MAGAZYN W DOBRYM STYLU

SHOW

DWUTYGODNIK Cena 6 zł 49 gr (w tym 8% VAT)
Nr 18 (467) 31 sierpnia 2026 r.



MEGHAN I HARRY WRACAJĄ DO DOMU. Z TARCZĄ CZY NA TARCZY?



CO MAŁA ZOSIA ZMIENIŁA W ŻYCIU **PAWŁA DEŁĄGA?**



MAŁGORZATA SOCHA NIE CHCIAŁA TEGO POKAZAĆ PRZED KAMERAMI

Iga Świątek

Tak łatwo się NIE PODDA!

Indeks 245895

ISSN 1899-6574 36

9 771899 657606

Numer w sprzedaży do 13.09.2026



Anna Lucińska

Aktorka udowadnia, że czerwony dywan czasami warto zamienić na różowego flaminga. Zamiast fleszy aparatów – promienie słońca i plusk wody. Hollywood powinno się uczyć!



Joanna Trzepiecińska

Aktorka długo nie zdradzała, kto skradł jej serce. Ale teraz wszystko jest już jasne! Uroczy pudelek Rockefeller, dla przyjaciół Feler, może liczyć nie tylko na miłość swojej opiekunki, ale najwyraźniej także na wspólnego fryzjera. Ona blond, on brunet, za to loki mają równie bujne i niepokorne.

#Show TIME



Beata Ścibakówna

Kwiaty w wazonie? Aktorka i tutaj wykazała się kreatywnością. Bo dlaczego nie zrobić z nich wianka i zabłysnąć?



Ewa Wachowicz

Miss Polonia uwielbia „mieszać w garach", ale równie dobrze wychodzi jej też obracanie wiosłem – i to w pełnym słońcu! Przepis na udany wypoczynek? Kajak, kamizelka i podziwianie widoków, kołysząc się na wodach Bugu.



Katarzyna Wajda

Zakupy zrobione, rower zaparkowany, kręgosłup odciążony – bo kierownica idealnie nadaje się jako wieszak dla pełnych warzyw siatek. Teraz jeszcze tylko selfie i dojechać na właściwe piętro. Łatwizna.

Fot.: Facebook.com/annalucinskaofficialfanpage, Instagram.com/kasiaw.wajda, Facebook.com/Ewa Wachowicz, Facebook.com/joanna.trzepiecinska, Instagram.com/beata_scibakowna_official

Nr 18 (467) 31 sierpnia 2026 r.

SHOW

MAGAZYN W DOBRYM STYLU

GWIAZDY SHOW

4 Gdzie zaprasza **Andzej Piaseczny**? Zdecyduje się na ten krok?

10 Ależ pojedynek! **Filip Gurłacz** i **Łukasz Kadziewicz** niespodziewanie stają w szranki.

12 Dopiero jako trzydziestolatka **Zendaya** może sobie pozwolić na bycie… niedojrzałą.

13 **Emilia Komarnicka** jest już coraz bliżej formalnego zakończenia małżeństwa.

NIEZAPOMNIANE EMOCJE



6 **Kuba Badach** świętował 50. urodziny na sopockiej scenie w niezwykły sposób.

14 Dlaczego **Edyta Herbuś** jeszcze nie została żoną?

20 **Joanna Jarmołowicz** długo walczyła o upragnione szczęście.

24 – Nie chcę pakować się w żaden nowy związek – wyznaje **Przemysław Saleta**.



7 **MaurycyPopiel** dostał od żony prezent na pożegnanie. Są już po rozwodzie.



26 **Renata Dancewicz** Dlaczego unika mediów społecznościowych?

STYLOWY PORADNIK

28 **Moda** Nic tak nie dodaje seksapilu jak koronka.Z chęcią wypróbujemy więc stylizacje, w których jest główną bohaterką.

30 **Makijaż** Na taki trend czekałyśmy. Gwiazdy rezygnują z tuszu do rzęs.

32 **Pielęgnacja** Zrób dla siebie coś dobrego i zaplanuj wieczór poświęcony swoim włosom.

35 **Zawsze w formie** Myślisz, czy znajdziesz czas na pomalowanie paznokci. Chcesz go znaleźć. To dobrze zrobi Twojemu zdrowiu.

PO GODZINACH



36 **Kuchnia** Kto raz doświadczył posiłku w stylu śródziemnomorskim, wie, ile daje radości. Odtwórzmy te doświadczenia w naszym domu.

42 **To jest hit** Kraina Westeros kryje w sobie tyle opowieści, że jeden serial to za mało. Tam chce się wracać i wracać.



Nie zważa na krytyków

Kocham to, co robię. Uważam, że jeśli robisz coś z pełnym zaangażowaniem i sercem, to świat w końcu to zauważy - twierdzi.

Julia Wieniawa

To się nazywa TRANSFER!

» ŻYCIE ZATOCZYŁO KOŁO! Sześć lat temu Julia Wieniawa błyszczała na parkiecie „Tańca z Gwiazdami" i dotarła aż do finału. Teraz wraca do show, ale tym razem jako jurorka. – Wniesie do jury nową energię – cieszy się dyrektor programowy Polsatu, Edward Miszczak. Dla gwiazdy to kolejny awans w telewizyjnej karierze. Ma już doświadczenie, bo była jurorką w „Mam talent!". I choć nie brakowało wtedy głosów, że brak jej kompetencji, by oceniać innych, miejsce w jury utrzymała przez trzy sezony. Dla Julii mierzenie się z krytyką to niestety chleb powszedni. Ale konsekwentnie nie zamierza rezygnować z marzeń i po prostu robi swoje.



Angażuje się na 100 procent

I w fotelu jurorskim, i na parkiecie dała z siebie wszystko.

W parze ze Stefano Terrazzino sześć lat temu wywalczyła na parkiecie 2. miejsce.



Fot.: Akpa (4), East News (2), House of Food, Instagram.com/issma
Fot. na okładce: Forum, Akpa, Getty Images, Instagram.com/paweldelag



Walka o swoje miejsce w społeczeństwie

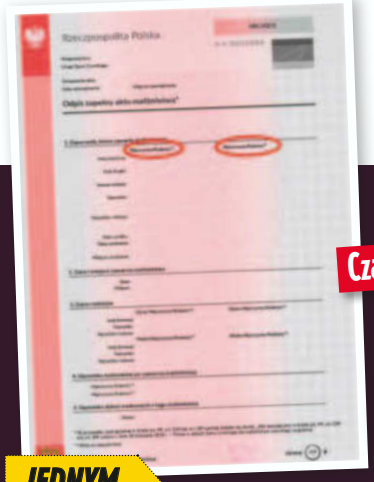
Podczas występu na „Festiwalu Weselnych Przebojów" wokalista zaapelował do fanów o popieranie legalizacji związków jednopłciowych.



Mama jest mocno związana z artystą i popiera jego prawo do układania sobie życia po swojemu.

ANDRZEJ PIASECZNY KUPIŁ JUŻ OBRĄCZKI?

» OD DAWNA MARZY MU SIĘ ŚLUB Z UKOCHANYM. Andrzej Piaseczny ze sceny Festiwalu Weselnych Przebojów w Mrągowie wystosował nawet apel w tej sprawie. – Chciałbym zaprosić was na moje wesele, ale to wszystko jeszcze może potrwać – zwrócił się do publiczności. Ale jest nadzieja. 23 sierpnia br. weszły w życie przepisy o dokonywaniu transkrypcji aktów małżeństw jednopłciowych zawartych za granicą. To oznacza, że pary, które wzięły ślub, np. w Paryżu czy Berlinie, mogą otrzymać polski dokument potwierdzający ich związek. Czy zatem teraz Piasek zdecyduje się na ten krok? **(AP)**



Czas na zmiany prawne

Tak będą wyglądały nowe akty prawne

Długo skrywana tajemnica

Artysta dopiero w 2021 roku, przy okazji promocji nowej płyty „50/50", zdecydował się oficjalnie przyznać do swojej orientacji.

Fot.: Akpa (2), Instagram.com/andrzejpiaseczny_official

JEDNYM ZDANIEM

W wywiadzie dla „Esquire" **Brad Pitt** przyznał, że po siedmiu latach całkowitej trzeźwości znów zaczął pić alkohol, choć obecnie stara się robić to z umiarem.

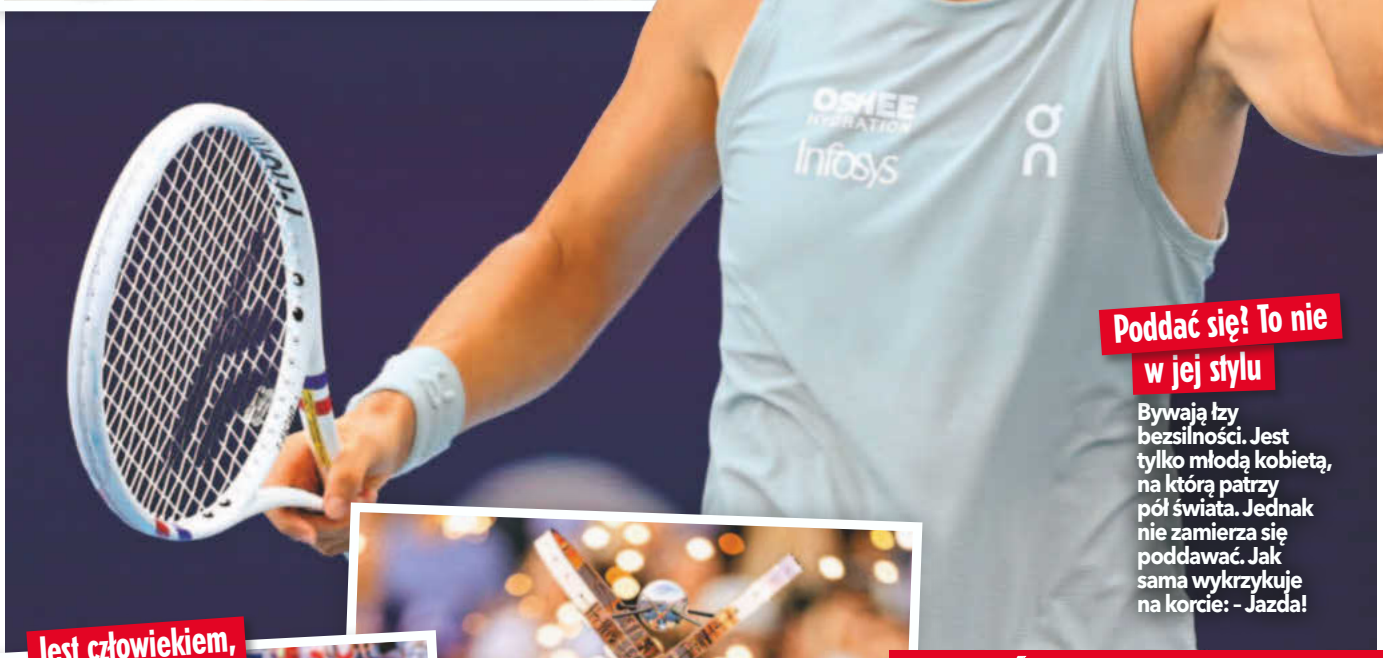
Pojawiły się doniesienia, że nagromadzenie obowiązków zadowowych doprowadziło do kryzysu w związku **Ewy Chodakowskiej** i **Lefterisa Kavoukisa**.

Pod koniec sierpnia, sześć lat po zawarciu związku małżeńskiego w Urzędzie Stanu Cywilnego, **Agustin Egurrola** i jego żona, Diana, zdecydowali się na ślub kościelny.



Zakochanych fanów jest mnóstwo. Inni wolą jednak szukać dziury w całym.





Poddać się? To nie w jej stylu

Bywają łzy bezsilności. Jest tylko młodą kobietą, na którą patrzy pół świata. Jednak nie zamierza się poddawać. Jak sama wykrzykuje na korcie: – Jazda!



Jest człowiekiem, nie maszyną

To zdjęcie pokazuje, jak wiele w niej normalności i zwykłego ciepła.



Mistrzyni jakich mało!

Już dawno udowodniła, co potrafi. Warto więc cieszyć się z każdego jej sukcesu i wspierać, gdy coś idzie nie najlepiej. Bo taki właśnie jest sport.

IGA ŚWIĄTEK WALCZY NIE TYLKO NA KORCIE

» TERAZ DOPIERO SIĘ ZACZNIE!

Przed nią jeden z najważniejszych turniejów w US Open, tzw. Wielki Szlem na kortach w Nowym Jorku. Ma już na koncie zwycięstwo w tej prestiżowej imprezie w 2022 roku. Wierzymy, że i tym razem się uda. Iga wciąż jednak musi zmagać się z hejtem, bo anonimowych opinii o jej grze czy prywatnym życiu jest mnóstwo. I w końcu o tym powiedziała. – Chcę zadedykować ten tytuł wszystkim, którzy mierzą się z niesprawiedliwą oceną, negatywnością i hejtem – czy to w sporcie, czy w innym obszarze życia – stwierdziła, wznosząc niedawno trofeum turnieju w Toronto. – Pamiętajcie, to nie czyjeś opinie Was definiują – dodała z przekonaniem. **(J.O.)**

Fot.: East News (4)



KRÓLOWA WIDOWNI I SHOW

Tu chyba nie trzeba wielu słów. Martyna Wojciechowska doskonale wie, jak należy się zachować wobec królowej sceny!



NIECH WCIĄŻ ŻYJE BAL!

Z Zalią, czyli Julia Zarzecką, piosenkarka zaśpiewała jeden ze swoich duetów. Czyżby symboliczne przekazanie pałeczki młodemu pokoleniu? Nic z tych rzeczy, jeszcze nie teraz!



KTÓRĘDY DO SOPOTU?

Czyżby Bartosz Obuchowicz próbował wskazać właściwy kierunek polskiej widowni? Nie musiał. Publiczność dopisała, pogoda także, więc pełen sukces!

TOP OF THE TOP NA... TIP TOP!

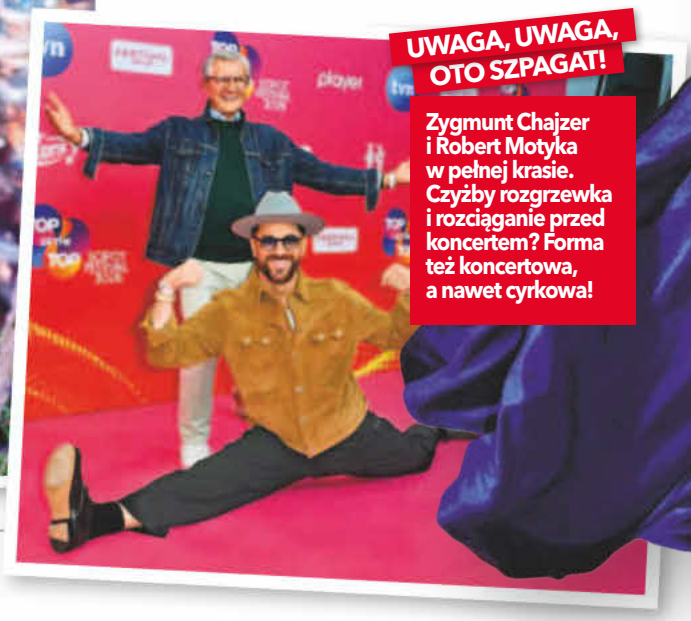
» SOPOCKI FESTIWAL POTRAFI ZASKOCZYĆ!

