.

Choć chętnie opowiada o wyzwaniach związanych z budowaniem szczęśliwej patchworkowej rodziny, nigdy nie publikuje kadrów z twarzami dzieci, które z Grzegorzem wychowują.





Program śniadaniowy „Halo, tu Polsat" prowadzi z Maciejem Rockiem.

Zdecydowanie nie jest fanką jesieni, ale uwielbia grzybobranie.





Z mężem, wokalistą Grzegorzem Hyżym, muszą raz na jakiś czas wyjechać tylko we dwoje. Kochają m.in. Włochy.

w szkole, szczerze mówiąc, jest dla mnie na drugim planie.

A jak wspomina Pani swoje szkolne lata? Była Pani pilną uczennicą?

Wspominam je bardzo pięknie i trochę sobie tego zazdroszczę. Jest mi przykro, że moje dzieciaki nie mogą już doświadczyć tej absolutnej beztroski, braku technologii i dużego luzu, który wtedy był. Zupełnie innego niż dzisiaj. Myślę, że był też dużo większy szacunek do szkoły. Brakuje mi tego i wspominam to bardzo dobrze. Nie byłam superpilną uczennicą. Byłam dziewczyną, która skupiała się na tym, co ją interesuje. Ponieważ zawsze byłam wygadana i ogarnięta, to tam, gdzie czegoś nie umiałam, po prostu to zagadałam i jakoś poszło. Są przedmioty, z których dzisiaj na pewno nie zdałabym nawet egzaminu ósmoklasisty. Jakoś jednak skończyłam szkołę, bo byłam wybitna w jakiejś innej dziedzinie życia i tym nadrabiałam. Na szczęście spotkałam pedagogów, którzy przymykali oko, bo wiedzieli, że Agnieszka po pierwsze sobie poradzi w życiu, a po drugie powinna rozwijać się w tym, w czym jest dobra.

Wspomniała Pani o trudnościach współczesnej edukacji. Jak dziś przekonać dzieci, że szkoła jest im potrzebna?

Dzieci nie rozumieją dzisiaj konieczności chodzenia do szkoły. Mamy szkoły w chmurach, nauczanie domowe, ChatGPT. Dzisiaj głównym problemem rodziców jest po prostu wytłumaczenie dzieciom, dlaczego szkoła jest potrzebna. Rozumiem, że one powątpiewają i poddają to pod dyskusję, bo robiłabym dokładnie to samo. Sama zaczynam się zastanawiać, czy instytucja szkoły jest właściwie niezbędna w ich życiu.

Czy macierzyństwo wciąż odgrywa w Pani życiu rolę najważniejszą?

Myślę, że absolutnie najważniejszą. Nigdy nie byłabym tak szczęśliwa w pracy, gdybym nie miała życia prywatnego. Pewnie też nie byłabym tak spełnioną i szczęśliwą mamą, gdybym nie miała odskoczni w postaci życia zawodowego. Lubię ten balans. Nie dopasowuję wszystkiego do pracy. Staram się pracę dopasować do mojej roli mamy. To absolutny priorytet. Na szczęście wybrałam taki zawód, żeby móc spędzać jak najwięcej czasu z bliskimi. Praca pozwala mi też często zabierać ich ze sobą i to jest miły dodatek.

Powiedziała Pani o tym, jak ważny jest czas spędzony tylko z mężem. Czy jesteście tzw. „power couple"?

Nie lubię określenia „power couple", bo od razu kojarzy mi się z wielkimi deklaracjami na okładkach magazynów, które potem kończą się oświadczeniem o rozstaniu. Jesteśmy parą od dwunastu lat, a od jedenastu małżeństwem. Także rodziną patchworkową, co jest czymś zupełnie innym, bo liczba bodźców i „triggerów", które mogą sprawić, że coś się nie uda, jest jeszcze większa niż w takiej tradycyjnej parze. Oczywiście, że się wspieramy. Oczywiście, że się kłócimy i denerwujemy na siebie. Czasami lubimy się bardziej, czasami mniej. Czasami wraca wielka miłość, a czasami lepiej zejść sobie z drogi, żeby się wzajemnie nie drażnić.

> „Nie lubię określenia „power couple", bo kojarzy mi się z wielkimi deklaracjami na okładkach magazynów, które kończą się oświadczeniem o rozstaniu."

No tak, rzeczywistość każdej pary jest podobna. Życie to nie film...

Nie cierpię lukrowania rzeczywistości, wrzucania wyłącznie romantycznych zdjęć i pokazywania się jako cudowna, wspaniała rodzina, bo to po prostu nie jest prawda. Nigdy w to nie uwierzę. Nie złożę nikomu deklaracji, co będzie za pięć czy dziesięć lat. Nawet jeśli kiedyś coś byłoby nie tak, nie przekreślałoby to wielu lat naszego pięknego, fajnego życia ani prawdziwości naszych uczuć. Na pewno jesteśmy parą, która mimo obowiązków zawodowych i dzieci spędza czas tylko we dwoje. Dużo o tym mówię. Polecam to wszystkim parom – zarówno tym z dziećmi, jak i bez nich. Trzeba po prostu walczyć o czas we dwoje.

Czego dziś chciałaby Pani sobie życzyć najbardziej?

Jest jedna rzecz, której sobie życzę – zdrowie. Jeśli chodzi o całą resztę, to wiem, że sama ją sobie załatwię.

SHOW Marika Gorczyńska/Akpa

Fot.: Akpa (2), Instagram/agnieszka_hyzy (4)

SUPERLOOK SHOW



Z różowym akcentem

Kardigan plus dżinsowa ołówkowa spódnica to baza, której trudno nie lubić (wysmukla nogi!). Różowe baleriny i złociście połyskujące akcenty dodają dziewczęcego uroku.



Sweter. ONLY, 169 zł
Kolczyki. BY DZIUBEKA, 69 zł
Spódnica. LEVIS, 144 zł
Bransoletka. BONPRIX, 59 zł
Baleriny. PARFOIS, 199 zł



Wysoka talia, wysoki styl

Z tym swetrem eleganckie spodnie wyglądają mniej formalnie. Kolczyki rozświetlają, a zamszowe botki szykownie domykają całość.



Sweter. GATE, 139 zł
Kolczyki. VEZZI, 89 zł
Spodnie. JDY, 139 zł
Torba. OCHNIK, 249 zł
Botki. OCHNIK, 369 zł



MAGDALENA BOCZARSKA (47)

Aktorka wybrała różowy sweter w romby i zrobiła z niego gwiazdę wieczoru. Zestawiła go z białymi dżinsowymi spodniami oraz połyskującymi dodatkami i – strój na imprezę gotowy! Okazuje się, że taka góra jest znakomitą bazą do stylizacji, w których casual modnie przeplata się z elegancją. Brawo!

Fot.: Akpa, materiały prasowe (25)

Styl pełen... ROMBÓW







Z subtelną nutą pin-up

Z daleka wyglądają jak spódnica, a to przecież superwygodne spodnie – sprytnie. Lakierowane dodatki przywołują klimat z lat 50.



Sweter. **VILA**, 179 zł
Spodnie. **DIVERSE**, 169,99 zł
Opaska. **ILIKO**, 9 zł
Torba. **CALL IT SPRING**, 259 zł
Czółenka. **ZING**, 255 zł

A może na... galowo?

Do satynowej, lekko rozkloszowanej spódnicy dorzuć dopasowany sweter, srebrne szpilki i już robi się wieczorowo. Do stroju pasuje również minimalistyczna torebka.





Sweter. **BROOKSHIRE**, 299 zł
Spódnica. **ZIZZI**, 189 zł
Pierścionek. **BIJOU BRIGITTE**, 39 zł
Torebka. **PARFOIS**, 129 zł
Szpilki. **EVEN&ODD**, 111 zł





Sportowa odsłona

Szerokie dżinsy dają swobodę, a kardigan trzyma styl. Dorzuć sneakersy, torbę z denimu i złote kolczyki – „kropkę nad i" tego stroju.