Czego tam nie było… Owacje na stojąco, roztańczona widownia, śpiew i tańce „Mazowsza" oraz… zima i śnieg w sierpniu. Biała aura spowiła show Kuby Badacha, a widzowie nagle znaleźli się w grudniu. Ale królowa imprezy mogła być tylko jedna! Wielki finał należał do Maryli Rodowicz, która przybyła do Opery Leśnej w swoim stylu – wiśniowym Porsche 911 Carrera z otwartym dachem. Legenda estrady dała z siebie wszystko! A na koniec, gdy kamery już zgasły, widzowie podziękowali jej najpiękniej, jak można: wstali i odśpiewali „Sto lat". I wcale nie było to jedyne „Sto lat" tego festiwalu. Oj, chyba zakręciła się niejedna łezka wzruszenia… **(AR)**



PIĘKNA ZIMA POD KONIEC LATA

Publiczność odśpiewała mu „Sto lat" na 50. urodziny. Kuba Badach wzruszył się także oglądając niespodziankę od żony, Aleksandry Kwaśniewskiej: film z życzeniami m.in. od Piasecznego, Kukulskiej i Rodowicz.



UWAGA, UWAGA, OTO SZPAGAT!

Zygmunt Chajzer i Robert Motyka w pełnej krasie. Czyżby rozgrzewka i rozciąganie przed koncertem? Forma też koncertowa, a nawet cyrkowa!



EFEKT „SYRENKI" GWARANTOWANY

Natasza Urbańska skradła pierwszy wieczór festiwalu. Jej oszałamiająca szafirowa suknia powstała w ostatniej chwili, bo pierwotna kreacja… spłonęła w pracowni krawieckiej. Efekt? Hit!

Fot.: Akpa (4), East News (2)



Dawno temu zdjął obrączkę

Aktor już od dwóch lat czuje się człowiekiem wolnym i z tej wolności korzysta.

Żona mu jednak odpuściła

Izabela Warykiewicz-Popiel złożyła papiery rozwodowe w 2024 r. – po tym, jak Maurycy przyznał się jej do niewierności.

Byli małżeństwem zaledwie dwa lata, ale parą ponad dekadę – poznali się na studiach.

Romans z planu przetrwa?

Od zeszłego roku jest widywany z Magdaleną Dwurzyńską (na fot. pierwsza z prawej), z którą gra w „M jak Miłość".

MAURYCY POPIEL UNIKNĄŁ ORZEKANIA O WINIE

» NIESPODZIANKA W SĄDZIE. Wbrew medialnym doniesieniom aktor nie zakończył małżeństwa w zeszłym roku. Orzeczenie kładące kres jego wieloletniemu związkowi z aktorką Izabelą Warykiewicz-Popiel zapadło dopiero 24. sierpnia br. – Muszę przyznać, że dziwnie jest po prawie dwóch latach zobaczyć człowieka, z którym kiedyś dzieliło się życie, a dziś siedzi się z nim w jednej sali sądowej i czeka na zakończenie pewnego etapu. Mogłam walczyć o orzekanie o jego winie, bo argumentów by nie zabrakło, ale odpuściłam. Nie potrzebuję wyroku, żeby wiedzieć co się wydarzyło w naszym małżeństwie – wyznała nam po rozprawie była żona Popiela. **(BAJ)**

Fot.: Akpa, Marta Gostkiewicz/MTL Maxfilm, Instagram.com/issma



Wszędzie dobrze, ale z mężem najlepiej. Bo nikt nie zna jej lepiej niż Krzysztof.



Wieloletnia przygoda z serialem „Przyjaciółki" niedawno dobiegła końca, więc aktorka ma w końcu trochę więcej czasu.



Z Mariuszem Szydło zna się od 11 lat, bardzo chciała, żeby to właśnie on z nią pojechał do Azji.



Rodzina zawsze najważniejsza

Mama od samego początku jest jej największą fanką.

Wiek to tylko liczba!

Patrząc na nią aż trudno uwierzyć, że jest dojrzałą kobietą, bo wciąż ma w sobie ciekawość świata i wdzięk nastolatki.

SHOW extra





Jej trzy największe skarby

To właśnie dzieci zawsze stawia na pierwszym miejscu.



Rodzice wciąż czuwają!

Córki i syn dorastają, ale wciąż wymagają wiele uwagi i opieki rodziców.



Wspólnych chwili nigdy dosyć

Żadne role, nagrody ani wyjazdy nie dają jej tyle szczęścia, co czas z bliskimi.

Małgorzata Socha

Zaskoczyła ostatnimi decyzjami, ale już wiemy, co się za nimi kryje. **Nie chciała zdradzać kulis swego małżeństwa.**

Nie wszystko NA POKAZ

Od dawna chciała wziąć udział w „Azji Express". Format pamięta jeszcze z czasów, kiedy oglądała go w zagranicznych stacjach telewizyjnych. – Myślałam wtedy, że to jest niesamowite, by przeżyć coś takiego i żeby w ogóle móc podróżować za dolara – wspomina. Ale bardzo szybko zaczęła pracę. Później pojawiły się rodzina, dzieci, kolejne role i projekty. Przez lata zawsze było coś ważniejszego, a ona sama schodziła na dalszy plan. Teraz postanowiła wreszcie odkurzyć swoje dawne marzenie.

Chciała się sprawdzić

Na towarzysza wyprawy wybrała osobę, której ufa od lat: artystę malarza Mariusza Szydło. Dla jej fanów to właśnie ta decyzja okazała się najbardziej zaskakująca. Małgorzata od 18 lat jest żoną Krzysztofa Wiśniewskiego, a razem są od blisko trzech dekad. Wspólnie wychowują troje dzieci. Gwiazda uznała jednak, że oboje nie mogą na tak długo zniknąć z domu. – Chociażby dlatego, że mamy trójkę dzieci, jedno z rodziców musiało zostać z nimi. Są jeszcze na tyle małe, że nie wyobrażaliśmy sobie tego, żebyśmy mogli sobie pozwolić wyjechać we dwoje – tłumaczyła.

Był jednak także drugi powód – i ten mówi o ich małżeństwie znacznie więcej. Socha nie miała ochoty wystawiać związku na próbę przed kamerami. Choć sama na co dzień żyje w świetle reflektorów, prywatności najbliższych strzeże. O swoim małżeństwie również mówi oszczędnie, ale kiedy już to robi, nie lukruje rzeczywistości. Przyznaje, że im także zdarzają się trudniejsze momenty. – Są większe i mniejsze kryzysy. Nie ma idealnych związków – mówiła niedawno.

Jak tłumaczyła, przez lata oboje się zmieniali i wciąż uczą się nie tylko siebie nawzajem, lecz także tego, kim są jako para. A ekstremalna podróż, zmęczenie i rywalizacja potrafią wywołać napięcia nawet między najbardziej zgranymi ludźmi. Aktorka nie chciała, by ewentualne małżeńskie sprzeczki stały się publicznym widowiskiem. – Miałam świadomość, że pewnie bardzo szeroko byłyby komentowane jakiekolwiek nasze potyczki. Mogłyby też być takie małżeńskie, a absolutnie nam to nie jest do niczego potrzebne. Mamy się dobrze, więc nie potrzebujemy takiego rozgłosu medialnego – podkreśla.

Brakowało mi tego!

To nie znaczy jednak, że z dala od domu o rodzinie zapomniała. Wręcz przeciwnie. W wymagającej podróży nie tęskniła najbardziej za wygodnym łóżkiem czy luksusem. – Czego mi najbardziej brakowało? Żeby wyściskać moje dzieciaki. Tak wyprzytulać. Brakowało mi najbardziej tych małych rączek, tego zapachu dzieci, tej bliskości z mężem – wyznała.

Ale to, co przeżyła w Azji, zostanie z nią już na zawsze. No i jest jeszcze jeden plus, jakże ważny dla 46-latki: – Znowu poczułam się jak młoda dziewczyna, przed którą całe życie i która może wszystko – wyznaje z szerokim uśmiechem aktorka.

SHOW Adam Mieszko

Fot.: East News (2), Akpa, materiały prasowe, Instagram.com/malgosia_socha (4)

CO RÓŻNI CO ŁĄCZY

Ależ oni sobie DEPCZĄ PO PIĘTACH!





FILIP GURŁACZ

Ma 36 lat i 174 cm wzrostu. Zodiakalny Wodnik, na świat przyszedł w Słupsku.

Nie ukończył studiów inżynierskich w Olsztynie, za to potem – aktorskie (lalkarstwo) w Białymstoku.

Z poślubioną dekadę temu aktorką Małgorzatą Patryn ma dwóch synów: pięciolatka Michała i dwulatka Józefa.

Dzieci zmieniły jego życie. Mówi, że dopiero gdy został ojcem, podjął walkę z nałogiem alkoholowym.

W 2025 r. w „Tańcu z gwiazdami" występował w parze z Agnieszką Kaczorowską. Źle reagował na plotki o romansie.

» JEDEN PRZYGODĘ Z „KOCHAM CIĘ, POLSKO" SKOŃCZYŁ, DRUGI – ZACZYNA.
Jak przed laty w Olsztynie – na uczelni minęli się o krok… Drogi aktora i dziennikarza-siatkarza wciąż się krzyżują.

ŁUKASZ KADZIEWICZ

Urodził się w Dobrym Mieście na Warmii, ma 45 lat. Panna. Jest wyjątkowo wysoki, mierzy 206 cm.

Zanim trafił do kadry Polski w siatkówce i zdobył wicemistrzostwo świata, studiował pedagogikę w Olsztynie.

Od 2011 roku jest mężem byłej cheerleaderki Barbary Gołąb-Kadziewicz. Z pierwszego małżeństwa ma córkę, dwudziestoletnią Amelię.

Był… hulaką. Przyznał, że na imprezy stracił „kilka milionów złotych". Dziś traktuje to jak życiową lekcję i głupotę!

W 2015 r. spekulowano o jego zażyłości z Agnieszką Kaczorowską, z którą występował w „Tańcu z gwiazdami".

Fot.: Akpa (2)

IZABELLA SCORUPCO PODZIELIŁA SIĘ MAGIĄ



CÓRECZKO, BĄDŹ SZCZĘŚLIWA!

Izabella Scorupco jest zachwycona tym, że jej ukochana córka miłość na całe życie spotkała już w szkole.

» ZE SWOJĄ CÓRKĄ MA WYJĄTKOWO SILNĄ WIĘŹ, ale chroni jej prywatność. Nie mogła się jednak oprzeć, gdy 28-letnia Julia niedawno powiedziała „tak" swojej szkolnej miłości, C. J. Hicksowi, z którym jest związana od dekady. – To był najbardziej magiczny dzień – napisała w sieci niezapomniana Helena z „Ogniem i mieczem". W uroczystości wziął też udział ojciec panny młodej – były hokeista ligi NHL Mariusz Czerkawski. Chociaż rozstał się z aktorką, gdy Julia miała roczek, zachowali przyjacielskie relacje i podczas przyjęcia zasiedli przy wspólnym stole, by razem cieszyć się szczęściem córki. – W tym życiu i w każdym kolejnym – napisała Julia do ukochanego w mediach społecznościowych. **(IG)**



To był ślub jak z bajki

Nowożeńcy z rodzicami podczas przyjęcia, które odbyło się w plenerze.

Fot.: Akpa, Instagram/juliascorupco

REKLAMA



KARTKA Z KALENDARZA

1 września 1996 r.



Szekspir zawrócił jej w głowie

Część dzieciństwa spędziła w teatrze, gdzie pracowała jej matka. - Byłam tą dziwną kilkulatką, która interesowała się Szekspirem - wspomina.

Czas najwyższy na bunt

Zaczęła mówić Hollywood: „nie" i „zróbmy to po mojemu". - Dopiero teraz przechodzę bunt nastolatki, bo wcześniej nie miałam na to czasu - mówi.

Z mieszanki krwi powstał brylant

Ma mieszane pochodzenie. Jej ojciec jest Afroamerykaninem, zaś matka ma korzenie niemieckie i szkockie. Stąd ta niebywała uroda.

Euforia związana z pomaganiem

Dostała dwie nagrody Emmy za rolę Rue Bennett w serialu „Euforia". - Moim wielkim marzeniem związanym z „Euforią" było, żeby serial pomagał ludziom leczyć się z nałogu narkotykowego - powiedziała.

Poznasz tylko po obrączce

Na początku 2026 r. wzięli w tajemnicy ślub. Daty ceremonii nie wyjawili do dzisiaj.



30. URODZINY ZENDAYI

» SZCZYT KARIERY CZY WCIĄŻ ROZGRZEWKA? Zendaya przeszła drogę od nastoletniej gwiazdy Disneya do jednej z najbardziej rozchwytywanych aktorek Hollywood. Serial „Euforia" przyniósł jej dwie nagrody Emmy, cykle filmów „Diuna" i o komiksowym bohaterze Spider-Manie – światową sławę, zaś nienaganny styl i szyk na czerwonych dywanach – status ikony mody. Po drodze znalazła też miłość: w czerwcu poślubiła Toma Hollanda, aktora, który wciela się w ekranowego Spider-Mana. Krótko mówiąc: przed trzydziestką zdobyła Hollywood, serce superbohatera i garderobę, której zazdroszczą jej fashionistki na całym świecie. **(AG)**



Jedna rola i trzy złote strzały

W filmach o człowieku-pająku gra jego ukochaną. Dzięki tej roli zarobiła miliony, zyskała uwielbienie nastoletnich kinomanów i poznała przyszłego męża.



Nie patrzy na niego z góry!

Holland jest niższy od niej o 5 cm. Poznali się w 2016 r. na planie filmu „Spider-Man: Homecoming". Pięć lat później ekranowa znajomość przerodziła się w miłość.

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



Gotowa na nowy etap w życiu

Aktorka jest pewna, że układanie sobie życia na nowo ją wzmocni. Przeniosła się z dziećmi do nowego domu i korzysta z ciekawych ofert zawodowych.



Pozostał już tylko wspomnień czar

Małżonkowie doczekali się dwóch synów - Kosmy i Tymoteusza. Dziś dla słynnych rodziców priorytetem jest, by ochronić dzieci przed negatywnymi skutkami rozwodu.



Symboliczny uścisk na zakończenie małżeństwa. Tak wyglądało ich pożegnanie po wyjściu z sądu.



Odnalezione szczęście

Czuje się szczęśliwa. Ale, jak napisała w jednym ze swych postów, szczęście nie wpada z hukiem. Nie zawsze przychodzi w wielkich momentach. Czasem po prostu stoi cicho pod drzwiami z kwiatami w dłoni.

EMILII KOMARNICKIEJ SĄD POSZEDŁ NA RĘKĘ!

» PIERWSZA ROZPRAWA ROZWODOWA z pewnością nie była dla niej łatwym doświadczeniem. Jednak, kiedy Emilia Komarnicka i jej mąż, Redbad Klynstra opuszczali salę rozpraw, na ich twarzach pojawiły się uśmiechy i widoczna ulga. Pożegnali się czułym uściskiem. Dziś już wiadomo, że oznaczał on symboliczny koniec ich 9-letniego małżeństwa. Bowiem, jak się okazuje, sąd postanowił iść parze na rękę i nie będą musieli ponownie się stawiać przed jego obliczem. – Uzupełnili już wszystkie brakujące dokumenty i teraz czekają wyłącznie na to, żeby ich rozwód został ogłoszony na posiedzeniu niejawnym – wyznała w „Na żywo" przyjaciółka byłej pary. **(KD)**

Fot.: Akpa (2), East News

Sprawdzian na krańcu świata?

Dla wielu ich sławnych poprzedników program okazał się papierem lakmusowym związku. Ale oni są siebie pewni i po prostu świetnie się bawili.





Miłość na 4 ręce i 8 łap

Miłość do psów to kolejny mocny fundament, który spaja zakochanych.



Kto nad nimi czuwa?

Babcia Tola była najwierniejszą fanką związku wnuczki z Piotrem. Edyta jest przekonana, że nadal im kibicuje z nieba…



Z jednej strony chciałaby być żoną – w końcu przyjęła pierścionek zaręczynowy, ale z drugiej – blokuje ją strach.

DLA EDYTY HERBUŚ ŚLUB TO ZA DUŻE RYZYKO!

» NIEDAWNO ŚWIĘTOWAŁA DZIEWIĄTĄ ROCZNICĘ ZWIĄZKU z Piotrem Bukowieckim. Zakochani mają za sobą także miesiąc na drugim końcu świata, gdzie podjęli wyzwanie w programie „Azja Express" i przemierzyli Singapur, Malezję oraz Indonezję za dolara dziennie. Ekstremalna przygoda jeszcze bardziej zacieśniła ich więź, ale nie skłoniła Edyty do zmiany stanu cywilnego. – Trzy razy się zaręczałem i cały czas nic… – żartobliwie narzeka Piotr. Wygląda jednak na to, że na ślubny finał będzie musiał jeszcze poczekać. – Ja się ciągle namyślam… – przyznaje tancerka. I dodaje, co ją powstrzymuje: – Ślub to zawsze jest strasznie duże ryzyko. **(ET)**

W Azji miała asa w rękawie

Dzięki regularnej praktyce jogi ma doskonałą kondycję i wewnętrzny spokój. To one okazały się jej największą bronią w niełatwej azjatyckiej przygodzie.

JEDNYM ZDANIEM

Z powodu presji branży modelingowej, która zdaniem modelki eliminuje osoby z najmniejszymi mankamentami urody, **Sandra Kubicka** poddała się operacji powiek i jest zachwycona efektem.

Piętnasta rocznica ślubu z Piotrem Jeżyną stała się dla **Pauliny Sykut** okazją do pokazania w siec zdjęć z ich ślubnej ceremonii, która odbyła się w sierpniu 2011 roku w jej rodzinnych Puławach.

Szykuje się piąty ślub? **Jane Seymour** właśnie zaręczyła się z muzykiem rockowym Johnem Zambettim, swoim życiowym partnerem od 2023 roku.

Fot.: Akpa (2), TVN, Facebook.com/Edyta Herbuś, Instagram.com/edytaherbus

CINDY CRAWFORD WYPĘDZIŁA Z CÓRKI DIABŁA?

» LEGENDARNA SUPERMODELKA ma niekonwencjonalne metody wychowawcze. Gdy jej córka Kaia Gerber w dzieciństwie sprawiała problemy, słynna mama oraz tata, Rande Gerber, zamiast klasyki – rozmów i specjalistów – sięgnęli po opcję zdecydowanie mniej standardową i… nie z tej ziemi. – Mówiono mi, że byłam opętana, gdy byłam dzieckiem – wyznała właśnie Kaia. – Grali na didgeridoo tuż przy moim ciele, tak właśnie odprawiali egzorcyzmy – opowiada 25-latka, nawiązując do aborygeńskiego instrumentu dętego. – To się naprawdę się wydarzyło – zapewnia. Po latach, gdy występowała w serialu grozy, Cindy przezornie podarowała jej wodę święconą. Tak, dla spokoju ducha… **(AR)**



Niedaleko pada jabłko od jabłoni

Dziś ikona mody lat 90. nie kryje dumy z córki, która poszła w jej ślady. Kaia próbuje też swoich sił jako aktorka, a słynna mama trzyma za nią kciuki. I woli chuchać na zimne, ale po swojemu…



Spojrzenie, które nie śpi…

Ach ten zawadiacki błysk w oku dziecka… Czyżby żywe usposobienie dziewczynki przerosło dorosłych?



Z mężem, przedsiębiorcą, są razem blisko 30 lat. Doczekali się dwójki dzieci: Kai i starszego o dwa lata Presleya. Ale nie wszystko jest u nich bajką…



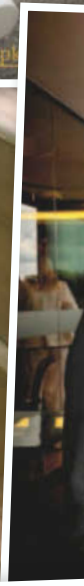
Kłopoty w cieniu hollywoodzkiego raju

Ich syn od lat walczy z narkotykowym uzależnieniem i szuka sposobu, by odzyskać kontrolę nad życiem.

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

Mała Zosia,





Reszta świata? Niech poczeka!

Na tym zdjęciu nie widać jeszcze Zosi, ale wszystko i tak kręci się już tylko wokół niej. Reszta życia właśnie przesunęła się na drugi plan.

Paweł Deląg

Jedna mała dziewczynka potrafi przewrócić do góry nogami całe dojrzałe życie. **Dla Pawła Deląga to pierwsza córka i zupełnie inny rodzaj szczęścia.**

Nowy rozdział WE TROJE

SHOW extra



Rola taty wyznacza kierunek

Paweł Deląg prowadzi samochody i swoje życie pewną ręką. Ale teraz wyrusza w nieznaną dotąd trasę...

Fot.: Akpa (2), Instagram.com/paweldelag (3), Instagram.com/pkomorowska

wielka zmiana



Pierwsze spojrzenie na świat

Pierwszy spacer Zosi był krótki, ale dla świeżo upieczonych rodziców znaczył naprawdę wiele.



Elegancja została, priorytety są nowe

Jeszcze niedawno lubili bywać - tutaj na wyścigach konnych. Dziś ich świat kręci się wokół Zosi.



Zosia domknęła piękną historię

Wspólny rozdział zaczęli od rozmowy na wystawie. Zosia dopisała im najpiękniejszy ciąg dalszy.

Takie wydarzenia zmieniają życie. Paweł Deląg po raz trzeci został ojcem. Jego partnerka, Patrycja Komorowska, 12 sierpnia urodziła córeczkę. Aktor ma dwóch dorosłych synów, ale dziewczynkę powitał na świecie po raz pierwszy. W jego historii pojawił się nowy rozdział: mała Zosia.

Wejście jak z filmu

Narodziny córki para ogłosiła zdjęciem ze szpitala. A na nim mama, bukiet, różowy balon i wzruszenie. – To był jeden z najpiękniejszych dni w naszym życiu. Tego dnia przyszła na świat nasza córeczka Zosia. Zofia Elżbieta Deląg Komorowska. Piękna i zdrowa. Mama też. Czuję wdzięczność i radość – napisał aktor.

W „Dzień dobry TVN" mówił, że córka przyszła na świat dokładnie w terminie. – Zosia była mega zdyscyplinowana – żartował. Jednak dostrzegł w tej dacie coś więcej niż punktualność. – W kosmosie działy się rzeczy nieprawdopodobne. Zaćmienie słońca, księżyc w nowiu, spadające Perseidy (...). Może coś w tym jest? – zastanawiał się. Ekipa filmowa żartowała, że Zosia od razu „zagrała z nimi w jednym zespole", bo przyszła na świat zgodnie z niełatwym grafikiem taty.

Kilka dni później Zosia miała już za sobą jeden z pierwszych spacerów, którym jej rodzice pochwalili się na Instagramie. Paweł i Patrycja wybrali Łazienki Królewskie. Po tygodniach czekania zaczyna się codzienność, która z noworodkiem nie bywa zwyczajna.

Własny scenariusz

Historia obojga zaczęła się w Zamku Ujazdowskim, na wystawie, po której aktor zaprosił 20 lat od niego młodszą Patrycję na kolację. – I tak już zostało – wspominała świeżo upieczona mama. Do tematu macierzyństwa podchodziła jednak bez lukru. Nigdy nie było ono dla niej kaprysem. – Paweł wiedział, że ja to rozważam i że chciałabym być kiedyś mamą – zdradziła. A on przyjmował to spokojnie.

Po ogłoszeniu ciąży zobaczyła, że obok gratulacji pojawiają się komentarze z oceną: „już najwyższy czas", „no w końcu". – Dziecko to nie jest odpowiedź na oczekiwania społeczne, rodzinne czy wiek zapisany w metryce – napisała. I dodała: – Macierzyństwo nie powinno być spełnianiem cudzego scenariusza.

Nowa rola bez dublera

Ich historia jest nie tylko opowieścią o ładnych kadrach, bukietach i różowych balonach. Za tym obrazkiem kryje się dojrzały człowiek, który po sukcesach, rozstaniach i kilku życiowych zakrętach dostaje od losu nową szansę i lekcję czułości, odmienną od poprzednich. Aktor ma dorosłych synów, Pawła juniora i Mikołaja. Teraz znów wchodzi w świat pieluch, ciągłej logistyki i codzienności, którą potrafi zawładnąć osóbka ważąca kilka kilogramów. Ale patrzy na to z nadzieją. – Myślę, że właśnie z nowym człowiekiem przychodzi taka energia, która może zmieniać świat na lepsze. Wierzę w to, że tak jest. My na pewno będziemy się starali, żeby przekazywać pozytywne wartości dziecku – mówił. I zdaje się, że nawet wizja nieprzespanych nocy wcale nie jest mu straszna. Bo w końcu pojawiła się ona – córeczka tatusia.



Nowa lekcja ojcostwa

Paweł junior i Mikołaj są już dorośli. Mała Zosia otwiera nowy etap.

SHOW Rita Rembisz

GORĄCY TEMAT

Duma NAUCZYCI

Niektórzy w naszym show-biznesie porządnie przykładali się do książek, zanim ich pociąg do sławy rozpędził się na dobre. Bo życie bywa przewrotne i nigdy nie wiadomo, kiedy przyda się mądrość wyniesiona z prestiżowej uczelni. **Mamy więc magistrów, doktorów i prawdziwych poliglotów.**

SHOW extra



WYKSZTAŁCONA PRAWNICZKA

Małgorzata Rozenek-Majdan

Ma tytuł magistra prawa, który zdobyła na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Warszawskiego. – Moja praca zawodowa nie jest pracą w kancelarii czy na wokandzie, ale używam tych umiejętności, które nabyłam na studiach – mówi Małgorzata Rozenek-Majdan. Swego czasu zapowiadała, że jeszcze ukończy rozpoczęty doktorat.



UCZYŁA SIĘ ZA OCEANEM

Anna Mucha

Po skończeniu socjologii na Uniwersytecie Warszawskim chciała jeszcze zgłębić tajniki zawodu aktora, bo do filmu trafiła już jako dziecko. Anna Mucha wyjechała więc na rok do Nowego Jorku. I została absolwentką słynnej szkoły The Lee Strasberg Theatre & Film Institute.

ELI





AMBITNE PLANY

Edyta Pazura

Żona i menedżerka Cezarego Pazury to wieczna studentka. Edyta Pazura skończyła m.in.: Marketing, Zarządzanie przedsiębiorstwem, Zarządzanie w mediach i Projektowanie. Ma też ambicję na doktorat. – Zdążyłam napisać tylko agendę. W tym tempie jest szansa, że obronię się około sześćdziesiątki – żartuje.



DOKTORZY SZTUK MUZYCZNYCH

Paweł i Łukasz Golcowie

Najbardziej znani bracia z Milówki to wykształceni muzycy. Paweł i Łukasz Golcowie są absolwentami Akademii Muzycznej w Katowicach. Mają też na swoim koncie kilka publikacji popularnonaukowych, np. album „Strój górali żywieckich". Z muzyki i tradycji ludowej porobili doktoraty.





PRYMUSKA OD DZIECKA

Anna Wendzikowska

Była prymuską, bo rodzice wymagali najlepszych ocen. Anna Wendzikowska po maturze przez rok studiowała w Prywatnej Szkole Aktorskiej Haliny i Jana Machulskich w Warszawie i w krakowskim studiu Lart. Ukończyła też studia dziennikarskie w Londynie.

Anna Kalczyńska

Absolwentka Lingwistyki Stosowanej na UW planowała zostać tłumaczem. – Miałam nawet piątkę z tłumaczenia symultanicznego. To jednak zawód mało kreatywny – mówiła Anna Kalczyńska. Skończyła więc dziennikarstwo na Uniwersytecie Bostońskim w USA i zaczęła przygodę z telewizją.



SPECJALISTKA OD TŁUMACZEŃ

Fot.: Akpa (6), East News (3), Reporter (2)

SHOW extra

Tak dob

Joanna Jarmołowicz

Wreszcie na prostej DO SZCZĘŚCIA

Jeszcze niedawno walczyła o siebie na wymagającej terapii. **Dziś demony zostawiła za sobą i znów jest zakochana.**

Odzyskała kontrolę nad życiem

Od półtora roku jest wolna od uzależnienia i snuje plany na przyszłość.



rze jak teraz nigdy jej nie było



Krótka przygoda, długie konsekwencje

Jej związek z Antonim Królikowskim trwał kilka miesięcy. Nigdy nie wyjawili, dlaczego się rozstali.



Teraz scala ich Józef

Z Janem Królikowskim tworzyła rodzinę przez siedem lat. Tyle samo ma ich syn Józef.



Pochwaliła się, że jest kochana

Pierwsze zdjęcie z nową miłością opublikowała pod koniec maja br. „Kochana" - napisała.



Blisko, coraz bliżej...

Dwa miesiące później zamieściła zdjęcie z wyprawy do Słowacji. Nieostre, bez podpisu.

Szczęśliwa jak nigdy dotąd – tak Joanna Jarmołowicz mówi dziś o swoim życiu. I ma ku temu szczególny powód: znów kocha. A jej nową miłością jest kobieta.

Pierwszy sygnał, że serce aktorki jest zajęte, pojawił się pod koniec maja. Jarmołowicz zamieściła wtedy na Insytagramie zdjęcie, na którym obejmowała ją postać w kapturze. Opatrzyła je hasztagiem „kochana". Internauci gratulowali jej nowego związku, a media zastanawiały się, kim może być ta postać.

Ona sama nie rozwiewała domysłów. Dopiero w rozmowie z portalem Jastrząbpost, Jarmołowicz powiedziała otwarcie: – Mam partnerkę, jestem z kobietą. Jestem chyba najszczęśliwsza, jaka byłam do tej pory w życiu.

Ukochanej długo nie chciała wystawiać na publiczny widok. Sama musiała oswoić się z nową sytuacją, a partnerka nie wywierała na nią presji. Teraz aktorka nazywa ją swoim wsparciem i filarem, na którym zawsze może się mocno oprzeć.

Nie chciała umrzeć

To szczęście przyszło jednak po bardzo trudnym czasie w jej życiu, o którym zresztą pierwszy raz teraz opowiedziała, i to z wielką szczerością. Za uśmiechem znanym z filmów i seriali krył się poważny kryzys. Problemy osobiste, uczuciowe i zawodowe nakładały się na siebie, aż Joanna Jarmołowicz zaczęła szukać ukojenia w lekach nasennych.

Z czasem przestała nad nałogiem panować. Była fizycznie wyczerpana, prawie nie jadła i nie piła, brała tabletki i spała. Pojawiły się ataki paniki, silne lęki i stany paranoidalne. Wydawało jej się, że ktoś za nią chodzi, bała się też, że ma zawał. Wreszcie zrozumiała, że sama już się z tego nie wydostanie. – Wiedziałam, że jeśli nie poproszę o pomoc, to umrę – powiedziała, nie kryjąc przy tym emocji i łez.

Trafiła do ośrodka terapii uzależnień. Nie opowiada o pobycie tam, jak o jednym cudownym przełomie. Przeciwnie, przyznaje, że powrót był bardzo trudny. – Wyszłam z tego ledwo – mówi.