Sweter. **WÓLCZANKA**, 299 zł
Spodnie. **S.OLIVER**, 179 zł
Kolczyki. **BONPRIX**, 52 zł
Torba. **PARFOIS**, 129 zł
Sneakersy. **ZARA**, 129 zł



W stylu Top Gun

Agnieszka Woźniak-Starak (47) udowadnia, że kultowy kształt męskich aviatorów, kojarzony dotychczas głównie z modelami przeciwsłonecznymi, rewelacyjnie sprawdza się w wersji korekcyjnej dla pań! Te oprawki dodają stylizacji lekkości i wielkomiejskiego szyku.



Geometria jest super!

Grube, wyraziste, czarne oprawki o mocno zarysowanym kształcie prostokąta stanowią dominujący akcent wizerunku Danuty Stenki (65). Taki model doskonale komponuje się z krótką fryzurą. To propozycja dla kobiet, które okularami chcą podkreślić swój charakter oraz intelektualny szynt.

Okulary DODAJĄ SZYKU!

TRENDY 2024

Trzy gwiazdy, trzy różne style i oprawki, które kradną całe show. Bo czasami jeden dobrze dobrany dodatek potrafi zrobić lepszą robotę niż cały sztab stylistów!

Fot.: Akpa, East News (2), materiały prasowe (5)



Kolor ma znaczenie

Agata Młynarska (61) pokazuje, że kolorowe oprawki, to najprostszy trik na odmłodzenie i rozświetlenie twarzy. Zakładając tak wyrazisty model, zrezygnuj z mocnej biżuterii – niech okulary będą główną ozdobą.

W twojej kosmetyczce



1. Kompres na oczy, na ciepło lub zimno, **DEMOXOFT**, 30 zł; 2. Jedwabna opaska z dodatkową warstwą zaciemniającą, **THE MORNING AFFAIR**, 299 zł; 3. Krem od oczy i na powieki, **DERMIKA**, 55 zł; 4. Lekki błyszczący cień do powiek, **E.L.F.**, 35 zł; 5. Krem pod oczy z witaminą B3, **ZIAJA**, 15 zł

REKLAMA

NOWOŚĆ

Bielenda

honey glaze



MIÓD MANUKA

PROTEINY MLEKA

PDRN Z RYŻU

CERAMIDY

Glow it like honey!

Honey Glaze to inspirowany **koreańską pielęgnacją** rytuał pełen otulających tekstur i efektu **glow & glass skin.**

Tylko tu! ROSSMANN Moja Drogeria. i na **bielenda.com**

SPRAWDŹ WSZYSTKIE PRODUKTY



Rytuały piękna z całego świata

Zainspiruj się sposobami kobiet z odległych zakątków na to, jak dbać o urodę. Czerpią one z tego, co naturalne i sprawdzone. Poznaj tradycyjne składniki i receptury, dzięki którym skóra stanie się gładsza, a włosy nabiorą blasku.

Olej kokosowy

• Słynące z pięknych włosów Brazylijki stosują do ich pielęgnacji ten olej, który formą przypomina masło. Działa regenerująco, odżywczo, bakteriobójczo. Zawiera żelazo i witaminy E, K. Uzupełnia ubytki w łuskach włosowych, sprawiając, że pasma stają się gładkie aż po końce. Roztarty w dłoniach sprawdzi się też do pielęgnacji ciała zamiast balsamu, wygładzenia np. łokci.



Masaż gua sha

• Pochodzi z Chin. Usuwa obrzęki i wygładza. Wyjętą z lodówki płytką gua sha, np. z różowego kwarcu, masuj dekolt od nasady piersi wskos ku ramionom i boki szyi do podbródka (pomiń tarczycę). Potem przesuwaj płytkę od czubka brody do ucha. Wklęsłym brzegiem masuj policzki w kierunku ucha i czoło: od nosa do nasady włosów, a następnie na boki. Nos masuj w dół, usta okrężnymi ruchami, skórę wokół oczu od zewnętrznego kącika do wewnętrznego. Każdy ruch zrób 10 razy.



Glinka jak detoks

• Glinki wykorzystywane są w wielu kulturach. Jedną z najsłynniejszych jest marokańska glinka rhassoul pomocna w oczyszczaniu skóry, także głowy. Usuwa toksyczne substancje, myje bez podrażniania i oddaje skórze to, co ma cennego - minerały np. magnez i żelazo. Wystarczy zmieszać ją z wodą, hydrolatem i kosmetyk gotowy.

Fot.: Adobe Stock (3)

Ale cudne OCZY!

Gdy umiejętnie dobierzesz kolory kosmetyków do powiek, oczy nabiorą blasku i wyrazistości. Niby nic odkrywczego, ale ta zapomniana technika wraca do łask!

Ten trend nosi nazwę eyemaxxing, a lansują go teraz wizażyści oraz influencerki. Robi furorę, ponieważ w prosty sposób pomaga wybrać odcień kosmetyku, który najlepiej podbija tęczówkę. Jak to działa? Tu należy oprzeć się tzw. kole barw. Odszukaj na kole kolor swojej tęczówki. Kolory leżące po przeciwnej stronie koła, dadzą maksymalny efekt podkreślenia tęczówki, a te leżące obok – stworzą bardziej harmonijny look. Tak działaj, dobierając cienie, kredki, eyelinery, a nawet mascary. **Niebieskie tęczówki** najpiękniej podkreślą kosmetyki w kolorze np. ciepłego brązu, mlecznej czekolady, delikatnej pomarańczy, miedzi, brzoskwini, szampana, fioletu. Oczy zielone zagrają np. z barwami burgunda, śliwki, złota, pudrowego różu oraz fioletu.

Gdy masz oczy brązowe, orzechowe lub miodowe, twoje tęczówki nabiorą blasku dzięki np. kosmetykom fioletowym, bordowym, burgundowym, kobaltowym oraz w odcieniach morskiego niebieskiego.

Gdy oczy są szare, sięgaj po cienie, konturówki, eyelinery, tusze – szarobrązowe, w odcieniu przydymionego różu, butelkowej zieleni, śliwki, mięty.

Polecamy kosmetyki



1. Krem na noc Odnowa PDRN, BIOTANIQE, ok. 60 zł 2. Esencja do twarzy w formie pianki Bubble essence, ESSENHERB, ok. 90 zł 3. krem naprawczy Antiageing Oilage, DERMEDIC, to nocny eliksir przywracający skórze gęstość, ok. 67 zł

Fot.: Materiały prasowe (3)

REKLAMA

NOWOŚĆ

tołpa.®
dermo shots

dermo precyzja
i moc działania.

po 1 użyciu:
+31%
nawilżenia*

po 1 użyciu:
-78%
szorstkości*

skóra jak po dobrze przespanej nocy
3 noce*
do regeneneracji

tołpa.
dermo shots
BARRIER RESCUE
serum barierowe
-78% redukuje szorstkość po 1 użyciu
w 5 minut koi skórę
mikrosomy, 5% PDRN complex, 4 ceramidy, ektoina

HYDRO SURGE
serum nawilżające
BARRIER RESCUE
serum barierowe
VITA BRIGHT
serum rozjaśniające
WRINKLE RESIST
serum peptydowe
REBUILD & DE-STRESS
krem
max-regenerujący

dermokosmetyczna ekspertyza.
Celowane działanie i maksymalne efekty dzięki dermo-shots formułom z efektywnymi stężeniami składników.

w 14 dni*
mniej widoczne przebarwienia

po 1 użyciu:
+14%
gładkości*

*badania aparaturowe, maksymalne wyniki

Tylko tu
ROSSMANN
Moja Drogeria
i na tolpa.pl

odkryj pozostałe produkty



Guma do żucia zastąpi szczotkowanie po posiłku? Nie, ale pobudza wydzielanie śliny, która neutralizuje kwasy i wypłukuje resztki jedzenia, chroniąc przed próchnicą.

Wstydliwe pytania DO DENTYSTY

Masz ich co najmniej kilka, ale obawiasz się je zadać? Niepotrzebnie. Warto być dociekliwą! To zawsze wychodzi na dobre.

Każdy powinien odwiedzać stomatologa co najmniej dwa razy w roku, żeby sprawdzić, czy nie ma ubytków, i usunąć kamień nazębny, czyli wykonać skaling. Pewnie nieraz przychodziły ci wtedy do głowy pytania o zdrowie jamy ustnej, ale krępowałaś się je zadać. My zrobimy to za ciebie.