Dziś od ponad półtora roku jest wolna od uzależnienia, nie pije też alkoholu i nadal pracuje nad sobą. Dopiero z tej perspektywy potrafi opowiedzieć, jak wiele rzeczy złożyło się na jej załamanie. – Nie dałam sobie po prostu rady z całością tego, co działo się w moim życiu – tłumaczy. Nie wskazuje jednej osoby ani jednego wydarzenia jako przyczyny uzależnienia. W jej opowieści przewijają się jednak zawiedzione uczucia, presja zawodowa i lata życia pod lupą mediów.

Kogo obarczyła winą?

Szczególne miejsce w tej historii zajmują bracia Królikowscy. Najpierw spotykała się z Antonim, później przez siedem lat była związana z jego młodszym bratem Janem, z którym ma syna Józefa (7). Rozstali się jesienią 2024 r., ale aktorka jeszcze długo czuła, że media postrzegają ją niemal wyłącznie przez pryzmat tych dwóch relacji.

Bardzo źle wspomina to, że bez przerwy przedstawiano ją jako „tę byłą dziewczynę Antka" i partnerkę jego brata. – Odbiło się to na moim zdrowiu psychicznym – uważa. Mało tego, twierdzi, że w zasadzie to ją zniszczyło. Nie obarcza jednak braci odpowiedzialnością za swoje uzależnienie. Opisuje raczej splot wielu trudnych doświadczeń, które doprowadziły ją na skraj wytrzymałości.

Ale dziś to już przeszłość, aktorka cieszy się życiem i nową miłością.



I nagle wszystko jasne!

Joanna Jarmołowicz wyznała, że dzieli życie z kobietą.

SHOW Anna Grabarczyk

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

GORĄCY TEMAT

Meghan i Harry

Żegnaj Ameryko, WITAJ ANGLIO!



Wrócili do Wielkiej Brytanii tak samo nagle, jak przed sześcioma laty ją opuszczali. Amerykański sen się skończył, ale zaczynają nowy rozdział, określany jako „dłuższy pobyt" na Wyspach.

Prywatny samolot Sussexów, lecący prosto z Kalifornii, wylądował 26 sierpnia w Birmingham, niedaleko malowniczego Cotswolds, gdzie mają zamieszkać. Wiadomość, iż wracają oraz że ich dzieci od września zaczynają naukę w brytyjskiej szkole spadła jak grom z jasnego nieba. Nieduż wcześniej, bo w środku europejskiej nocy z 19 na 20 sierpnia.

Zaskoczyli wszystkich demokratycznie: i zwykłych zjadaczy chleba, i króla oraz następcę tronu. Karol III dostał sygnał zaledwie trzy dni przed wszystkimi. Były oczywiście jaskółki tej nowiny, ale nikt nie przewidział tak błyskawicznego zwrotu akcji!

Kto sieje wiatr…

Pierwszy sygnał ocieplenia pojawił się miesiąc wcześniej: Harry spotkał się z ojcem, a w tajemnicy dołączyła Meghan z dziećmi. Pierwszy raz od czterech lat. Mroźne relacje z Williamem ich nie powstrzymały – Sussexowie uznali, że nie będą czekać, aż cała rodzina królewska nabierze ochoty na rozmowy. Skądinąd słusznie, bo mogliby się nie doczekać.

Do tego doszła Portugalia: ich nowa wakacyjna posiadłość, z której zaczęli korzystać wyjątkowo chętnie. Obserwatorzy szeptali, że to „przystanek do Londynu", jak kiedyś „przesiadkowa" Kanada w drodze do USA. Mówiło się też, że Harry tęskni za ojczyzną, przyjaciółmi i… pozycją. A także, że Meg pojawi się w 3. sezonie kręconych w Anglii „Dżentelmenów". Ale raczej nic z tego – sprzeciw na Wyspach był tak duży, że rozmowy ponoć ucięto. Że nie po dżentelmeńsku? Cóż, księżna też nie grzeszyła elegancją, gdy w Kalifornii głośno narzekała na ojczyznę męża…

Taka piękna katastrofa

Co pchnęło parę z powrotem tam, gdzie, wedle własnych słów, spotkało ich tyle złego? Rasizm i upokorzenia, gdzie Meg płakała na podłodze, a Harry był „zapasowym"? Przecież jeszcze niedawno mówił: – Mój ojciec i brat są uwięzieni. Oni nie mogą odejść, a ja mam dla tego ogromne współczucie.

Odpowiedź jest oczywista i banalna – po prostu kończą im się pieniądze. Zamiast wielkiego sukcesu w USA, zaliczyli spektakularną porażkę. Przypieczętował ją ich ostatni projekt, będący finansową klapą: dokument o skautkach sprzedających ciasteczka, który wszedł w sierpniu do kin w Stanach. Krytycy ich zjedli: „mdły i nudny", wręcz „niejadalny". A to wszystko, gdy Meg i Harry'emu doskwierał już chłód amerykańskich elit – podobny do tego, który wcześniej poczuli w Wielkiej Brytanii.

Inny powód wielkiego comebacku jest bardziej rodzinny: stan zdrowia Karola i chęć Harry'ego, by być bliżej ojca. Podobno chciał też, by jego dzieci uczyły się w Anglii i poznały swoich najbliższych kuzynów. Tyle że William ma być daleki od zachwytu. – Na tym etapie nie ma najmniejszej ochoty na godzenie się z bratem – przekazało źródło „Daily Mail". Ma być wściekły, iż kolejny problem ląduje mu tuż pod nosem...

SHOW Anna Ratigowska

Wczoraj, dz

Zgoda? Raczej jeszcze nie teraz…



Braciom od kilku lat jest zdecydowanie nie po drodze. Obserwatorzy są pewni: młodszy dobrze wie, że starszy jako król nie powitałby go z otwartymi ramionami.

Kontynentalna baza i lokalny… przesyt



W kalifornijskim Montecito zostawili dom - ich bazę za oceanem. Sąsiedzi podobno nie będą tęsknić: mieli ich dość, bo zaburzyli miejscowy spokój.

Południowy, słoneczny azyl



W Portugalii czują się świetnie. A jak będzie w Wielkiej Brytanii, gdzie serca są po stronie Williama i Kate?

Fot.: Getty Images (3), Forum, Instagram.com/meghan (2)

Pojednanie ponad podziałami



Książę jest już o krok od prawdziwego pojednania z królem, który pragnie być bliżej wnuków i syna.

iś, jutro...



SHOW extra



Nie można mieć wszystkiego

Chcieliby pojawiać się na publicznych wydarzeniach u boku pracujących royalsów i równocześnie pozostać osobami prywatnymi. Od lat sprzeciwia się temu William i tego ma trzymać się król.

Hello Korono, wracamy do gry!

Są dobrej myśli. Choć zamieszkają poza Londynem i nie w królewskiej rezydencji. Chyba, że ktoś wyżej zmieni zdanie, ale to mało realne: ich status pozostaje bez zmian, nadal nie będą pełnić królewskich obowiązków.

GORĄCY TEMAT

Od miłości do nie

Dojrzałość zmienia myślenie

Zadowolony z tego co wokół niego i wolny. Tak postrzega obecnie siebie i nie kryje, że bardzo mu z tym dobrze.

SHOW extra

Inny rodzaj bliskości

Z pierwszą żoną Ewą Pacułą mają córkę Nicolę i wciąż dobre relacje.

Przemysław Saleta

SINGIEL zadeklarowany

Przez lata kobiety odgrywały w jego życiu ważną rolę. Dziś Przemysław Saleta najbardziej ceni wolność **i przyznaje, że nie tęskni za miłością.** – Nie chcę się pakować w żaden nowy związek – mówi.

Jak równy z równą

Z młodszą córką Nadią jest dzisiaj na bardzo kumpelskiej stopie.

zależności



Nie musi się z nikim liczyć

Jeśli jest dziś ktoś, kogo stawia na pierwszym miejscu, jest to on sam.



Uczucie z terminem ważności

Ostatni związek z modelką Karoliną Woźniak, tak jak poprzednie, nie przeszedł próby czasu.



Gotów na najwyższe poświęcenie

Dla pierworodnej Nicoli przeszedł operację usunięcia nerki - prawdziwy akt miłości.



Przemysław Saleta przez większość dorosłego życia był z kimś związany. Co ciekawe, wyjątkowe miejsce w jego sercu zajmowały kobiety o imieniu Ewa. Pierwszą żoną sportowca była Ewa Paculа, drugą – Ewa Byzdra, a wśród ważnych dla niego relacji była też ta z Ewą Wiertel.

Kobieca tajemnica

W wywiadach podkreślał, że kobiety są dla niego fascynujące, ale jednocześnie nieodgadnione. Były mistrz świata w kick-boxingu zwracał uwagę, że sport nauczył go opanowania i czytania rywala, jednak w relacjach damsko-męskich ta umiejętność nie działa tak samo. Jak mówił: „Umiem dawać sobie radę w ringu. Mogę przewidzieć, co zrobi przeciwnik... Ale kobiety są dla mnie nieprzewidywalne”.

Podejmował jednak rękawicę, choć zaznaczał, że nie zniesie osaczania. Uważał, że w związku druga osoba musi mieć czym oddychać, a miłość oznacza akceptację człowieka takim, jakim jest. Być może właśnie dlatego z czasem coraz bardziej cenił niezależność. W końcu uznał, że dalej przez życie chce już kroczyć sam. Jak ostatnio wyznał, od trzech lat jest singlem – i to zadeklarowanym. – Nie mam ochoty pakować się w nowy związek – przyznaje. Nie chce rezygnować ani ze swoich planów, ani z przyzwyczajeń. – Bycie singlem daje mi wygodę, że nie muszę się do nikogo dostosowywać ani nikogo pytać o zgodę. Przy podejmowaniu decyzji biorę pod uwagę wyłącznie siebie – mówi.

Relacja na zawsze

Samotność nie oznacza jednak, że Saleta odcina się od bliskich. Przeciwnie. Dziś jego „ulubionymi ludźmi”, jak mówi, są córki: Nicole i Nadia. Zawsze dawał im prawo do samodzielnych decyzji i uczył odpowiedzialności za ich konsekwencje. Dziś ich relacja ma partnerski, przyjacielski charakter.

SHOW Marcin Danecki

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

REKLAMA

MAGAZYN O GWIAZDACH I STYLU ŻYCIA
SHOW

Dołącz do nas na TikToku!

Bądź na bieżąco z życiem gwiazd!

Renata Dancewicz

Od lat żyję tak, JAK CHCĘ

Szczęście bardziej jej smakuje z dala od blasku fleszy – w ukochanym ogrodzie wiejskiego domu albo przy stoliku do brydża. I pilnuje, by media społecznościowe nie zrobiły jej „demolki" z życia.



Tak zwana wielka kariera stała przed nią otworem. Ale ona woli funkcjonować według własnych zasad.

Jest Pani rozpoznawalną aktorką, ale konsekwentnie unika życia celebryckiego. Sukces nigdy nie był dla Pani celem samym w sobie?

Mówi się, że sukces w zawodzie aktora osiąga się wtedy, gdy człowiek wychodzi z anonimowości, ludzie kojarzą jego nazwisko, a on dostaje kolejne role. Myślę, że moje dorosłe życie jest pokłosiem tego sukcesu, który wydarzył się wiele lat temu. Gdy byłam młoda, zagrałam w kilku ważnych filmach, które zostały docenione przez widzów. To właśnie one przyniosły mi popularność. Dzisiaj nie odnoszę jakichś spektakularnych sukcesów zawodowych, więc trudno mi powiedzieć, czy smakowałyby inaczej niż kiedyś.

Nie czuła Pani potrzeby, żeby za wszelką cenę sięgać po więcej?

Nie jestem typem osoby bardzo ambitnej i łasej na sukcesy czy zaszczyty. Wiem, że sukces ma dwa oblicza. Jedną ręką coś daje, a drugą odbiera. Jeżeli osiąga się ogromny sukces i wszyscy cię znają, to jednocześnie traci się anonimowość i możliwość normalnego życia. A ja bardzo tego nie chciałam. Chciałam trochę zjeść ciastko i trochę je mieć. Oczywiście wiem, że do końca się nie da, ale cały czas próbuję znaleźć taki balans. Bardzo zależy mi na swoim życiu i naprawdę je lubię. I to chyba jest mój największy sukces – od wielu lat żyję tak, jak chcę.

Brydż to największa Pani pasja?

Gram od dawna i sprawia mi to ogromną przyjemność. Za mną kongres brydżowy w Sopocie i Mistrzostwa Świata w Katowicach, przede mną – kolejne wyzwania. Bardzo się z tego cieszę.

Ten sport kojarzy się z rywalizacją. Czy da się na nim zarabiać?

Oczywiście, jeśli jest się wybitnym zawodnikiem i gra się zawodowo, ze sponsorami. Ale to już jest profesja. Ja nie jestem zawodową brydżystką i nie gram na takim poziomie, żeby ktoś mi za to płacił. Poza tym nie wiem, czy bym tego chciała. Wtedy brydż przestałby być przyjemnością, a stałby się pracą. A dla mnie to przede wszystkim pasja.

Jak wygląda Pani idealny dzień wolny od pracy?

Jak zjeść ciasto i je mieć?



Ważne miejsce w jej życiu zajmuje ukochany pies Myszkin.



Chce, żeby brydż nadal był przede wszystkim źródłem przyjemności i pasją, dlatego nie zamierza traktować go zawodowo.



Syn aktorki Jerzy, którego ojcem jest brydżysta Tomasz Winciorek, dziś jest dorosłym mężczyzną. Na zdjęciu z 2007 roku miał trzy lata.



Lubi się śmiać, żartować, cieszyć życiem. Tak bawiła się z Marią Pakulnis na festiwalu w Lubomierzu.

Do szczęścia czasem wystarczy jej niewiele, choćby piękny bukiet świeżych, pachnących kwiatów.

Jeśli jestem akurat w Warszawie, lubię długo pospać, poczytać książkę, obejrzeć film albo zagrać turniej brydżowy. Mieszkam niedaleko Iluzjonu, więc często chodzę tam do kina. Uwielbiam filmy zarówno stare, jak i nowe. Jestem kinomanką. Lubię też spotykać się ze znajomymi, chodzić do restauracji. Kiedy mogę, wyjeżdżam na wieś. Mam dom, szklarnię, grządki, niedaleko jest też jezioro. To miejsce, w którym naprawdę się resetuję.

Czyli natura, spokój i zwyczajne życie.

Lubię pracować w ogrodzie, zapraszać znajomych, organizować spotkania na tarasie, czytać. Bardzo lubię morze, szczególnie Sopot i Piaski.

Zamiast kolejnej godziny spędzonej przed ekranem czasami wystarczą proste, zwyczajne czynności?

Niedawno czytałam, że grzebanie w ziemi, pielenie ogródka czy sadzenie kwiatów dobrze wpływa na organizm. Pomyślałam wtedy: naprawdę potrzebujemy badań, żeby dowiedzieć się, że kontakt z naturą jest dla nas dobry? Ludzkie oko jest stworzone do patrzenia w dal, a nie do ciągłego wpatrywania się w telefon. Czasami warto po prostu popatrzeć w niebo albo na drzewa i nic nie robić. Człowiek wtedy odzyskuje równowagę. Oczywiście nie będę udawała, że sama nie korzystam z telefonu. Mam tam pocztę, gazety, czasem gram w brydża i też potrafię bez sensu posiedzieć przed ekranem. Staram się jednak, żeby telefon nie zastępował mi prawdziwego życia.

> „Wiem, że sukces ma dwa oblicza. Jedną ręką coś daje, a drugą odbiera.”

Ma Pani wrażenie, że przez Internet zaczynamy się od niego oddalać?

Uważam, że media społecznościowe potrafią być prawdziwą demolką życia. Jesteśmy istotami społecznymi. Potrzebujemy spotkań, rozmów, dotyku, śmiechu, kłótni, plotek i obecności drugiego człowieka. To wszystko jest wpisane w nasze DNA.

Udało się Pani znaleźć równowagę między rozpoznawalnością a prywatnością. Czy to także efekt tego, że nigdy nie weszła Pani do mediów społecznościowych?

Cieszę się, że zaczynałam zawodowe życie jeszcze przed ich erą. Ale nawet wcześniej starałam się nie brylować. Taki już mam charakter. Rozumiem, że niektórym osobom sprawia to przyjemność, ja po prostu tego nie lubię. Jestem chyba dosyć dyskretną osobą. Nie chcę, żeby cały świat wiedział, co jem na śniadanie, jak wyglądam albo z kim spędzam czas. Życie prywatne powinno pozostać prywatne.

Wspomniała Pani kiedyś, że szczególnie bliska jest Pani Francja. To nadal kierunek, do którego najchętniej Pani wraca?

Jestem frankofilką. Bardzo lubię francuską kulturę, kino i piosenki. Ale lubię też poznawać nowe miejsca. Trzeba tylko znaleźć na to czas. Niedawno byłam w Argentynie. To była fantastyczna podróż. Pierwszy raz odwiedziłam Amerykę Południową i naprawdę zrobiła na mnie ogromne wrażenie.

Czy jest jakieś miejsce na świecie, które szczególnie chciałaby Pani zobaczyć?

Myślę, że Ameryka Południowa ma jeszcze wiele do zaoferowania. Chętnie wróciłabym tam ponownie, ale świat jest duży i pewnie jeszcze niejedno miejsce mnie zaskoczy.

Cały czas gra Pani w serialu „Na Wspólnej”. A jak zapowiada się druga połowa roku?

Wyjeżdżam do siebie na wieś i zamierzam po prostu odpoczywać. Lato bardzo lubię spędzać w Polsce. Uważam, że wtedy jest tu naprawdę pięknie, dlatego raczej nie wyjeżdżam za granicę. Na dalsze podróże wolę wybierać inne pory roku. Jeszcze nie wiem, dokąd pojadę następnym razem, ale na pewno coś wymyślę.

SHOW Edyta Karczewska-Madej/AKPA

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

Koronka

Pozwól, by ażur przejął władzę nad twoją stylizacją.



Karolina Gruszka (46)

Błękitna, ażurowa bluzka z białym kołnierzykiem gra pierwsze skrzypce w stylizacji aktorki. Jest lekka, przewiewna i wnosi nutę romantyzmu, a transparentność subtelnie flirtuje z elegancją. Jasne, szerokie spodnie równoważą całość. Efekt? Klasa i nowoczesność.





Asymetria rządzi!

Koronka u dołu wydobywa skośne cięcie sukienki, a obszerny żakiet dorzuca całości nonszalancji.





Midi z charakterem

Bufiasta, szersza bluzka zestawiona z prostą ołówkową spódnicą tworzą ciekawy i intrygujący kontrast proporcji.





Żakiet. RESERVED, 84,90 zł
Sukienka. OBJECT, 128 zł
Okulary. STRADIVARIUS, 67,90 zł
Kolczyki. ORSKA, 89,99 zł
Szpilki. GINO ROSSI, 210 zł

Bluzka. H&M, 79,99 zł
Spódnica. ICHI, 112 zł
Naszyjnik. VEZZI, 129,99 zł
Torebka. STRADIVARIUS, 89,90 zł
Mokasyny. JENNY, 79,99 zł

Fot.: Akpa, materiały prasowe (24)

W WERSJI CASUAL









Słodkie retro

Falbaniasta koronkowa spódnica i ażurowa torebka tworzą spójny komplet w stylu retro. Nowoczesnego szyku dodaje mu amarantowy kardigan.

Ażur na co dzień

Koronkowa bluzka z zabudowanym dekoltem świetnie gra z wygodnymi spodniami i balerinami – na miasto i na wyjście.









To mi PASuje!

Pastelowe paski są jak ostatnie promienie letniego słońca. Dodają stylizacjom lekkości, świeżości i miękko wprowadzają w nowy sezon. Biegnące z góry do dołu lub z boku na bok akwarelowe linie odnajdą się w wielu klimatach. W stylu old money mogą zdobić klasyczne koszulowe bluzki noszone z kardiganem, chinosami i mokasynami. T-shirt w paski plus dżinsy oraz baleriny to pełen wdzięku ponadczasowy strój inspirowany modą Paryżanek. A może jednak bluza z kapturem w pasy i sneakersy? Będzie wygodnie i trendy, jeśli zamiast dresów wybierzesz spodnie garniturowe.







Kardigan. VILA, 119,99 zł
Kolczyki. W.KRUK, 289 zł
Spódnica. VERO MODA, 135 zł
Torebka. PIECES, 125 zł
Pantofle. ANNA FIELD, 97 zł

Spinka. BIJOU BRIGITTE, 64,95 zł
Bluzka. YAS, 139 zł
Spodnie. DIVERSE, 152 zł
Torebka. ANNA FIELD, 107 zł
Baleriny. RESERVED, 199,99 zł

Sweter. STRADIVARIUS, 125 zł
Torba. COMMA, 89,99 zł
Broszka. SOLAR, 69 zł



Trik na wzmocnienie

Hailey Bieber (29) to prekursorka wyglądu opartego na lśniącej skórze, wyczesanych brwiach i delikatnych rzęsach. Zamiast czarnego tuszu, często wybiera bezbarwne odżywki. Możesz robić podobnie i malować rzęsy bazą pod tusz lub odżywką, która wzmacnia delikatne włoski.



Dojrzała naturalność

Pamela Anderson (59) pokazuje, że dojrzała kobieta bez makijażu wygląda olśniewająco. Aby rzęsy sauté były gęste, co wieczór nakładaj na nie olej rycynowy. Ten naturalny produkt genialnie wzmacnia cebulki, pogrubia włoski i naturalnie je przyciemnia bez użycia chemii.

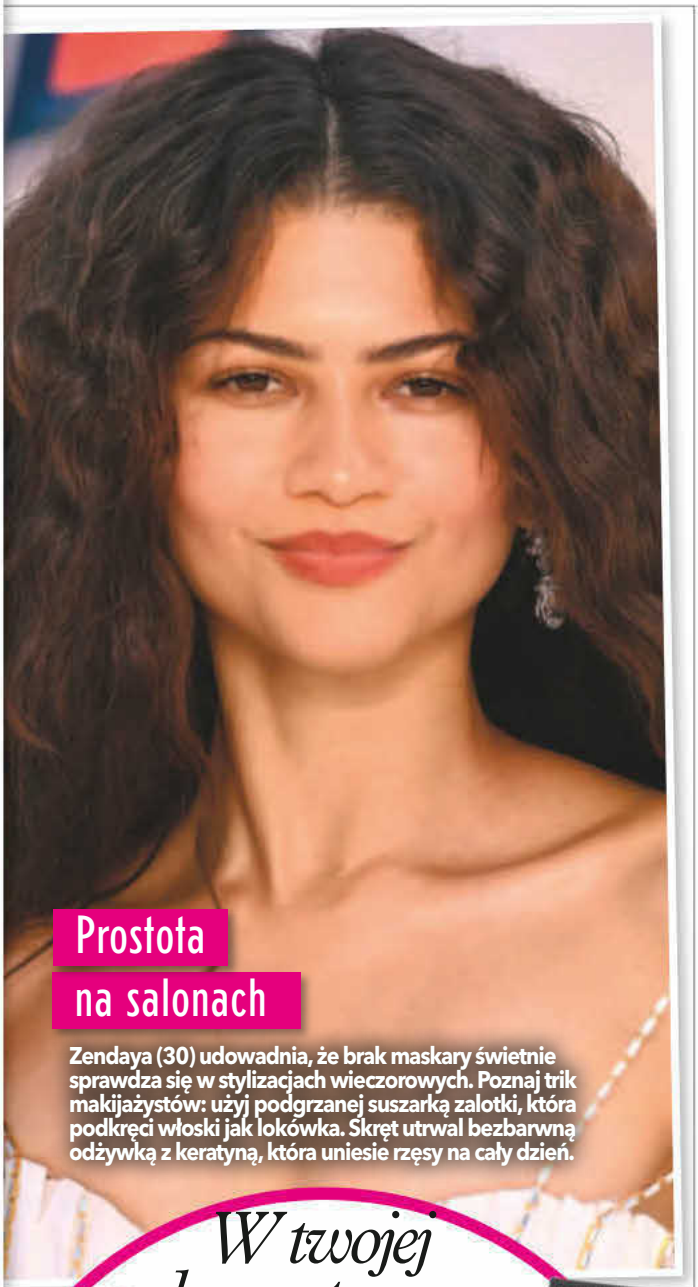
TRENDY 2024

Bez MALOWANIA RZĘS

GHOST LASHES to trend, który polega na rezygnacji z czarnej maskary na rzecz naturalnych rzęs. Promują go największe gwiazdy, udowadniając, że mniej znaczy więcej. Czas na twój ruch!

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

REKLAMA



Prostota na salonach

Zendaya (30) udowadnia, że brak maskary świetnie sprawdza się w stylizacjach wieczorowych. Poznaj trik makijażystów: użyj podgrzanej suszarką zalotki, która podkręci włoski jak lokówka. Skręt utrwal bezbarwną odżywką z keratyną, która uniesie rzęsy na cały dzień.

W twojej kosmetyczce



1. Zalotka ZOEVA, 70 zł (Notino.pl); 2. Czarna baza pod tusz z ceramidami Sky High, MAYBELLINE, 30 zł; 3. Brązowa baza pod tusz, BENEFIT, 145 zł; 4. Mydło do stylizacji brwi, EVELINE COSMETICS, 22 zł; 5. Baza pod makijaż z kwasem hialuronowym, E.L.F, 65 zł

Zupełnie ODMIENIONY!

Ponad **200** nowych porad i inspiracji



Nasze NOWOŚCI!

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

EKSTRA! **Reportaż – z wizytą w ogrodzie naszych czytelników**

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

Włosy DOBRZE WYSPANE

Wieczorem warto zadbać o nie jak najstaranniej. Wówczas o poranku będą zachwycały energią, blaskiem, a ułożenie fryzury pójdzie ci szybko i bez porażek. Za te kilka chwil uwagi przed snem pasma pięknie ci się odpłacą.



Przygotowania z bonusem

• Po wieczornym umyciu włosów nadmiar wilgoci odciśnij ręcznikiem z papieru lub załóż turban z mikrofibry. Nie szarpią pasm i nie uszkadzają ich. Wysusz suszarką z letnim nawiewem, bo mokre są podatne na łamanie. Ewentualnie lekko wilgotne spleć w luźne warkocze. Powstaną naturalne fale.

• Rozczesz pasma przed spaniem, a najlepiej je wyszczotkuj. To ważne, zwłaszcza jeśli używałaś kosmetyków do stylizacji. Za to gdy rano sięgnęłaś po suchy szampon, włosy trzeba wieczorem umyć.

Odżywcza kolacja



Kremy, serum, maski do nocnej pielęgnacji to game changer dla pasm suchych, matowych, puszących się. Używaj ich np. raz w tygodniu.

• Olejowanie na noc lubią zwłaszcza włosy wysokoporowate. Olej (np. lniany, konopny) wmasuj od wysokości ucha po końce. Zawiń w turban z przewiewnej tkaniny. Rano spłucz, nałóż lekką odżywką na ok. 5 minut, zmyj szamponem.

Fryzura do łóżka



• Gumką typu scrunchie zbierz na czubku głowy włosy do ramion i dłuższe. Jest obszyta materiałem i bezpieczna dla struktury kosmyków bardziej niż gumka-sprężynka.

• Turban to pomysł na ochronę włosów krótszych, zwłaszcza jedwabny (np. Notino, Cat&Cat), bo zapobiega łamaniu i działa… antiageing. Kondycji pasm sprzyja też jedwabna poszewka.

Fot.: Adobe Stock (2), materiały redakcyjne/AI

Zapachowe WSPARCIE

Aromaty mają moc, którą możesz wykorzystać dla swojego dobrostanu. Poznaj scent hacking, to zarządzanie emocjami, stresem i koncentracją za pomocą zapachów.

Nasz mózg reaguje na zapachy błyskawicznie, bo trafiają wprost do układu limbicznego – jego części, która odpowiada za emocje, pamięć i instynkty. Potrafią w kilka sekund zmniejszyć stres, wspomóc skupienie, poprawić humor. Pozwól więc działać swojemu nosowi i stwórz zapachowe SOS.

Dla skupienia i energii sięgnij po mgiełkę lub olejek z mięty pieprzowej. Z kolei rozmaryn to król produktywności, bo poprawia pamięć i przyspiesza procesy myślowe. Natomiast porcja cytrusowej wody toaletowej to zastrzyk energii dla ciała i zmysłów.

Po intensywnym dniu układ nerwowy potrzebuje sygnału: „Jesteś bezpieczna". Przyniesie go np. lawenda, bo obniża ciśnienie krwi i poziom kortyzolu. Ze stresem radzi sobie też drzewo sandałowe, które wycisza układ nerwowy, daje poczucie stabilności. A wanilia i bergamotka redukują lęk i kojarzą się z bezpieczeństwem.

Postaw na naturę, syntetyczne zapachy do wnętrz zamień na olejki eteryczne, suszone zioła. Kroplę olejku dodaj do porcji balsamu lub żelu pod prysznic, nanieś na chusteczkę, poduszkę lub użyj roll-ona. Stosuj oszczędnie, nadmiar zmęczy system nerwowy.

Polecamy kosmetyki



1. Maska do włosów o zapachu wiśniowym, ISANA, ok. 4 zł
2. Liftingująca maska w płacie na szyję i dekolt, BIOTANIQE, ok. 13 zł
3.Krem nawilżający o przedłużonym działaniu Hydrain 2, DERMEDIC, ok. 40 zł

Fot.: mat.prasowe (3)

REKLAMA

KolagenCito dobry wybór każdego dnia!



Kolagen jest jednym z najważniejszych składników w organizmie[1].

Produkt wzbogacony z kolagenem i witaminą C dla osób, które chcą świadomie dbać o swoją codzienną dietę. Wygodna forma miękkich pastylek sprawia, że KolagenCito możesz mieć zawsze przy sobie. KolagenCito – dobry wybór! To produkt stworzony z myślą o osobach, które cenią doświadczonego producenta, wygodną formę oraz znane składniki. KolagenCito zawiera kolagen oraz odpowiednią ilość [1]witaminy C, która pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu, w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry, kości, chrząstki, dziąseł oraz naczyń krwionośnych. Dzięki praktycznej formie miękkich pastylek nie wymaga rozpuszczania ani przygotowywania. Wystarczy ssać do 3 pastylek dziennie – wygodnie w domu, w pracy, w podróży czy podczas aktywnego dnia. To prosty sposób na wzbogacenie codziennej diety o kolagen i witaminę C. Ponadto witamina C pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

W nowoczesnej formie KolagenCito – to twój codzienny przyjaciel

KolagenCito to także doskonały pomysł na praktyczny i wartościowy prezent dla bliskiej osoby, która dba o zdrowy styl życia i świadome odżywianie. Eleganckie opakowanie produktu sprawia, że będzie trafionym upominkiem na wiele okazji.