Dlaczego niektórzy mają zdrowe zęby, choć o nie wcale nie dbają? To głównie zasługa genetyki i składu śliny. Część osób ma naturalnie wyższy poziom wapnia w ślinie i bardziej zasadowe pH, co chroni zęby przed próchnicą. Prawidłowy zgryz i luźniejszy układ zębów utrudniają bakteriom gromadzenie się na szkliwie.

Lepiej używać pasty bez fluoru? Słyszy się opinie, że fluor szkodzi i może wywoływać osteoporozę czy zaburzenia pracy nerek. To prawda, ale tylko wtedy, kiedy fluor trafia do organizmu przez przewód pokarmowy. Pasta z fluorem działa zewnętrznie, nie połykasz jej, dlatego pozostaje najskuteczniejszym sposobem zapobiegania próchnicy. Bez obaw stosuj pasty z zawartością co najmniej 1000 ppmF.

Czy pastę do zębów trzeba zmieniać? Tak, potwierdza to wielu stomatologów. Nie powinnaś stosować tej samej pasty latami. Warto co miesiąc, dwa lub trzy zmieniać producenta, bo dzięki temu szczotkowanie zębów pozostaje przyjemne, a ty robisz to chętniej i skuteczniej.

Szczoteczka soniczna czy elektryczna? To kwestia indywidualnych preferencji. Szczoteczki soniczne wykonują do 31 tys. ruchów na minutę, a elektryczne ok. 7,5 tys., dzięki czemu soniczne lepiej czyszczą przestrzenie między zębami i są delikatniejsze dla dziąseł. Elektryczne są tańsze i łatwiej się do nich przyzwyczaić. Soniczna sprawdzi się lepiej, kiedy masz wrażliwe dziąsła, kamień nazębny albo aparat ortodontyczny.

Dentysta zauważy, że nie umyłam tego dnia zębów? Tak, dentyści łatwo rozpoznają regularnie szczotkowane zęby. Już 4 godziny po umyciu tworzy się na nich płytka nazębna z bakteriami odpowiedzialnymi za próchnicę i choroby przyzębia. Im dłużej zęby nie były myte, tym płytki jest więcej, aż w końcu twardnieje i zmienia się w kamień nazębny. Nieumyte zęby łatwo rozpoznać też po zapachu.

Dlaczego ósemki sprawiają tyle problemów? Nie wszystkim. Znaczenie ma wielkość szczęk i miejsca na swobodne wyrżnięcie zęba. Ósemki, które nie mogą przebić się przez dziąsła lub rosną w niewłaściwym kierunku trzeba usunąć.

Fot: Adobe Stock



Spokój... i to bez TABLETKI

Joga i medytacja nie są dla ciebie? Skorzystaj z innych, prostszych metod, które pomogą ci ukoić emocje.

W sytuacjach kryzysowych i stresujących często działamy „z automatu". Zamiast oceniać emocje albo od nich uciekać, warto je po prostu zauważyć, przejść z reakcji w obserwację. To pomaga się uspokoić. Co jeszcze podziała kojąco?

Biały szum to aplikacja przeznaczona do uspokajania i usypiania płaczących dzieci. Ale szum działa także na dorosłych! Ułatwia zasypianie, pomoże ukoić nerwy po ciężkim dniu, zrelaksuje. Wystarczy ściągnąć ją na telefon. Do wyboru są m.in. fale morza i oceanu, wiatr w górach, odgłosy natury i przyrody, deszcz, ćwierkanie ptaków.

Qigong to chińska metoda oczyszczania się z toksycznej energii. Mówi się o niej, że jest jak deszcz, który obmywa nas od środka... Poleca ją terapeutka Katarzyna Kucewicz w książce „Kobiety, które czują za bardzo". Przykładowe ćwiczenie: wyobraź sobie, że przenosisz trudne emocje z wnętrza na powierzchnię skóry. Rozstaw stopy i ugnij kolana. Delikatnie wibruj i drgaj, jakbyś chciała otrząsnąć ciało z napięcia, które je „obsiadło".

Kontakt z naturą. Każdy zna kojące uczucie spokoju, które ogarnia człowieka zaledwie po kilku minutach, gdy zanurzy się w leśną gęstwinę. Katarzyna Simonienko, lekarz psychiatra, autorka książki „Nerwy w las" przekonuje, że taka reakcja jest zupełnie naturalna. Przez tysiące lat nasze mechanizmy obronne kształtowały się w warunkach, którym bliżej do puszczy niż zatłoczonego miasta. Dlatego gdy wchodzimy między drzewa, czujemy zapach igliwia, słyszymy szum gałęzi, czujemy się szczęśliwe.

Z aptecznej półki



Cukierki Melisowe – na więcej spokoju. Do nabycia w aptekach i zielarniach. REUTTER, 50 g/11 zł

Maść do stóp regeneruje i natłuszcza. FOOT LAB., 50 ml/26 zł



Biała Perła Extra White, Biel i Odbudowa – pasta dla wrażliwych zębów. BIAŁA PERŁA, 75 ml/14 zł

Fot.: Adobe Stock, materiały prasowe (3)

CHŁODOM *na przekór*

Otulają ciepłem jak koc: rozgrzewają i sycą, każą zapomnieć, **że w kalendarzu rządzi jesień.**

Jesienne kaszotto w dyniach

SKŁADNIKI: • 2 dynie hokkaido (po 550 g) • 5 łyżek oliwy • sól • pieprz • 150 g kaszy pęczak • 2 szalotki • 2 ząbki czosnku • 400 g pieczarek • 2 łyżki suszonej żurawiny • 500 ml bulionu warzywnego • 1 łyżka sosu sojowego • 200 g śmietany 30% • 2 łyżki pestek dyni

PRZYGOTOWANIE:

1. Dynie przekrój w poprzek i usuń pestki. Posmaruj 2 łyżkami oliwy, oprósz solą i pieprzem. Ułóż na blasze i piecz 20 minut w 200°C. Kaszę opłucz na sitku, osącz. Szalotki i czosnek obierz, posiekaj. Pieczarki oczyść, pokrój w plasterki, smaż 3-5 minut na 2 łyżkach oliwy, odłóż. Na patelni zeszklij szalotki z czosnkiem. Dodaj kaszę i podsmaż. Dodaj żurawinę, bulion i sos sojowy, gotuj pod przykryciem 20 minut.

2. Z upieczonej dyni wydrąż miąższ, zostawiając 2 cm przy skórce. Posiekaj i wymieszaj ze śmietaną i pieczarkami. Dodaj do kaszy, przypraw. Farszem napełnij dyniowe połówki. Posyp pestkami dyni. Zapiekaj 10 minut w 200°C.

Czas przygotowania: 50 minut
Porcje: 4 Stopień trudności: średni

SHOW CIEKAWOSTKA:

Rozgrzewające dania swój efekt zawdzięczają temperaturze oraz przyprawom takim, jak imbir, chili, pieprz, cynamon – pobudzają one krążenie i dają wrażenie ciepła.



Fot.: House of Food (4)



Kremowa zupa serowa

SKŁADNIKI: • 2 cebule • 2 ząbki czosnku • 60 g masła • 60 g mąki • 200 ml białego wina • 1,5 l bulionu warzywnego • 400 ml śmietany 30% • 200 g oscypka ew. innego sera górskiego wędzonego • sól • pieprz • 6 gałązek tymianku

PRZYGOTOWANIE:

1. Cebulę i czosnek obierz, posiekaj. W garnku rozgrzej masło. Wrzuć cebulę i czosnek, mieszając, zeszklij. Całość oprósz mąką i, mieszając, lekko zrumień. Następnie wlej wino oraz bulion, cały czas mieszając. Zagotuj, zmniejsz płomień i gotuj jeszcze ok. 5 minut. Potem dodaj śmietanę 30% i zagotuj, zmniejsz płomień i gotuj 15 minut, od czasu do czasu mieszając.
2. Ser zetrzyj na tarce i stopniowo dodaj do zupy, mieszając, aż się rozpuści. Przypraw solą i pieprzem. Gotową zupę rozlej do miseczek. Posyp listkami tymianku. Dowolnie udekoruj.