Produkt jest chroniony prawem patentowym na świecie, co potwierdza jego oryginalność i wyjątkowy charakter. Wybierając kolagenCito, sięgasz po produkt opracowany z myślą o wzbogaceniu diety i codziennym komforcie stosowania.

KolagenCito – wygoda i sprawdzone składniki każdego dnia.

Kupisz w aptekach i sklepach zielarskich.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL, ul. Dąbrowskiego 5, 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl



To bardzo lubi skóra ALERGIKA

Sprawdź, z czego się ucieszy i daj jej to. Traktuj ją łagodnie, pielęgnuj właściwie, bo podrażniona nieładnie wygląda, może nawet boleć.

Nieważne, czy bierzesz szybki prysznic, czy 15-minutową kąpiel w wannie. Ważne, jaki preparat dodasz do wody. Do pielęgnacji skóry skłonnej do alergii nie używaj zwykłych mydeł, płynów do kąpieli ani szamponów.

Stosuj emolienty. Są to substancje nawilżające i natłuszczające. Uzupełniają naturalnie obecne w skórze lipidy międzykomórkowe oraz substancje wiążące wodę w skórze, zapobiegając jej utracie. Głęboko wnikają w skórę, dzięki czemu staje się ona bardziej elastyczna, co zmniejsza świąd. Emolienty mają różną postać: kremów, maści, płynów i olejków do kąpieli, żeli i kostek toaletowych do mycia. Mogą zawierać ciekłą parafinę, olej arachidowy lub sojowy, a często także inne, dodatkowo działające składniki.

Myj włosy metodą kubeczkową. Skoncentrowane szampony powodują podrażnienia skóry skłonnej do alergii, świąd, pieczenie i sprzyjają powstawaniu wyprysków. Dlatego dermatolodzy polecają mycie włosów metodą kubeczkową. Wybierz szampon dla alergików (przezroczysty). Niewielką ilość szamponu wlej do kubeczka. Dolej ok. 200 ml (szklanka) wody i wymieszaj, aż składniki się połączą. Gdy pojawi się delikatna piana, wlej zawartość kubeczka na zmoczone włosy. Starannie wmasuj szampon. Na koniec dokładnie spłucz włosy.

Medytacyjne rytuały. Udowodniono, że wyprysk alergiczny i podrażnienia nasilają się w stresujących sytuacjach. Stresu nie unikniesz, dlatego trzeba nauczyć się go łagodzić. W chwilach nasilonych emocji możesz wypróbować metodę oddechową Andrew Weila. Zrób wdech przez nos, licząc do czterech. Wstrzymaj oddech na siedem sekund. Wydychaj powietrze przez osiem sekund, przez zaciśnięte usta, wymawiając głoskę „s". Powtórz 4 razy.

Umiarkowane temperatury. Alergiczna skóra nie lubi ani zbyt wysokich, ani zbyt niskich temperatur. Na to, co jest na zewnątrz, nie masz wpływu. Ale w domu możesz utrzymywać temperaturę dobrą dla swojej skóry, czyli ok. 20°C. Ważne jesteż odpowiednie nawilżenie. Nie powinno być niższe niż 40 proc. i wyższe niż 60 proc. Wilgotność zmierzysz za pomocą higroskopu (ok. 30 zł).

Dobre bakterie. Stosowanie probiotyków zwiększających liczebność bakterii jelitowych typu Lactobacillus, Bifidobacterium i Bacteroides zapobiega alergiom i łagodzi przebieg atopowego zapalenia skóry. Najskuteczniejszy będzie probiotyk ze szczepami typowymi dla mikrobiomu Polek.

Fot: Adobe Stock

Mała rzecz, A... LECZY

Czy wiesz, że tak „niewinna" czynność jak malowanie paznokci może mieć **korzystny wpływ na twoje samopoczucie, a nawet zdrowie?**

Dzieje się tak, ponieważ obniża poziom hormonów stresu, m.in. kortyzolu. To zasługa precyzyjnych ruchów, które wymagają pełnej koncentracji i harmonii. Mózg, skupiony na jednym zadaniu, automatycznie wycisza chaotyczne myśli. Każde pociągnięcie pędzelkiem to mikromedytacja. Najlepszy efekt daje technika trzech warstw: podkład, kolor, top coat (utrwalacz). Między położeniem każdej rób pięciominutową przerwę. Podczas suszenia masuj dłonie oliwą z oliwek – pobudzisz punkty akupresury, które łączą się z sercem i układem trawiennym. Wybieraj kolory świadomie: czerwień pobudza, błękit uspokaja, zieleń regeneruje. Masz ochotę na ozdóbki? Śmiało! Gwiazdki, cyrkonie, wstążki i wszelkie wymyślne wzory to wentyl dla na co dzień uśpionej kreatywności i źródło przyjemności.

Z aptecznej półki



Cukierki Szałwiowe z miodem i witaminą C poprawią funkcjonowanie gardła i krtani. Do nabycia w aptekach i zielarniach.
Reutter, 50 g/11 zł



Mgiełka z wyciągiem z bursztynu do włosów zniszczonych wzmacnia, pielęgnuje, chroni i odżywia włosy.
Farmona.
200 ml/14 zł



White Boost to wybielająca pasta do zębów z kryształami pereł. Biała Perła, 75 ml/27 zł

Fot.: Materiały prasowe (3)

REKLAMA



WITAMINKI
dla chłopca i dziewczynki

Nasze pociechy nie zawsze chętnie jedzą to, co powinny, za to ochoczo sięgają po lody, chipsy i inne niezdrowe przekąski. Dlatego warto zatroszczyć się o to, by w codziennej diecie dziecka nie zabrakło ważnych witamin, np. uzupełniając ją o smaczny suplement zawierający potrzebne składniki. Dlaczego to takie istotne? Witamina A zapewnia dobry wzrok. Witaminy z grupy B są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego. Witamina C to strażnik dobrej odporności i źródło energii. Witamina D dba o dobre wchłanianie wapnia potrzebnego kościom i zębom. Witamina E chroni młode komórki i przyczynia się do prawidłowego rozwoju dziecka.

Floradix® KINDERVITAL®

W TROSCE O ZDROWIE TWOJEGO DZIECKA

- Zawiera 9 witamin w tym witaminę D oraz wapń niezbędne dla zdrowych kości i zębów.
- Polecany wszystkim dzieciom w okresie wzrostu.
- Wspomaga rozwój młodego organizmu, dostarcza mu energii i siły.
- Produkt w 100% naturalny, smaczny, dzieci go lubią!



Naturalne toniki Floradix® 100 lat zaufania w Niemczech. Teraz także w Polsce.

Salus
Naturalna ochrona zdrowia od 1918 roku

Infolinia: 881 21 21 84
fb.com/floradixpolska

www.floradix.pl
www.salus-haus.com
www.naszazielarnia.pl

SMAKI *Morza Śródziemnego*

Warzywa dojrzewające w pełnym słońcu kuszą intensywnością aromatu i koloru. To zaproszenie do prostego, ale wyjątkowego ucztowania w południowym rytmie.

Hiszpański chłodnik

SKŁADNIKI: • 1 kg pomidorów • 2 kromki chleba • 250 ml bulionu warzywnego • 1 słoik pieczonej papryki • 2 ząbki czosnku • 2-3 łyżki octu jabłkowego • 2 cebule dymki • 200 g sprawionych krewetek • oliwa • sól • pieprz • cukier • 1 papryczka jalapeños

PRZYGOTOWANIE:

1. Chleb namocz w zimnej wodzie i odstaw. Pomidory umyj, sparz wrzątkiem, zdejmij z nich skórkę, po czym pokrój drobno. Papryki osącz z zalewy, pokrój. Cebule obierz, drobno posiekaj. Czosnek obierz, a następnie przeciśnij przez praskę. Bulion podgrzej.

2. Do blendera wrzuć namoczone pieczywo, pomidory, paprykę, 1 cebulę oraz czosnek. Dolej bulion, zagotuj. Dodaj ocet jabłkowy. Wszystko bardzo dokładnie zmiksuj na gładko. Dopraw solą, pieprzem, cukrem oraz oliwą.

3. Krewetki usmaż na oliwie. Papryczkę pokrój drobno. Zupę podawaj z krewetkami, odrobiną cebulki i pikantnej papryczki.

***Czas przygotowania:* 30 minut**
***Porcje:* 4 *Stopień trudności:* łatwy**

SHOW CIEKAWOSTKA:

Kuchnia śródziemnomorska została wpisana na listę niematerialnego dziedzictwa UNESCO. Jej wyjątkowość kryje się w sezonowości, prostocie i wspólnym biesiadowaniu.

Fot.: House of Food (4)



Faszerowane pomidory

SKŁADNIKI: • 4 pomidory bawole serca • po 1/2 pęczka natki i bazylii • 6 łyżek oliwy • 50 g orzeszków piniowych • sól • pieprz • 50 g parmezanu • 125 g chleba wiejskiego • 2 łyżki masła • 75 g fety • 2 dymki • 75 g serka śmietankowego • 1 łyżeczka startej skórki z cytryny • 1 łyżka octu z białego wina

PRZYGOTOWANIE:

1. Z pomidorów zetnij wierzchy i wydrąż. Środki połącz z natką, bazylią, 4 łyżkami oliwy, orzeszkami i parmezanem. Zmiksuj. Pesto przypraw. Wstaw do lodówki.

2. Chleb pokrój w kostkę, zrumień na maśle. Dymki posiekaj, fetę pokrusz. Połącz z serkiem, skórką cytrynową i octem. Dopraw. Napełnij tym pomidory i przykryj wierzchami.

3. Pomidory z farszem ustaw na tacce do grillowania. Skrop pozostałą oliwą i grilluj pod przykryciem około 15 minut. Przed podaniem polej pesto.

Czas przygotowania: 35 minut
Porcje: 4 Stopień trudności: średni



Sałatka z indykiem

SKŁADNIKI: • 1 ząbek czosnku • po 2 gałązki tymianku i bazylii • 300 g cukinii • sól • 3 łyżki oliwy • 300 g czerwonej papryki • pieprz • 35 g rukoli • 2 łyżki jasnego octu balsamicznego • 400 g gnocchi • 1 szczypta cukru • 1 łyżeczka masła • 2 pomidory • 4 sznycle z indyka

PRZYGOTOWANIE:

1 .Czosnek posiekaj, wymieszaj z listkami tymianku. Cukinię przekrój wzdłuż i pokrój w plasterki. Paprykę potnij w paski. Warzywa połącz z czosnkiem, tymiankiem i łyżką oliwy, dopraw. Pomidory pokrój w kostkę i połącz z octem balsamicznym oraz cukrem.

2. Gnocchi smaż 3–4 minuty na maśle. Na tej samej patelni podduś warzywa. Mięso posyp solą i pieprzem. Usmaż na pozostałej oliwie po 2 minut z każdej strony. Podaj z gnocchi, warzywami, rukolą i pomidorowym dressingiem. Posyp listkami bazylii.

Czas przygotowania: 35 minut
Porcje: 4 Stopień trudności: średni

Mięso w bakłażanach

SKŁADNIKI: • 2 bakłażany • 3 łyżki oliwy • sól • pieprz • 5 gałązek natki • 2 łyżki koncentratu pomidorowego • 1 cebula • po 1/2 łyżeczki kuminu, słodkiej papryki, cynamonu • 250 g mielonej jagnięciny • 15 g orzeszków piniowych • miąższ z 1/2 granatu

PRZYGOTOWANIE:

1. Bakłażany przetnij wzdłuż na pół. Posmaruj 2 łyżkami oliwy. Oprósz solą i pieprzem. Ułóż na blasze z pergaminem. Piecz 20 minut w 225°C. Cebulę obierz, posiekaj.

2. Natkę opłucz, posiekaj. Koncentrat wymieszaj z 2 łyżkami wody. Na patelni rozgrzej 1 łyżkę oliwy. Wrzuć cebulę i przyprawy. Smaż kilka minut, dołóż mięso, natkę, koncentrat z wodą oraz orzeszki piniowe. Smaż jeszcze 6 minut. Wymieszaj z miąższem granatu. Przypraw solą i pieprzem.

3. Mięsną masę rozłóż na połówkach bakłażanów. Zmniejsz temperaturę do 200°C. Piecz jeszcze 8-10 minut.

Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 4 Stopień trudności: łatwy





POŻEGNANIE LATA

To doskonały czas na rodzinne przyjęcia pod gołym niebem. A dekoracje robią się niemal same! Na stołach pięknie prezentują się trawy w wazonach, słoneczniki w bukietach lub solo oraz kosze wypełnione sezonowymi owocami.

PIĘKNY *koniec sezonu*

To właśnie teraz natura zachwyca intensywnością kolorów, zapachów i swoich najpiękniejszych darów. Warto celebrować tę obfitość.

Z MIŁOŚCI DO KWIATÓW

Lekki wianek z kilku hortensji pozwala zatrzymać lato na dłużej. Kwiaty ścinaj pod koniec sierpnia lub we wrześniu, gdy są lekko „papierowe" w dotyku. Zbyt świeże mogą zwiędnąć zamiast się zasuszyć. Gotowy wianek zawieś w suchym, przewiewnym i zacienionym miejscu, aby pięknie się zasuszył.



ŚWIĘTO PLONÓW

Złociste kłosy pszenicy czy żyta lub łąkowe trawy spalone słońcem to wdzięczny materiał dekoracyjny. Tworzą naturalny akcent w bukietach i na stole. Wystarczy wpleść kilka w opadający luźno koniec prostego lnianego bieżnika i związać jutowym sznurkiem.

Zbieraj trawy i kwiaty w suchy dzień, wiąż w pęczki i susz w przewiewnym, zacienionym miejscu.



STÓŁ PEŁEN KOLORÓW

Jarzębina to wyrazisty akcent sezonowej aranżacji. Zrobisz z niej nie tylko korale. Gałązki wystarczy wstawić do wazonu, a w towarzystwie małych, dekoracyjnych dyń ułożonych na wiklinowej tacy, stworzą efektowną kompozycję. A gdy owoce jarzębiny zaczną się lekko marszczyć, wylej wodę i pozwól gałązkom zaschnąć.

Fot.: Adobe Stock (3), materiały prasowe Sostrene Grene (2), IKEA, JYSK, LOBERON

Wypróbuj u siebie!



Kosz naturalny. JYSK, 119 zł; Poszewka na poduszkę (50x50 cm). IKEA, 14,99 zł; Wazon, szkło dmuchane. LOBERON, 229 zł/2 szt.



UROK SIELSKICH WIĄZANEK

Najpiękniejsze bukiety panny młodej tylko teraz! Stawiamy na estetykę boho inspirowaną naturą – prostą, autentyczną i pełną sezonowego wdzięku. Puszyste trawy w duecie z rudymi daliami czy goździkami to florystyczny hit roku. Taka wiązanka nie potrzebuje dodatkowych ozdób – wystarczy wstążka idealnie dopasowana kolorystycznie. Uroczy wybór na ceremonię w plenerze.

Kuba

Kto rzucił klątwę NA HAWANĘ?



Widok na Habana Vieja, starówkę stolicy Kuby. Wzrok przykuwa kopuła El Capitolio czyli Kapitolu.

Stolica Kuby jest jak piękna kobieta w bardzo dojrzałym wieku. Jej uroda nie przemija, ale... znów nastały trudne czasy.



Odświętnie ubrane kobiety z cygarami pozują do zdjęć za pieniądze. Taka praca.



Odnowione kilka lat temu kamienice robią duże wrażenie. Podobnie jak samochody, które mają 70-80 lat.

Turystyczny autokar z plaż Varadero podjeżdża na parking na brzegu kanału portowego. Z zabytkowego fortu jest najpiękniejszy widok na stare miasto, po hiszpańsku: Habana Vieja. Z daleka wygląda dostojnie.

Nic dziwnego, wszak to jedna ze stolic Nowego Świata w czasach, gdy swoje porządki zaprowadzali w nim Hiszpanie. Później historia Kuby się zagmatwała. Widać to po samochodach. Jeżdżą amerykańskie Pontiaki, które pamiętają lata 40. XX wieku. A między nimi nasze wysłużone, ale wciąż na chodzie Fiaty 126p!

Kuba zakręci w głowie

Zapewne każdy z nas ma w głowie jakiś obraz tego miasta zapamiętany z filmów albo zdjęć. Na tej „tablicy z pocztówkami" jest może bulwar Malecón, plac katedralny, Kapitol, nawet Plac Rewolucji.

Wszystko to zobaczymy w kilka godzin. Po drodze będą nas nagabywać miejscowi. Są serdeczni. Zaproszą na domowy obiad, poproszą o parę dolarów w zamian za oprowadzanie lub pozowanie do zdjęć. W oczach mają poruszającą mieszankę wewnętrznej siły i głębokiego smutku.

Wspomnienia nie mają ceny

Chodząc po ulicach Habana Vieja, uważajmy na kobiety w eleganckich strojach, z cygarem w ustach. One pracują… pozując. Jakoś trzeba żyć… Jeśli nie chcemy płacić – nie róbmy im zdjęć.

Spacer zacznijmy od Malecón. Słynny bulwar wzdłuż oceanu, przez który w czasie sztormu przewalają się ogromne fale. Na falochronie siedzą dzieciaki, po drugiej stronie ulicy domy, które próbują przeżywać chyba czwartą już młodość. Dojdziemy tędy do hotelu Nacional, legendy dawnej amerykańskiej mafii i dzikich imprez z Frankiem Sinatrą.

Fidel, Ernest i Che

Godzinny spacer doprowadzi nas stąd na Plac Rewolucji, gdzie Fidel Castro przemawiał godzinami. Na wieżę z pięknym widokiem wjeżdża winda. Często miewa awarie, więc jest ryzyko.

Wreszcie starówka. Niektóre domy pięknie wyglądają tylko od frontu. Osobny temat to Hawana Hemingwaya. Na szlaku hotel Ambos Mundos i bar Floridita, gdzie wymyślił drink daiquiri.

Co jeszcze? Kapitol jest wyższy od tego w Waszyngtonie. Przed nim stoją różowe Cadillaki. Obok wspaniały Gran Teatro i Pałac Bacardich, tych od rumu. To znak, że czas na mojito… Za Che Guevarę!



Coco Taxi to nie zabawka, a środek transportu. Przejażdżka nim jest wyzwaniem i przygodą.

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



Hawana tętni muzyką, pulsuje zmysłowym rytmem, którego nie ima się czas.

TO JEST HIT

Ród smoka

Jak zostać KRÓ

Historia rodu Targaryenów, pełna ambicji, zdrad i smoków, przyciąga przed ekrany miliony widzów. **Bo w Westeros kryje się wiele niezwykłych opowieści…**

Gdy 4 lata temu zadebiutował „Ród Smoka”, widzowie zastanawiali się, czy prequel dorówna fenomenalnej „Grze o tron”. Legendarna produkcja, oparta na sadze George’a R.R. Martina, przez 8 sezonów zachwycała fanów na całym świecie (obydwie serie możemy obejrzeć w HBO Max). Tymczasem z roku na rok czekamy z niecierpliwością na kolejne odcinki, by dowiedzieć się, jak potoczy się krwawa wojna o władzę w Westeros. Od pierwszych chwil pokochaliśmy księżniczkę Rhaenyrę, która nie zawahała się walczyć o to, co jej się należy – Żelazny Tron.

A jeszcze kilka lat temu świat nie słyszał o odtwórczyni głównej roli, 34-letniej dziś Emmie D’Arcy. To bez wątpienia wielki zaszczyt już na początku kariery wejść do rodziny Targaryenów, więc oczekiwania aktorki wobec samej siebie i presja ze strony fanów sagi były ogromne!

Jedna rola, dwie aktorki

Pojawienie się Emmy D’Arcy w „Rodzie smoka” było dla widzów zaskakujące i… kontrowersyjne. W pierwszych odcinkach Rhaenyrę Targayen grała młodziutka australijska aktorka Milly Alcock. Z początku zestresowana 22-latka, pod okiem serialowej ekipy, rozkwitła na ekranie niczym kwiat i szybko oczarowała cały świat! I dlatego to, że urocza Milly zniknęła z obsady już w 6. odcinku serii, wywołało prawdziwą burzę. Jej miejsce w roli Rhaenyry zajęła Emma D’Arcy. Mimo początkowej konsternacji widowni, dojrzalsza i poważniejsza wersja księżniczki Targaryen spotkała się z równie ciepłym przyjęciem, a w 2022 roku D'Arcy została okrzyknięta jedną z najbardziej obiecujących wschodzących gwiazd. Co ciekawe, mimo że obie aktorki zagrały tę samą postać, na planie nie współpracowały ani nie rozmawiały ze sobą ani razu! Pierwsze ich spotkanie odbyło się dopiero na konferencjach prasowych promujących „Ród smoka”. – Zabroniono mi choćby zerknąć na kwestie starszej Rhaenyry w scenariuszu – mówiła Milly.

Choć zabieg wymiany aktorek był ryzykowny, wydawał się całkowicie naturalnym wyborem. Mimo to przed aktorką z Wielkiej Brytanii postawiono naprawdę niełatwe zadanie. Ciężko w to uwierzyć, ale przed castingiem do „Rodu smoka” D’Arcy nie obejrzała ani jednego odcinka „Gry o tron”! – Nie wiem, czy poradziłabym sobie z presją, gdybym była fanką serialu – tłumaczyła. Udało jej się jednak, mimo wielu trudności i wyzwań, stworzyć postać autentyczną, nie kopię znanych nam bohaterów i za to, tak jak jej poprzedniczkę, pokochała ją publiczność.

Wizja kobiecości

Popularność to dla niej doskonałe narzędzie, by mówić o sprawach najważniejszych. Emma, jako osoba niebinarna, od lat głośno mówi o swoich przekonaniach dotyczących roli ko-



Polski akcent

Ekipa do zdjęć wykorzystywała historyczne i malownicze plenery m.in. w Portugalii oraz w Hiszpanii, a w budowaniu monumentalnego świata Westeros brał udział polski scenograf Michał Siedlecki, znany także z pracy przy „Wiedźminie” i „Wikingu”,

Fot.: East News, materiały prasowe (5)

LOWĄ?

biety w społeczeństwie i definicji płci. Przyznaje, że pod pewnymi względami czuje się jak swoja bohaterka, Rhaenyra, która została uwięziona w ciele kobiety, a przeznaczone jest jej odgrywać rolę mężczyzny. – Może to świat fantasy, ale przerażająco pokrywasięznaszązrzeczywistością.Jateż przez długi czas myślałam, że muszę prezentować się światu jako kobieta, aby odnieść sukces – mówi. I zdradza, że dopiero, kiedy przestała udawać, nareszcie poczuła się wolna.

SHOW Paulina Miluska





Przyjaciółki czy rywalki?

Choć Rhaenyra i Alicent w dzieciństwie były wręcz nierozłączne, gdy dorosły, musiały ze sobą walczyć.



Co dwie głowy...

Współpraca Milly Alcock i Emmy D'Arcy wyszła fenomenalnie!



Bardzo zła przepowiednia

Słowa umierającego króla Viserysa doprowadziły do krwawej wojny...



Umrzemy za królową!

Książę Daemon przysiągł dziedziczce tronu wierność i dozgonną miłość.

SHOW extra



Klucz do zwycięstwa

Smoki w Westeros to prawdziwa potęga, ale też ogromne niebezpieczeństwo dla królestwa...



Dla Sandry Bullock to powrót na ekran po stracie ukochanego, Bryana Randalla.

Premiera w kinach 11.09

Totalna magia 2

Mija 25 lat od kiedy siostry Owens – Sally (Sandra Bullock) i Gillian (Nicole Kidman), próbowały walczyć z ciążącą nad ich rodem prastarą klątwą. Niestety, każdy mężczyzna, którego pokochały Owensówny, prędzej czy później ginął. Teraz Sally sama ma już dorosłe córki – Antonię (Maisie Williams) i Kylie (Joey King). Gdy pewnego dnia Kylie zaczyna przejawiać magiczne zdolności, skrywane przez lata rodzinne sekrety wychodzą na jaw. Siostry Owens, wraz z ciotkami Jet (Dianne Wiest) i Frances (Stockard Channing), po raz kolejny muszą zjednoczyć siły.

Książki

POLSKIE ZDRAJCZYNIE – PIĘKNE, OKRUTNE I ZŁE

» Intrygi i ambicje. Wiele kobiet próbowało wpływać na polską historię, ale nie zapisało się dobrze na jej kartach. Oto one!

STARZENIE BEZ STAROŚCI

» Holistyczny plan, który pomoże ci zachować energię, zdrowie i radość życia na kolejne dekady. Do wypróbowania od zaraz!

BEZ SKÓRY. JAK ROZMAWIAĆ Z LUDŹMI W ŻAŁOBIE

» Co nas drażni po stracie bliskiej osoby, a co daje siłę? Jak zachwycać się światem w pojedynkę? Odpowiedzi szukaj już teraz.

SPADKOBIERCY

» Warmia i Mazury to nie tylko jeziora i lasy, ale też skomplikowana historia. Kto opowiedział ją w książkach najlepiej, komu uwierzyć?

MORDERCZA DIETA CUD

» Turnus odchudzający w luksusowym pensjonacie w Zawilanach zmienia się w walkę o przetrwanie, gdy nagle pojawia się trup.





Premiera 4.09 Apple TV

KATASTROFA W DUECIE

» Marcin Dorociński, Ryan Reynolds i Kenneth Branagh w obsadzie doborowej komedii akcji. Kiedy amerykański pilot, porucznik Troy Kelly (Reynolds) zostaje wysłany na tajną misję na terytorium Związku Radzieckiego, nie wszystko idzie zgodnie z planem. Na terenie wroga Kelly poznaje m.in. byłego agenta KGB i fana amerykańskiej popkultury, Nikołaja Ustinova (Branagh) oraz radzieckiego złoczyńcę, Aleksandra Volkova (Dorociński).



Premiera 10.09 Netflix

GDZIE JEST MÓJ AGENT?

» Przebojowy serial o agencji aktorskiej z Paryża doczekał się filmowej kontynuacji. Mija pięć lat, od kiedy agencja Ask zaliczyła spektakularny upadek, a Andréa Martel (Camille Cottin) postanowiła realizować własne marzenia, w tym m.in. o reżyserii. Ale kiedy z jej pierwszego filmu nagle odchodzi główny aktor, Andréa kłóci się z producentem, a na dodatek zaczyna grozić jej utrata praw do opieki nad córką, prosi byłych kolegów z agencji Ask o pomoc. Jednak, mimo upływu lat, nie wszystkie zatargi poszły w niepamięć.



Już w kinach

VIVALDI I JA

» Producenci „Wielkiego piękna" i „Młodości" zabierają nas do XVIII-wiecznej Wenecji, gdzie w miejscowym sierocińcu poznajemy utalentowaną, młodą skrzypaczkę Cecilię (Tecla Insolia). Kiedy pragnąca dobrego życia i rozwijania muzycznej pasji nastolatka trafia pod skrzydła nowego nauczyciela – Antonio Vivaldiego (Michele Riondino), zaczyna powoli wierzyć, że uda jej się spełnić marzenia i odmienić swój los.



Teatr

» Daniel i Sibylle od lat są małżeństwem, mają stabilną pracę, wspaniałe dzieci i apartament, w którym codzienność toczy się przewidywalnym rytmem. Aż do dnia, gdy na progu staje Franziska – dawna partnerka Daniela. Jej obecność wydobywa skrywane od dawna napięcia i zmusza bohaterów do konfrontacji. Czy rzeczywiście są tymi ludźmi, którymi pragnęli się stać? Czy droga, którą w życiu podążali, nie była naznaczona zbyt wieloma kompromisami? W przeniknietej gorzkim humorem sztuce „Eks" Mariusa von Mayenburga, prezentowanej w warszawskim Teatrze Ateneum, dotykamy sedna relacji trojga ludzi, ale też odnajdujemy portret pokolenia współczesnych czterdziesto- i pięćdziesięciolatków.

Fot: mat.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-Mołeda.
HUB PORADNIKI: RED. ZARZĄDZAJĄCA Monika Bobowska **HUB KRZYŻÓWKI: RED. ZARZĄDZAJĄCA** Joanna Lewińska **SEKRETARIAT** Karolina Bednarska, tel. 882 743 054.
HUB FOTOEDYCJI: LIDER Agata Zasada, **KOORDYNATORZY** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno, **FOTOEDYTORZY** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska.
HUB GRAFICZNY: DYREKTOR Robert Latek, **LIDERZY** Agnieszka Andrzejewska, Michał Leuszniewicz, Wojciech Makowski, **KOORDYNATORZY** Małgorzata Kaptur, Bartłomiej Ratny, **GRAFICY** Leszek Chyliński, Jacek Czekała, Anna Fortuna, Robert Kowalczyk, Monika Grunt-Maj, Grażyna Szulkowska, Robert Zalewski.

Bauer Media Group

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

PBC

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

PANORAMA

Sprawdź swoją wiedzę, rozwiązując naszą krzyżówkę.