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 8 Stopień trudności: łatwy

Schab pod skorupką



SKŁADNIKI: • 60 g wiejskiego chleba • 1 cebula • 150 g serka śmietankowego • pieprz • 1 jabłko • 1 łyżka soku z cytryny • 1 kg schabu bez kości • 20 g masła • 20 g masła • 1 łyżka posiekanego szczypiorku

PRZYGOTOWANIE:

1. Chleb pokrusz. Cebulę obierz, posiekaj. Serek połącz z cebulą i pieprzem. Jabłko obierz, zetrzyj, wymieszaj z sokiem z cytryny oraz okruchami chleba, po czym dodaj do masy serowej.
2. Mięso pokrój na 8 plastrów. Mocno obsmaż je na maśle i ułóż w naczyniu do zapiekania – jeden za drugim, tak by lekko zachodziły na siebie. Przypraw pieprzem. Masło pozostałe po smażeniu zalej 150 ml gorącej wody, zagotuj i wlej do mięsa. Masę jabłkowo-chlebową rozłóż na wierzchu mięsa, obłóż kawałkami masła. Piecz 25 minut w 220°C. Przed podaniem posyp szczypiorkiem.

Czas przygotowania: 60 minut
Porcje: 6 Stopień trudności: średni

Tajska potrawka

SKŁADNIKI: • 200 g ryżu jaśminowego • sól • 2 chili • 3 ząbki czosnku • 2 łyżki sosu rybnego • po 4 łyżki sosu Sriracha, sojowego i syropu z agawy • sok z 1 limonki • 3 łyżki oleju • 800 g mielonej wieprzowiny • 4 jajka • 6 gałązek bazylii, najlepiej tajskiej

PRZYGOTOWANIE:

1. Ryż ugotuj wg instrukcji. Chili oczyść z pestek, pokrój w krążki. Czosnek obierz, posiekaj. Połącz czosnek, chili, sos rybny, Sriracha, sojowy, syrop z agawy i sok z limonki.
2. Mięso smaż na 2 łyżkach oleju, 6 minut, rozdrabniając je łopatką. Wlej mieszankę sosów. Smaż na małym płomieniu jeszcze 2 minuty, mieszając. Zdejmij.
3. Na nieprzywierającej patelni rozgrzej pozostały olej i usmaż jajka sadzone. Bazylię umyj i osącz. Oderwij listki od gałązek, połowę posiekaj, wymieszaj z mięsem. Na talerzach ułóż ryż, mięso i jajka. Posyp bazylią.

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



JADALNIA GLAMOUR

Centralnym punktem jest duża ażurowa lampa, której światło tworzy miękką poświatę. Złote detale dopełniają całość, dodając wnętrzu elegancji. Dla równowagi ogranicz połysk do 2–3 elementów i połącz go z matową bazą.

GLOW UP *dla domu*

Blask wraca do wnętrz! Lakierowane meble, chrom, złoto i „biżuteryjne" detale **pięknie odbijają światło, dodając przestrzeni elegancji.**



LUSTRZANE MEBLE

Świetnie pracują ze światłem: odbijają je i sprawiają, że przestrzeń wydaje się lżejsza, jaśniejsza oraz bardziej efektowna. Optycznie powiększają pomieszczenie – odbicie w tafli lustra tworzy wrażenie głębi. Jeśli zdecydujesz się na taki mebel, ustaw go tak, by odbijał coś „ładnego".

Połyskujące detale, jak biżuteria, podkręcają styl i dodają nowoczesnego sznytu.



BIŻUTERIA NA ŚCIANIE

Może zamiast klasycznego obrazu postawić na oryginalną dekorację ścienną? Młotkowana, trójwymiarowa forma wygląda jak rzeźba, pięknie odbija światło i przyciąga wzrok. Złoto czy mosiądz ociepla beże i brązy, a srebro i chrom lepiej grają z bielą i czernią.



DODATEK Z CHARAKTEREM

Wazon ze szkła dmuchanego, dzięki modnemu gradientowi kolorów, pięknie eksponuje minimalistyczne kompozycje. Ale nawet bez kwiatów jest wyjątkową dekoracją. Najlepiej wygląda w miejscu, gdzie łapie światło (parapet czy stolik przy oknie). Kolor gradientu dopasuj do jednego akcentu we wnętrzu, np. poduszek.

Fot.: materiały prasowe Agata (2), Castorama, Sostrene Grene, Westwing (4)

Wypróbuj u siebie!

Lampa wisząca.
WESTWING.PL, 489,90 zł;
Poszewka w stylu art deco.
AGATA, 19,99 zł;
Świecznik ścienny.
SØSTRENE GRENE, ok. 40 zł









TKANINY Z POŁYSKIEM

Welur, aksamit i szenil wkraczają do gry! W nowych kolekcjach królują czekoladowe kanapy i fotele o zaokrąglonych kształtach, tapicerowane miękką, welurową lub szenilową tkaniną. Są miłe w dotyku i subtelnie mienią się w świetle – zarówno naturalnym, jak i sztucznym. W małym wnętrzu wybieraj gładkie, jednolite obicia, a ciemniejsze kolory równoważ np. jasnymi zasłonami.

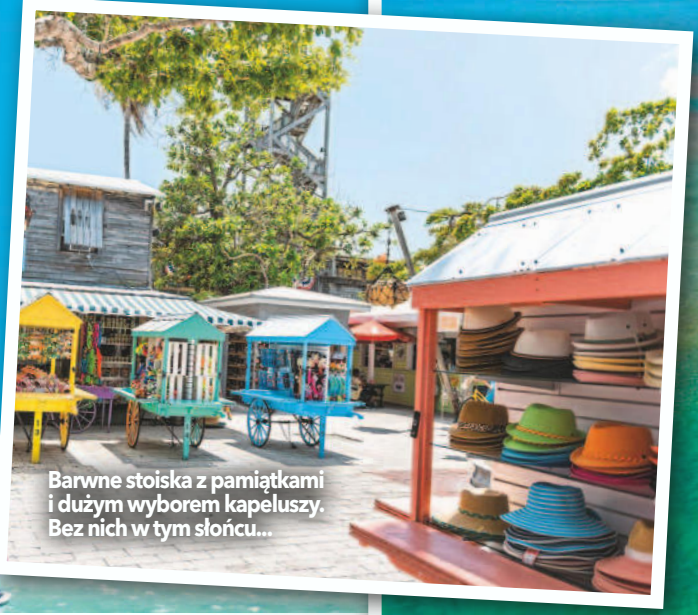


Te kolory są prawdziwe, chociaż trudno w to uwierzyć. Jesteśmy w bajce.

Stany Zjednoczone

Floryda jest dla Amerykanów symbolem wakacji marzeń. Na jej końcu jest coś, co wygląda jak Eden.

Wszystkie drogi PROWADZĄ DO RAJU



Barwne stoiska z pamiątkami i dużym wyborem kapeluszy. Bez nich w tym słońcu...



Overseas Highway czyli autostrada przez morze. Dosłownie.

Floryda jest dla Amerykanów symbolem wakacji marzeń. Ale na jej końcu jest coś, co bardziej przypomina Eden niż Ziemię.

Podróż przez Florida Keys zaczniemy od drogi, która sama w sobie jest atrakcją. Overseas Highway, prowadzi przez 42 mosty, łączy wyspy archipelagu wstęgą asfaltu między niebem a oceanem.

Jazda marzeń przez ocean

Jej najbardziej spektakularnym fragmentem jest Seven Mile Bridge – niemal jedenastokilometrowa przeprawa, która sprawia wrażenie, jakby samochód sunął wprost po tafli turkusowej wody. Po jednej stronie migocze Zatoka Meksykańska, po drugiej rozciąga się Atlantyk.

Obok nowoczesnej konstrukcji widać fragmenty starego mostu kolejowego z czasów magnata Henry'ego Flaglera, który kiedyś doprowadził tu linię kolejową. Przejazd mostem to rytuał: opuszczone szyby, zapach soli i wiatr we włosach. Tu czujemy, że życie ma lepszy smak.

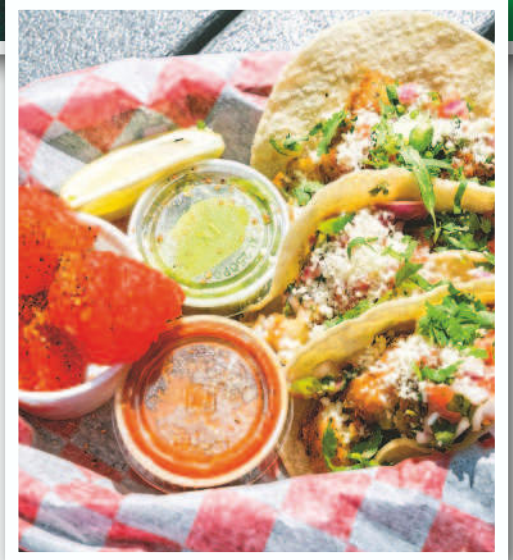
Wszędzie czekają pokusy

A propos tego zmysłu… Kuchnia Florida Keys to mieszanka wpływów karaibskich, kubańskich i amerykańskich. Wyjątkowo apetyczna mieszanka. Większość barów serwuje proste potrawy. Na stołach królują owoce morza – grillowane krewetki, homary zwane tu spiny lobster i ryby: mahi-mahi i snapper.

W kolorowych barach w menu znajdziemy conch fritters, chrupiące kulki z mięsa skrzydelnika, podawane z pikantnym sosem. Kulinarną ikoną archipelagu pozostaje Key lime pie. To tarta z bardzo kwaśnych, małych limonek, skondensowanego mleka na kruchym spodzie.

Plażowe rozkosze

Choć Florida Keys kojarzą się głównie z rafami koralowymi i nurkowaniem, możemy tylko lenić się na plaży. I to jakiej!. Bahia Honda zachwyca jasnym piaskiem i płytką, przejrzystą wodą. W Sombrero Beach poranki są bezludne, a wieczorami niebo przybiera odcienie różu i złota.



Wyborne tacos z krewetkami. Tu pysznie mieszają się smaki Kuby, Karaibów, Meksyku i USA.

Fot.: Adobe Stock (5)

Duch wolności żyje

Na końcu archipelagu leży Key West. W 1982 r. mieszkańcy ogłosili powstanie Republiki Conch i odłączyli się od USA! Pokazywano to we wszystkich telewizjach. Czy był to tylko żart?

Tak Key West stało się legendą i symbolem. Tutaj żyje niesforny duch Hemingwaya, a każdy zachód słońca na Mallory Square staje się świętem wolności.



Jedno z tych miejsc na świecie, gdzie zachód słońca jest nie do opisania.

TO JEST HIT



Medyczna rewolucja złudzeń

W niewielkiej próbce krwi Holmes widziała początek wielkiej zmiany.

SHOW extra

Niezwykła historia wizjonerki z Doliny Krzemowej znów elektryzuje widzów – za sprawą serialu „Zepsuta krew" oraz kinowego hitu „Zobaczysz wszystko", który odsłania kulisy narodzin wielkiego kłamstwa.

Zepsuta krew

Wystarczyła kropla krwi, BY UWIERZYŁ JEJ

Jak przekonać świat, że jest się geniuszem, gdy rzeczywistość nie dorównuje składanym obietnicom? Elizabeth Holmes chciała zrewolucjonizować diagnostykę, a przy okazji udowodnić, że młoda kobieta może zbudować biznesowe imperium w świecie zdominowanym przez mężczyzn. W latach 2013-2015 jej startup Theranos pozyskał od inwestorów ponad 700 milionów dolarów. Wśród tych, którzy uwierzyli w wizję Holmes, znalazł się nawet medialny potentat Rupert Murdoch. Dlaczego więc projekt, który miał odmienić sposób wykonywania badań krwi, stał się jednym z największych skandali Doliny Krzemowej?

Serial „Zepsuta krew", dostępny na Disney+, zagląda za kulisy tej niezwykłej historii i pokazuje, jak ambicja, niezachwiana wiara we własny sukces oraz umiejętność przekonywania innych mogą przesłonić niewygodną prawdę. Dziś produkcja z 2022 roku znów jest na ustach widzów za sprawą kinowego hitu „Zobaczysz wszystko", który przypomina o Elizabeth Holmes i jej obietnicy zrewolucjonizowania świata.

Stawka większa niż życie

Rok 2003. Dziewiętnastoletnia Elizabeth Holmes zakłada własną firmę, a rok później porzuca studia na Uniwersytecie Stanforda, by w pełni poświęcić się biznesowi. Ma ambitny plan, który brzmi niemal jak spełnienie marzeń. Theranos ma zrewolucjonizować diagnostykę: do wykonania badań wystarczy zaledwie kilka kropli krwi pobranych z palca, bez tradycyjnego wkłucia do żyły

Fot.: East News (2), materiały prasowe (5)

i kosztownych procedur. Takie rozwiązanie mogłoby ułatwić pacjentom dostęp do badań, a samej założycielce przynieść nie tylko sławę, lecz także ogromny majątek.

Holmes potrafi oczarować ludzi swoją wizją. Nosi czarne golfy, mówi niskim, stanowczym głosem i kreuje się na nieustępliwą liderkę. Zaczynają porównywać ją do Steve'a Jobsa, a Theranos szybko zyskuje potężnych inwestorów. W szczytowym momencie wartość firmy szacowano na około 9 miliardów dolarów. Za obietnicami medycznej rewolucji kryła się jednak prawda, której nie dostrzegali zachwyceni nią ludzie. Technologia nie działała tak, jak zapewniała Holmes, a konsekwencje błędnych wyników badań mogły zagrażać zdrowiu pacjentów.

Szturm na kina

Ośmioodcinkowy serial „Zepsuta krew", w którym w Elizabeth Holmes wciela się Amanda Seyfried, pokazuje drogę od ambitnej studentki do szefowej Theranos. To nie tylko opowieść o aferze, lecz także próba zajrzenia za fasadę jej starannie budowanego wizerunku i ambicji, by zdobyć fortunę oraz uznanie. Zdjęcia do produkcji zbiegły się z procesem Holmes, podczas którego na jaw wychodziły kolejne szczegóły skandalu.

Dziś historia Theranos znów rozpala emocje za sprawą filmu „Zobaczysz wszystko" Nathana Fieldera i Lance'a Oppenheima, który niespodziewanie stał się kinowym fenomenem i przyciągnął do kin tłumy, także w Polsce. Twórcy weszli z kamerą do domu Holmes na 34 dni przed rozpoczęciem przez nią odbywania kary 11 lat i 3 miesięcy więzienia. Kobieta liczyła, że opowieść przedstawiona na jej warunkach pozwoli spojrzeć na nią inaczej. Kontakt nie urwał się po jej osadzeniu - Nathan Fielder rozmawiał z Elizabeth także telefonicznie, już zza więziennych murów.

Obie produkcje warto oglądać obok siebie. Serial pokazuje, jak rodziło się imperium Theranos i jak obietnice Holmes rozmijały się z rzeczywistością. Dokument z kolei pokazuje bohaterkę, która sama próbuje dziś opowiadać o swojej przeszłości. Nie chodzi już tylko o to, jak zwiodła inwestorów, lecz także o to, dlaczego tak wielu ludzi chciało jej uwierzyć.

SHOW Joanna Pasztelańska



Laboratorium iluzji

Holmes osobiście doglądała miejsca, w którym miała się dokonać rewolucja.



Królowa fałszywych obietnic

W filmie „Zobaczysz wszystko" twórcy przyglądają się kobiecie, która potrafiła owijać sobie wokół palca nie tylko inwestorów.



Więcej niż wspólnik

Sunny Balwani (Naveen Andrews) był jej potajemnym partnerem i jednym z najważniejszych ludzi w Theranos.



Nie wszyscy uwierzyli na słowo

Dr Phyllis Gardner (Laurie Metcalf) od początku sceptycznie oceniała pomysły Elizabeth. Podobne wątpliwości miał lekarz i wynalazca Richard Fuisz (William H. Macy).