ćwik, spryciarz / dewastator
człowiek porywczy
24 godziny / cena akcji
wielbi go tłum
splot prętów
z cybuchem
słowa piosenki
kocioł
decyzja sądu
krzew parkowy
gatunek sera
odgłos bólu
wiano
dmie w żagle
wędrowiec, obieżyświat
obwódka czapki majora
złącze blach
esencja z ziół
dobry tynfa wart
balowa w zamku / cudza nie boli
święty od zgub
wzorek z dziurek / sala szkolna
średni rozmiar
ptasie gody
... Damon, aktor
z niej pieluchy
ogół norm moralnych
brzeg kapelusza
żywiołowość
ciastko z ubitych białek
odmierzany przez zegar
uroczysta pieśń
słoń kopalny
taniec z Kuby
płetwonogi ssak
w cudzysłowie
skrzynka wyborcza / równe w marszu
dopinguje drużynę
na skrzypiące zawiasy
budyniowy w eklerce
oblicza wymiar urlopu
krewna salamandry
w butli nurka / miara krawca
planeta jak bóg / sterta drewna
kształci się bez nauczyciela
chlebowy zaczyn
rodzicielka / sprzęt fotografa
ciężar / kazalnica
właściciel cudownej lampy
dziecko, maluch
odcinek wyścigu / jaglana, manna
obieżyświat / 6 z 49
„mózg" armii / wertuje je sędzia
układ militarny / namiot Apacza
atrakcja Sopotu / as w rękawie
ścierany z mebli
skała koralowa
chodzi w turbanie
podobny do kilofa
wywołuje infekcję / wszystko przeoczy
zapiekana kromka chleba
apopleksja
stawiał piece
urzędowy wykaz stawek
koteria
jadalne bulwy kolokazji
drogowy lub zapytania



1	2	3	4	5	6	7

WYKREŚLANKA

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

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

Słowa do wykreślenia:

~~ANTYPATIA~~
BARANICA
BEKAS
BIAŁKO
BIEG
BRAK
BRAKARZ
DIAMENT
DOK
FAN
FASADA
FORTECA
FRAMUGA
GNIECIUCH
HARFIARZ
KARPIEL
KECZ
KŁAMSTWO
KNYSZA
KOKSOWNIK
KOZIOŁ
LUK
MANIA
NAMIOT
OBRONA
OGÓREK
OPIEKUN
OWCA
PANDA
PLACOWE
PRĘCIK
RANKING
SŁOŃ
SPEDYTOR
SPISEK
SPYCHACZ
STACJA
STOŁEK
SZPARAG
SZTUĆCE
TAMA
TECHNIKUM
TLENEK
TOFU
TRĄBA
TROFEUM
TRUD
TUR
WAŁ
ZAPORA
ZARZUT
ZESKOK

SZYFRÓWKA

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

1 W	2	3	4	5 A	6	7	8	9 S	10
11	12 R	13	14	15 I	16	17	18 U	19	20



5		16		14	8	10	5	12	16		9		2
11	13	8	4	5		12			5	17	5	4	5
12		20		1 W	15 I	5 A	12 R	18 U	9 S		16		19
8	10	5	14	15		4			5	10	8	12	2
19		12		5	9	3	9	8	12		18		6
4	12	7	8	19		12			7	5	10	8	9

5	19	2	8	12	5

Fot.: East News, Adobe Stock

HAPPY HOUR

PANORAMA

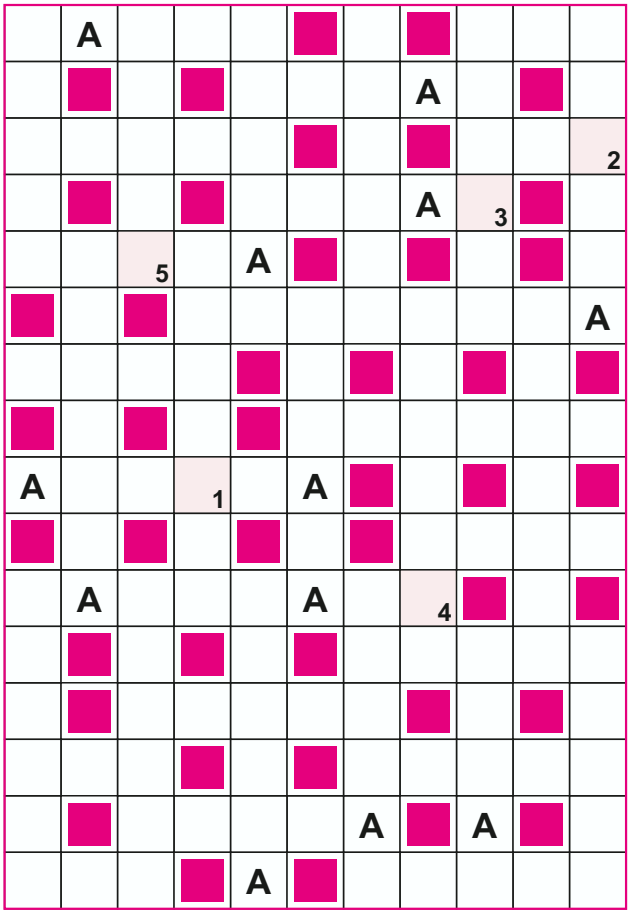
Masz jeszcze chwilę czasu? Następna krzyżówka czeka!

wiadro na śmieci
krach
1/2 denara
owalna figura
dawniej fałsz
słowa przysięgi
inskrypcja
darmowy upominek
3
dawniej pożywienie
łąka w lesie
śniegowy dom
taniec z Rio
bałagan, zamieszanie
szyk żurawi
cierpki owoc na nalewki
wiara w Allaha
atrybut pisarza
6
okulary motocyklisty
kleryk
agrestu w ogrodzie
ciasto z bakaliami
graficzna w gazecie
tuczony kurczak
na zdjęciu
zaczyna ujęcie filmowe
zbytnia śmiałość
pirat komputerowy
puchacz lub puszczyk
płyn, napój
odmiana agatu
obóz harcerzy
człowiek lękliwy, bojaźliwy
codzienna gazeta
wypełnia ubytek
kret bądź orka
miejska droga
w kawalerii
posłanie borsuka
kij wędrowca
składa skrzek
dolewane do kawy
nad zlewem w kuchni
zimowa atrakcja
skoczny w muzyce
2
boczna w kościele
sucha kiełbasa
rzymska szata
kruchy placek
śmieszna sytuacja
słownictwo
dawniej zysk
wpływy z handlu
stromy, skalisty szczyt górski
ozdoba kufra
ból w kolanie
może być jarzeniowa
wzmianka
wcięcie w tekście
naturalna sceneria
pula w grze
klęska, zagłada
1
praca pługiem
naczynie na rosół
ostra krawędź
gazowany napój
składnik ponczu
7
początek dnia
fałszywa nuta
hałas, zgiełk
kawałek świecy
podobny do strusia
przyjęcie bez tańców
4
nauczycielka
płyta stołu
nasionka na preclu
5
kusa spódnica
córka Zeusa
kolorowa na łóżku
górna część tułowia

1	2	3	4	5	6	7

JOLKA

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



1	2	3	4	5

- kieruje uczelnią
- plac z ratuszem
- freudowska jaźń
- frakcja partii
- gruba gałąź
- od A do ...
- antonim stałej
- zawór
- szusuje po stoku
- handluje łupem
- do pieprzu lub do kawy
- roślina na olej
- podbił Galię
- kiepski obraz
- uprawia ziemię
- argument siły
- miłosny symbol
- duszek leśny
- pachnące na łące
- niedokrwistość
- buty biegacza
- arkusz poprawek
- „krzepkie" warzywo
- opaska tenisisty
- twarz
- żałobne sukno
- polecenie dowódcy
- ptak morski
- klient ZUS-u
- żaba na drzewie
- związek rzemiosł
- czubek wieży
- składacz czcionek
- drzewo liściaste
- bolesny ścisk mięśni
- dłuższy od trąbki
- gra ze stritem

SUDOKU

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

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

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

Fot.: Adobe Stock

HOROSKOP

31 sierpnia - 13 września

Spójrz w GWIAZDY

Bliźnięta potrzebują czasu tylko dla siebie, a osoby spod znaku Koziorożca nie mogą przestać imprezować. Sprawdź, co jeszcze zapisano w gwiazdach.



Klaudia Halejcio (36) PANNA

PANNA 23.08 – 22.09

Zaniedbujesz odpoczynek w gonitwie za przygodą. Pamiętaj o tym, że bezpieczeństwo i zdrowie powinny być na pierwszym miejscu.
PRACA: Możliwość awansu czy zmiany stanowiska przyspieszy bicie twojego serca. Ale czy gra jest warta świeczki?
MIŁOŚĆ: Niespodziewane spotkanie z pewnym przystojniakiem zaowocuje intensywnym uczuciem. Jednak nie spiesz się z decyzjami.

WAGA 23.09 – 22.10

Nawet jeśli czujesz się pewna swego, nie ignoruj przeczucia, które podpowiada, żeby być ostrożnym. Lepiej dmuchać na zimne.
PRACA: Nadarzy się okazja, by podjąć nowy projekt. Czy jesteś na to gotowa? Kolejne obowiązki mogą cię przytłoczyć.
MIŁOŚĆ: Oczekuj nieoczekiwanego. Serce może podpowiadać coś innego, ale pamiętaj o swoich granicach.

SKORPION 23.10 – 21.11

Niemal zapomniałaś o tym, jak ważne jest dbanie o siebie. Czas wrócić do rutyny.
PRACA: Nieoczekiwane propozycje mogą wstrząsnąć twoim światem zawodowym. Pomyśl chłodno o tym, na co warto postawić, a co lepiej odpuścić.
MIŁOŚĆ: Choć możesz czuć, że nadszedł czas na nową miłość, nie podejmuj pochopnie decyzji. Zadbaj o własne potrzeby.

STRZELEC 22.11 – 21.12

Nie pozwól, aby szalone pragnienie spędzenia czasu w plenerze odbiło się na twoim zdrowiu. Bądź rozsądna.
PRACA: Otwierają się przed tobą nowe drzwi. Ale zastanów się, co cię za nimi czeka. Nie wszystko złoto, co się świeci.
MIŁOŚĆ: Emocje między wami mogą być silniejsze niż kiedykolwiek. Jednak prawdziwa intymność wymaga czasu.

KOZIOROŻEC 22.12 – 19.01

Nie daj się zwieść chwilowemu urokowi świata. Wieczne imprezowanie nie wyjdzie ci na dobre – nawet jeśli na tę chwilę czujesz, że wyjątkowo ci to służy.
PRACA: Niespodziewane propozycje mogą przynieść ci ekscytację. Zwróć jednak uwagę na drugą stronę medalu.
MIŁOŚĆ: Pojawi się niespodziewane uczucie, ale nie przyspieszaj biegu wydarzeń.

WODNIK 20.01 – 18.02

Nie zapominaj o potrzebie równowagi między aktywnością a odpoczynkiem. Twoje zdrowie jest cenniejsze niż myślisz.
PRACA: Nadchodzący projekt to okazja, by wreszcie pokazać wszystkim swój ukryty talent przywódcy. Zabłyśnij!
MIŁOŚĆ: Choć związkowe emocje mogą być nieco przytłaczające, pamiętaj o tym, by nie poddawać się chwilowym pokusom.

RYBY 19.02 – 20.03

Nie zapominaj, że czas spędzony w domu też może być wartościowy. Powinnaś już odpuścić dalekie podróże.
PRACA: Kariera stanie przed tobą otworem. To nie będzie łatwy czas, ale bardzo owocny.
MIŁOŚĆ: Pomyśl o konsekwencjach wakacyjnych romansów. Trudno będzie ci wrócić do codziennej rutyny – zwłaszcza, jeśli w domu ktoś na ciebie czeka.

BARAN 21.03 – 19.04

Gwiazdy wystawiają cię ostatnio na niezliczone próby. Jednak wszystko jest po coś. Twoje życie wkrótce pozytywnie się zmieni.
PRACA: Obowiązki zawodowe to nie wszystko. Naucz się rozgraniczać pracę od życia poza nią, bo się się zatracisz.
MIŁOŚĆ: Chociaż uczucia mogą być intensywne, nie zapominaj o swoich wartościach. On może nie być tego warty!

BYK 20.04 – 20.05

Bańka optymizmu w końcu, niestety, pęknie. Cóż, w życiu piękne są tylko chwile. Ale dla niektórych naprawdę warto żyć!
PRACA: Ktoś w biurze wyjątkowo działa ci na nerwy? Siła spokoju to najpotężniejsza broń, więc ją wykorzystaj.
MIŁOŚĆ: Choć serce może pragnąć czegoś nowego, prawdziwe uczucie wymaga cierpliwości, wytrwałości i wielu poświęceń.

BLIŹNIĘTA 21.05 – 21.06

Bliscy pragną twojego towarzystwa. Ale jeśli czujesz się przytłoczona, zadbaj o chwile samotności, które przyniosą ci ulgę.
PRACA: Ile czasu zajmują ci obecne obowiązki? Na pewno wygospodarujesz czas na dodatkowe szkolenia. Rozwijaj się!
MIŁOŚĆ: Coś się kończy, coś się zaczyna. Nie warto żyć sprawami z przeszłości – tym bardziej, że on wcale za tobą nie tęskni.

RAK 22.06 – 22.07

Znalezienie równowagi pomiędzy życiem domowym i towarzyskim to klucz do prawdziwego szczęścia. Szukaj złotego środka.
PRACA: Niespodziewane oferty nowej pracy mogą wydawać się kuszące, zastanów się tylko, czy nie lepiej pozostać lojalnym wobec obecnego pracodawcy.
MIŁOŚĆ: Nie zapominaj: to ty tu dyktujesz warunki. I nie daj sobie tego odebrać!

LEW 23.07 – 22.08

Jesień puka do drzwi, a ty na samą myśl czujesz nostalgię? Nadchodzący czas będzie dla ciebie pełen wspomnień.
PRACA: Dajesz z siebie wszystko i czujesz się niedoceniona? Zwolnij, to nie zaszkodzi. Motywacja wróci ze zdwojoną siłą.
MIŁOŚĆ: Sercowe zawirowania zajmują twoje myśli, ale uwierz, że gwiazdy prowadzą cię w dobrą stronę.

Fot.: Akpa

Oni mają GŁOS



ZBIGNIEW BUCZKOWSKI

„Warto być pogodnym i życzliwym dla ludzi. Trzeba ich kochać i szanować. Dobro, które dajemy innym, zawsze do nas wraca. A największe szczęście to mieć obok siebie ukochaną osobę i rodzinę".



PAMELA ANDERSON

„Miałam w życiu słabsze momenty. Niektóre rzeczy teraz zrobiłabym inaczej. Ale żeby się o tym dowiedzieć, musiałam przeżyć to wszystko, co przeżyłam. Dopiero doświadczenie daje właściwą perspektywę".



EWA CHODAKOWSKA

„Przez lata byłam przekonana, że miękkość jest przeciwieństwem siły. Że jeśli odpuszczę kontrolę, stanę się słabsza. Dzisiaj wiem, że można być silną i jednocześnie czułą".



JOLANTA KWAŚNIEWSKA

„Nigdy nie miałam histerycznych reakcji – krzyk i gwałtowne emocje niczego nie załatwiają. Im spokojniej i ciszej ktoś mówi, tym bardziej muszą się skupić osoby przy stole. To jest prawdziwa siła".



ANNA RUSOWICZ

„Niedawno podjęłam decyzję, że nie będę obchodzić urodzin, a dzięki temu nie będę się starzeć. Wychodzę z założenia, że urodziłam się raz i to wystarczy. Za to uwielbiam obchodzić swoje imieniny".



PAULINA KRUPIŃSKA

„Jeśli coś mnie cieszy, to całkowicie. Mam w sobie zgodę na euforię. Na to, że przez moment jestem jak dziecko, które dostało wymarzony prezent. I pamiętam wszystkie swoje zachwyty. One zostają we mnie na zawsze".



DOMINIKA TAJNER

„Nigdy się nie poddawaj, ale pamiętaj, że na efekty czasem trzeba poczekać. Nie wszystko przychodzi od razu. Najważniejsze to iść dalej, krok po kroku. Dzisiaj może być ciężko. Jutro będzie trochę łatwiej. A za jakiś czas zobaczysz, że było warto".

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

NOWA OLIVIA PIĘKNA JAK TY!



Miesięcznik Olivia dostępny również w formie e-wydania na czytelnia.pl

NOWY NUMER OLIVII W SPRZEDAŻY OD 12 SIERPNIA



Psychologia
Dasz radę! Sprawdź, jak porażkę przekuć w sukces.



Kuchnia na deser
Pyszne ciasta z kruszonką, którym nie sposób się oprzeć.



Podróże
Bałkany w trzech odsłonach! Intensywne, różnorodne i zachwycające.

Magazyn OLIVIA kupisz w dobrych punktach sprzedaży prasy oraz na czytelnia.pl z dostawą do domu

POLUB NAS NA WWW.FACEBOOK.COM/OLIVIA.MAGAZYN

OBSERWUJ NAS NA INSTAGRAMIE: @OLIVIA_MAGAZYN