Być jak Elizabeth

Amanda Seyfried przed wcieleniem się w Elizabeth dokładnie studiowała jej sposób poruszania się oraz charakterystyczny, niski głos. Rola zapewniła jej nagrodę Emmy oraz Złoty Glob.

ŚWIAT



33-letnia Sandra Drzymalska była pierwszym wyborem syna Villas Krzysztofa Gospodarka, który pomagał w tworzeniu scenariusza.

Premiera w kinach 27.11

Violetta Villas

Była divą polskiej estrady, ale występowała również na największych scenach Paryża i Las Vegas. W roli niezapomnianej polskiej gwiazdy, o słuchu absolutnym i niespotykanym głosie, autorki hitu „Do ciebie mamo" wystąpi rozchwytywana obecnie Sandra Drzymalska. Na potrzeby filmu aktorka przeszła spektakularną metamorfozę. Za jej odmieniony sceniczny wizerunek upodabniający ją do Violetty Villas odpowiada zespół nominowany do tegorocznych Oscarów za charakteryzację w filmie „Brzydka siostra".

Książki

NIECODZIENNE PRZYPADKI DENNY'EGO VOSSA
» Opowieść o mężczyźnie, który – próbując udowodnić swoją niewinność w sprawie o morderstwo – odkrywa prawdę o sobie.

TEORIA DRZEWA WIŚNI
» Zawsze mówią ci to samo: więcej dyscypliny, więcej motywacji, więcej silnej woli. A jeśli nie tędy droga? Lepiej to sprawdź!

WAGA ZMIANY
» Otyłość to problem dotykający milionów Polaków. Jeśli poszukujesz wiedzy i narzędzi, to jest publikacja na którą czekałaś.

BRAZYLIJSKA GORĄCZKA
» Historia ludzi zmuszonych do zbudowania życia od podstaw, opowieść o potędze woli przetrwania i walce o lepsze jutro.

WŁODZIMIERZ NAHORNY. POWIEM JAK UMIEM
» Kompozytor pierwszy raz kreśli portret własny, złożony ze wspomnień, muzycznych zachwytów i prawdy o sobie.





Premiera 2.12 SkyShowtime

GENIALNA M.

» Marta (Agnieszka Dygant), sprzątaczka z komisariatu policji w Bielsku-Białej, przez przypadek zauważa szczegół, który naprowadza policjantów na istotny trop. Wkrótce okazuje się, że kobieta ma wyjątkowe zdolności intelektualne, co może być pomocne w... rozwiązywaniu kryminalnych zagadek. W obsadzie serialu, będącego polską wersją kultowej „Genialnej Morgane", znaleźli się m.in. Michał Czernecki i Paweł Małaszyński.



POZNAJ SWOJEGO TEŚCIA

» Robert De Niro powraca w 4. części przeboju sprzed 26 lat jako były agent CIA, Jack Byrnes. Teść Grega Fockera (Ben Stiller) tym razem znajduje się w odwrotnej sytuacji. Otóż jego wnuk, Henry, oznajmia rodzinie, że zamierza poślubić uroczą Olivię (Ariana Grande). Gdy wychodzi na jaw, że młoda kobieta w przeszłości pracowała dla FBI, Greg jest pełen złych przeczuć, błaga teścia o pomoc i wzięcie pod lupę narzeczonej syna.

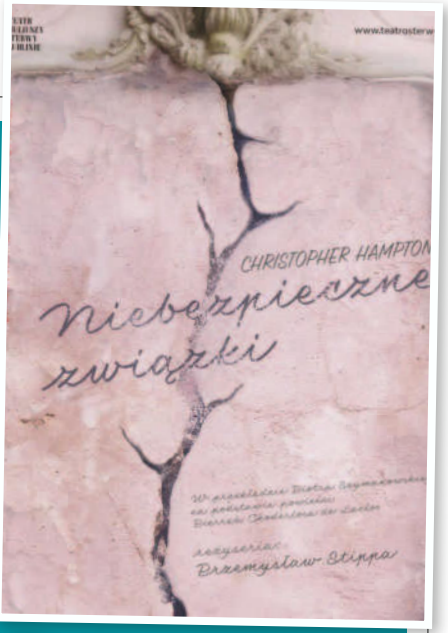
Premiera w kinach 28.11



Premiera 3.12 Netflix

DUMA I UPRZEDZENIE

» Jedna z najsłynniejszych historii miłosnych w literaturze dostaje nowe życie, a siostry Bennet znów walczą o uczucia, reputację i przyszłość. Jane (Freya Mavor) zakochuje się w panu Bingleyu, podczas gdy Elizabeth od pierwszego spotkania ściera się z powściągliwym panem Darcym. Serial ma być wierną adaptacją dzieła Jane Austen, a w roli Elizabeth zobaczymy znaną z roli księżnej Diany w „The Crown" Emmę Corrin.



Teatr

» Kiedy namiętność staje się instrumentem władzy jednego człowieka nad drugim, pojawia się przemoc i poniżenie, niszczona jest ofiara, ale destrukcja dotyka również kata. Mimo upływu niemal 250 lat od ukazania się „Niebezpiecznych związków" Pierre'a Choderlosa de Laclos, ich siła rażenia nie słabnie. Temat jest uniwersalny: nieczysta gra czystym uczuciem, jakim jest miłość. Przemysław Stippa, który podjął się reżyserii w Teatrze im. Juliusza Osterwy w Lublinie, stworzył świat, który stanął na krawędzi przepaści i robi krok do przodu. Piękno, prawda i miłość są inspiracją do zimnej gry, a błyskotliwe dialogi i ostre jak szpada riposty – doskonałym narzędziem zniszczenia.

Fot: Materiały prasowe (11)

MAGAZYN W DOBRYM STYLU
SHOW

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

REDAKTOR NACZELNA Marta Lubartowska
HUB ROZRYWKA I TV: RED. ZARZĄDZAJĄCA Anita Nawrocka, **PLANERZY** Dariusz Baran, Adam Piosik, Paulina Kluczek-Sawa, **KOORDYNATORZY** Wojciech Chełchowski, Barbara Stasiak, Gabriela Wereśniak-Wolak, **REDAKTORZY** Krzysztof Beśka, Bogumiła Deka, Marta Drobnik, Aleksandra Jarosz, Angela Kołowiecka, Violetta Kraskowska, Dariusz Mól, Anna Napierała, Agnieszka Pacuła, Joanna Pasztelańska, Anna Ratigowska, Marek Stecko, Kinga Szafruga, Ewa Tarasiuk, Barbara Włodarska-Mołęda.
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, **LIDER** Wojciech Makowski, **EKSPERCI** Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, **KOORDYNATORZY** Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Rażny, **GRAFICY** Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Bauer Media Group

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

PBC POLSKIE BADANIA CZYTELNICTWA
IZBA WYDAWCÓW PRASY

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 ✨.

HAPPY HOUR

PANORAMA

Sprawdź swoją wiedzę, rozwiązując naszą krzyżówkę.

kopalnia soli / górnik rębacz | był nim św. Mikołaj | merda ogonem / serial z Lubiczami | roz-rzucanie nasion | zimowe jabłko | zamiłowa-nie | wakacje w lutym | długo-włosy pacyfista

miara drewna | otomana | arabski książę

5 | twaróg | elegancki sklepik | efekciar-stwo

miejsce pod rusztem | szkic o sztuce | egipski bocian

pasmo sukcesów | zaczyna skalę | boczna w kościele / pasterz w Tatrach | niewierzą-cy

2

„fryzura" perkoza | antonim fachowca | rocznica ślubu

ekstra-klasa

symbol krzepy | u boku króla zwierząt | nagłówek

opactwo | indiański namiot | wejście z klapą

armada / obok opierunku | fartuch laboranta | sprzęt alpinisty / ... w hotelu

surowe mięso z jajkiem | czapka de Gaulle'a / grał go Stallone | czynni działacze | holender-skie miasto | zakazany temat

laska góralska | zlecenie na leki

zapadnia / pora żniw | Cameron ..., aktorka / przetak

3

nawał pracy / górski wiatr | forma płatności | kula w łuzie / przyroda | miednica / kazalnica | z higieną na bakier | okrywa szyję

rasowy ogier / żal do kogoś | klucz do śrub / coś cennego

4

w kopercie | zaleta / kopa siana | zwodzony nad fosą / milczek | ... Polonia | ocena jurora

ukośnik | wspól-nota

bud-dyjska budowla sakralna | krople na trawie | ma fanów

6 | stawiał piece | Weronika ...

1

tło muzyczne / z jej soku tequila | nacięcie, rowek | delfin lub nietoperz

1	2	3	4	5	6

WYKREŚLANKA

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

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

Słowa do wykreślenia:

AMOK
ASTMA
BANK
BĄK
BELA
BOGINI
BRYKA
BURAK
CZEK
CZWÓRKA
DAL
DEKOR
DESEŃ
DRUŻBA
EKRAN
FAUL
FLORA
GLINKA
GRACZ
HARPUN
INSPEKT
INSTYTUT
KARP
KURSANT
LITWIN
LOT
LUFA
ŁAZARZ
MACA
MONOLIT
MYSZKA
OSCYPEK
PIECZYWO
PILOT
PŁOT
PODATEK
POWIEKA
PYTANIE
REUMATYZM
SCHRON
SOK
SYNKOPA
SZTAFETA
~~SZWAD~~RON
ŚLEPAK
TABLETKA
TANGENS
TEK
TRON
TUMAN
TWARZ
UTARCZKA
WIGWAM
ZGRZYT
ZOOLOG
ŻAR

SZYFRÓWKA

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

1	2	3	4 T	5	6	7	8	9	10 A
11 P	12	13 U	14	15 K	16	17	18 S	19	■



10	■	10	■	11 P	10	11	1	9	16	■	5	■	15
7	10	7	17	13 U	■	13	■	■	9	3	1	4	10
9	■	8	■	18 S	9	3	2	1	9	■	9	■	4
12	8	7	1	4 T	■	18	■	■	14	8	3	14	8
1	■	1	■	10 A	6	10	7	18	9	■	12	■	17
15	10	12	19	15 K	■	16	■	■	18	4	8	11	10

3	1	14	9	16	11	8	8	3

Fot.: East News, Adobe Stock

PANORAMA

Masz jeszcze chwilę czasu? Następna krzyżówka czeka!

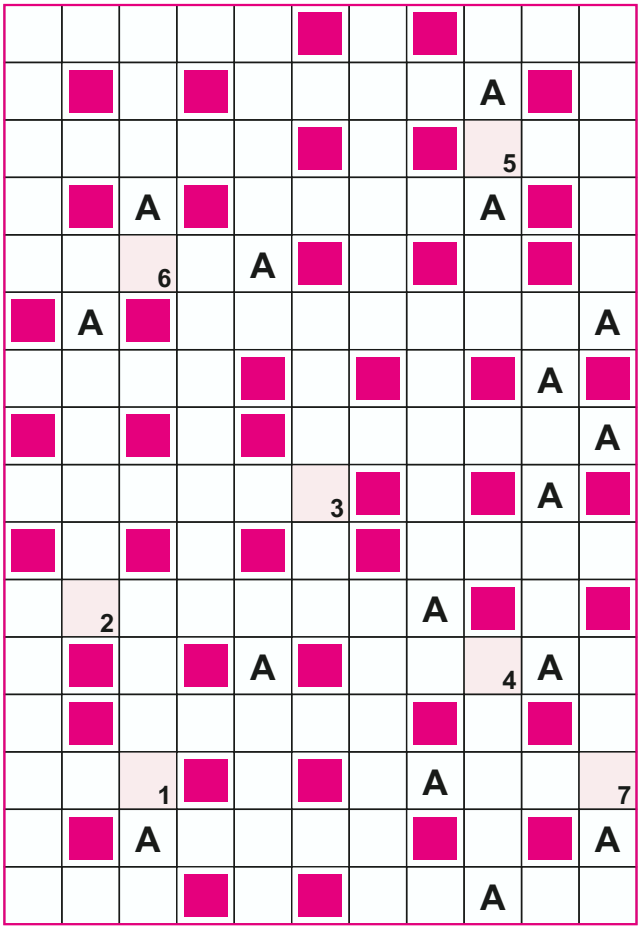


film Smarzowskiego / deser lodowy / alkohol etylowy
przełożony marynarzy
przodek Francuza / moralista / wariant
duńskie klocki
palił je Churchill
znawca religii
rodzaj śruby
epoka Rubensa
kobiecy czar
1
Czerwona Planeta
siła, krzepa / dzierżawa lokalu
tafla lodu
7
wydaje werdykt / bubel
ekstrakt
okrzyk na cześć jubilata
metal na obrączki
żona Zygmunta Starego
leczenie z nałogu
część instytucji / tarapaty
długie drzewce z metalowym grotem
szybki bieg
kropka
obwódka
rogaty w zodiaku
dźwignik
hebel
na zdjęciu
włoski likier / przed egzaminem
zbędny ciężar
ciężar
szlam, nanos / kapie ze świecy
zastanowienie / dzieje rodu
zadaszenie
kiedyś używany po goleniu / zbędne kilogramy
pod korą drzewa
zatrzask przy ubraniu
obok pasywów / pies gończy
podniosły styl
strefa
podstęp / do przeczytania
5
poetycko o urodzie
nakaz, polecenie
smukła antylopa / antyk, zabytek
gęsta czupryna / kolejowa lub tramwajowa
podstawa żuru
nagroda za dobrą pracę
kłuje na łące / powieść, nowela
element uprzęży
elegia / ludzki los
... manna / np. sportowy
6
2
obrzeże
złącze blach
sojusz, układ
zasięg
buty piłkarza
po styczniu
uwodzicielka
tata prosiaka
piastunka
4
słowo do słuchawki / katarakta
... wypadowa
sadzawka
3

1	2	3	4	5	6	7

JOLKA

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



1	2	3	4	5	6	7

- komplet narzędzi
- złota moneta
- „dziadek" krowy
- cerkiewny obraz
- okrywa ciało ryb
- cynowe spoiwo
- obija kanapy
- odrobina energii
- oracja na konferencji
- do prac pod wodą
- siły zbrojne państwa
- filc gorszego gatunku
- włoski placek
- owiec na hale
- stale gdera
- zaprawa, podkład
- rozpylacz
- wpływowa osoba
- wysyła list
- naukowiec
- odzież, ubranie
- towarzyszy hazardowi
- konsolacja
- przerażenie
- apatia, ociężałość
- ostatnia faza Księżyca
- bałagan, chaos
- siany po zbiorze zbóż
- na niej judoka
- źdźbełko
- z nagonką w puszczy
- francuski arystokrata
- zbędna resztka
- druczek w skrzynce
- Egejskie albo Jońskie
- marsjański pojazd
- rodzaj sklepu

SUDOKU

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

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

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

Fot.: Adobe Stock

HOROSKOP

25 listopada – 8 grudnia

Spójrz w GWIAZDY

Wodniki i Strzelce powinny uważać na erotycznych bajarzy. Skorpionom i Rakom powodzić się będzie w pracy, nie dajcie więc nikomu napsuć sobie krwi, to wasze tzw. pięć minut.



Strzelec

MAJA HYŻY (37)

STRZELEC 22.11-21.12

Nie wszystkie twoje subtelne dowcipy spodobają się krewnym, zwłaszcza tym wyjątkowo konserwatywnym. Zjednaj ich, nim będzie za późno.
PRACA: Nie siedź biernie, zamiast tego weź sprawy w swoje ręce. Spokojnie, gwiazdy nad tobą czuwają!
MIŁOŚĆ: Cudowna stabilizacja w związku, której na razie nic nie zakłóci. Natomiast samotne Strzelce przed chwilą spotkały miłość swego życia. Ale czy na pewno?

KOZIOROŻEC 22.12-19.01

Znajdź równowagę, by nie dać wciągnąć się w otchłań rozpaczy. Po burzy wychodzi słońce.
PRACA: Postaraj się podchodzić do nowych zadań z wrodzonym spokojem: ani zbyt bojaźliwie, ani zbyt agresywnie.
MIŁOŚĆ: Nie ignoruj problemów natury łóżkowej, które pojawiły się ostatnio w twoim związku. Zasięgnij języka, a może skorzystaj z terapii, żeby skutecznie uratować tę miłość.

WODNIK 20.01-18.02

Przyda ci się więcej otwartości w stosunku do bliskich, zwłaszcza nastoletnich dzieci.
PRACA: Oryginalne pomysły zwiodą cię na manowce: możesz nie dotrzymać terminów.
MIŁOŚĆ: Wielka miłość na horyzoncie, ale uważaj, byś nie stała się jej niewolnicą. Czasem odrobina rozumu w uczuciowym szaleństwie jest wskazana. No, chyba że to twoje pierwsze tak intensywne uczucie w życiu...

RYBY 19.02-20.03

Sprzeczki z dziećmi pozwolą ci spojrzeć z innej perspektywy na ich problemy.
PRACA: Wreszcie ktoś, kto blokował twoje inicjatywy, zostanie odsunięty od władzy.
MIŁOŚĆ: Masz już dość tego jałowego czasu bez randek i uniesień. Zamiast czekać na księcia z bajki, zacznij więc działać. Tylko pamiętaj, że serwis randkowy to nie zawsze dobre miejsce na spotkanie drugiej połowy.

BARAN 21.03-19.04

Szansa na poszerzenie swych horyzontów: krótki, ale uroczy wypad zagraniczny.
PRACA: To dobra wiadomość, że nic ci nie zagraża ze strony przełożonych?
MIŁOŚĆ: Chyba zdajesz sobie sprawę, że wsłuchując się w potrzeby partnera i otwierając przed nim serce, tylko pomagasz związkowi. Barany single również mogą zdobyć się na szczerość. Nie będą odrzucone.

BYK 20.04-20.05

Starasz się odbudować płynność finansową: nie ustawaj w wysiłkach, przyniosą rezultaty!
PRACA: Staniesz przed możliwością zmiany profesji. I cóż z tym zrobisz?
MIŁOŚĆ: Partner czuje, że nie poświęcasz mu wiele czasu. Myśli, że ktoś wkradł się do twojego, jakże pojemnego, serduszka. Singielki mogą liczyć na to, że w ich życiu pojawi się ktoś, kto je olśni wdziękiem i rozumem.

BLIŹNIĘTA 21.05-20.06

Nawet paskudna pogoda nie zepsuje ci teraz humoru, bo gdy wszyscy wokół zaczną kichać i prychać, ty będziesz tryskać zdrowiem!
PRACA: Przejdziesz samą siebie w każdej dziedzinie: kreatywna, miła, dynamiczna.
MIŁOŚĆ: Twój romans pod bokiem partnera nie wywoła u niego żadnej reakcji nawet, gdy się o nim dowie. Czyż nie daje ci to nowych tematów do przemyślenia?

RAK 21.06-22.07

Wszystko wskazuje na kolejne zmiany w twojej rodzinie. Czyżby nowy członek?
PRACA: Łatwość, z jaką wszystko będzie ci przychodzić, wzbudzi twą czujność. Nie bój się, nie ma w tym nic podejrzanego.
MIŁOŚĆ: Mnogość podbojów, których dokonasz, ucieszy. Ale wśród tych efemerycznych romansów zdarzy ci się jeden, który naprawdę dobrze rokuje na przyszłość.

LEW 23.07-22.08

Nie dawaj kredytu zaufania nowo poznanym ludziom: mogą okazać się nieuczciwi.
PRACA: Niekończące dyskusje na temat nieistotnych szczegółów przesłaniają najważniejsze problemy. Odpuść!
MIŁOŚĆ: Zaborczo podchodzisz do partnera, który czuje się jak kot zagłaskiwany na śmierć. Single wyczekujące motyli w brzuchu – te piękne doznania niebawem nadejdą!

PANNA 23.08-22.09

Podróże i nowe odkrycia intelektualne wypełnią ci okołoświąteczne dni. Zapamiętasz je!
PRACA: Chcesz wciąż więcej i więcej. Ambicje to nie wszystko, jest jeszcze życie.
MIŁOŚĆ: Jeśli partner nie przymknie oka na wieczorne eskapady, nie ma co liczyć na to, że ze sobą zostaniecie. Wolne Panny zaurocą się spotkanym w komunikacji miejskiej przystojnym brunetem z poczuciem humoru.

WAGA 23.09-22.10

Wpływ Saturna może zakłócić twoją równowagę zdrowotną. Nie objadaj się, pij herbatę, taką bez procentów.
PRACA: Nadmiar zadań powoli cię przeraża, ale wszyscy wierzą, że i tak dasz radę.
MIŁOŚĆ: Korzystaj z miłych chwil w związku, bo za chwilę będą już jedynie przyjemnym wspomnieniem. Za to Wagi single strzała amora może trafić na lodowisku.

SKORPION 23.10-21.11

Starasz się perfekcyjnie przygotować święta, ale zadbaj w tym czasie także o swój wygląd.
PRACA: Czegokolwiek się nie dotkniesz, będzie kończyło się sukcesem. Tak dobrej passy nie miałaś od miesięcy!
MIŁOŚĆ: Wpływ Marsa sprawi, że będziesz nieodparcie uwodzicielska. Postaraj się mimo to nie nadużywać swego wdzięku, by nie obróciło się to przeciw tobie.

Fot.: Akpa

...YTUJEMY ...OW

Oni mają GŁOS



OLAF LUBASZENKO

„Z wiekiem przychodzi życiowa mądrość, która mówi, że kobiety trzeba szanować, ponieważ ich rola w naszym życiu jest duża i to wbrew temu, co się może wydawać przy zbyt częstym czytaniu Hemingwaya czy Hłaski".



ANNA DERESZOWSKA

„Bycie z tymi, których kocham, daje mi ogromną siłę. Niezależnie od tego, jak trudny miałabym dzień, to wiem, że wracam do domu, w którym czekają na mnie dzieci i partner, z którym mogę pogadać o wszystkim. To wielkie szczęście wiedzieć, że ma się swoją bezpieczną przystań".



GRZEGORZ MAŁECKI

„Długo to trwało, ale wreszcie się uśmiecham. Budzę się rano i myślę: »O w mordę, jaki jestem fajny«. Pierwszy raz od 50 lat! Zawsze miałem do siebie pretensje i nigdy się nie akceptowałem".



AGATA KULESZA

„No starzejemy się. Widzę swoje zmarszczki, słyszę, jak się czasami powtarzam. Pewne cechy się wyolbrzymiają, niektóre tracą urok. Trzeba się pilnować, by młodzieńczy wdzięk nie zamienił się w żałosną parodię bycia wiecznym heavymetalowcem".



PAULINA PRZYBYSZ

„Nie ma we mnie potrzeby, by żyć jak najdłużej, by przedłużać moje życie w nieskończoność. Raczej stawiam na jego treść. Choć, oczywiście, chciałabym być kiedyś staruszką".

TAMARA ARCIUCH

„Rodzina w naturalny sposób ustawia proporcje. Praca przestaje być jedynym źródłem napędu, a ty funkcjonujesz jak każdy – gotujesz obiady, robisz zakupy, odwozisz dzieci do szkoły czy na zajęcia, wynosisz śmieci. Właśnie ta codzienność daje mi równowagę i poczucie normalności".



MONIKA MROZOWSKA

„Nie zawsze jestem oazą spokoju i czasem bywa mi ciężko, ale wtedy dwa razy się zastanawiam, czy dane zmartwienie jest warte ode mnie aż tyle uwagi. Wszelkie zawirowania to chwilowe komplikacje, które kiedyś miną".

Fot.: Akpa (3), East News (2), Forum (2)



PARTNER AKCJI

Bauer Media Outdoor

Stylowe® ZAKUPY! Twój STYL

twojstyl.pl



Świąteczna akcja rabatowa

Stylowe Prezenty

Od 1 do 17 grudnia

Wysokie rabaty, ulubione marki na

StyloweZAKUPY.pl





