



Nestačí len
snívať,
musíte
pohnúť
zadkom

10
prikázaní
PRE NAŠU
PLEŤ!

*Martina
Zábranská
& Adam
Bardy:*

VŠETKO O LÁSKE

Teraz sa *venujte sebe!*

Je zima, tak šup pod deku.
*Čítajte, vzdelávajte sa,
pozerajte telku!*

2/2023

2,79 € / 81 Kč



0.2

Túžba

**PO HRIEŠNEJ LÁSKE JE ROVNAKO NÁVYKOVÁ
ako túžba po sladkom.**



Kúpite na www.evitovky.sk alebo v kníhkupectvách
alebo naskenujte QR kód

Editoriál o tom, že nielen telo má byť sýte

Jám rada tie naše štyri ročné obdobia. Aj v tom, že vlastne každé tri mesiace žijeme trochu iný životný štýl, aj v maličkostiach.

Na jeseň, keď si oblečiete bundu alebo kabát a vo vreckách objavíte to, čo ste tam nechali v posledný chladný jarný deň. Pár drobných alebo žuvačku, alebo nákupný zoznam, alebo posledné roky zabudnuté, použité rúško. :-)

Na jar, keď začíname všetci vychádzať viac von a do záhrad a vidíme, ako deti od susedov podrásli, ako sme my dospelí zmenili farbu vlasov, schudli, pribrali, zostarli alebo omladli...

V zime, keď menej chodíme medzi ľudí, horia sviečky, je pustená telka a sú otvorené knihy, keď viac spíme a viac varíme, keď plánujeme leto, ktoré je zas v znamení výjazdov, výletov, jedenia v meste na terasách... veď to poznáte.

No a február je ten mesiac, keď už človek začína mať tej zimy tak trochu plné zuby, už aj lyžoval, už aj všetky svetle od Ježiška ponosil, už by to chcelo niečo iné ako chladné tmavé rána a chladné tmavé večery. Preto je to ten najlepší mesiac na to, aby sme sa povenovali sebe. Možno len tak, že si pozrieme všetko, čo sme chceli vidieť, prečítame všetko, čo sme si chceli prečítať, prezrieme všetky možné e-shopy s oblečením a kozmetikou bez toho, aby sme nakúpili. A možno inak. Možno je čas na zmenu. V myslení, v prístupe k životu, ktorý žijeme, v životospráve. V tom, ako fungujeme. V tom, s kým fungujeme. Možno sa treba zamyslieť, hľadať inšpiráciu, hľadať cestu a potom, keď príde marec alebo apríl, po nej vykročiť...

A vo vrecku jarnej bundy nechať lístoček svojmu JA na jeseň so slovami: Áno, dokázala som to. :-)

Myslím na vás všetky. :-)



Vaša
Emita

- | | | | | | |
|----|---|----|--|----|--|
| 3 | Editoriál | 38 | Snívať nestačí | 70 | Zamatová revolúcia |
| 4 | Obsah | | ROZHOVOR | | ROZHOVOR |
| 6 | Listáreň | 40 | Katarína Havlíková: Od Popolušky po kráľovnú | 72 | Psychologička: Nečudujem sa, že ženy volia stabilitu |
| | OBJAVILI SME PRE VÁS | | MY A NÁŠ ŽIVOT | | KRÁSA |
| 8 | Doprajte si! | 44 | Skrotte svojho vnútorného kritika | 76 | Tekutý peeling |
| | EXKLUZÍVNY ROZHOVOR | | MÓDA | 78 | To správne líčenie |
| 10 | Adam Bardy a Martina Zábranská: Všetko o láske | 46 | Party time! | 82 | Lexikón líčenia pier |
| | LEN V EVITE | 48 | Viva Magenta! | 84 | Čokoláda a plet? Áno! |
| 16 | Ako som sa oslobodila od kíl a centimetrov v páse | 56 | Plesová sezóna a vy v nej | 88 | Modré svetlo vašej pleti nesvedčí |
| | MY A NÁŠ ŽIVOT | 60 | Rolák na celý týždeň | 90 | 10 prikázaní pre vašu pokožku |
| 22 | Namiesto zimného spánku | 62 | Keď zaprší | 96 | To naj |
| 28 | Žíte vďačne! | 64 | Hrejivé doplnky | | LEN V EVITE |
| 32 | Joga je pre každého, kto vie dýchať | 66 | Oblečte sa ako | 98 | Knihy pre pozitívne myslenie |
| | | 68 | Dvojitý zásah | | |



22

NAMIESTO
ZIMNÉHO SPÁNKU



60

ROLÁK NA CELÝ
TÝŽDEŇ

82

LEXIKÓN
LÍČENIA PIER



90

10 PRIKÁZANÍ PRE
VAŠU POKOŽKU



ROZHOVOR

100 Schopnosť debatovať – je to kľúč
k úspechu?

BUĎME ZDRAVŠIE S EVITOU

104 Pohyb ako liek

108 Vy viete, čo chcete dosiahnuť

ROZHOVOR

112 Michaela Brnková: Pre každého
existuje správna kniha

VARENIE

116 Zelenina trochu inak

122 9 potravín pre lepšiu imunitu

124 Čokoládoví súrodenci

CESTUJEME S EVITOU

130 Tunisko

132 Plavba po Nile

BÝVAJME KRAJŠIE S EVITOU

136 Útlné doplnky

138 Čo vám spraví radosť

VOLŇNÝ ČAS

140 Evitin knižný klub

142 Horoskop

144 Pár skvelých nápadov

146 Pýtajte sa Evity

112

MICHAELA BRNKOVÁ:
PRE KAŽDÉHO EXISTUJE
SPRÁVNÁ KNIHA



122

9 POTRAVIN PRE
LEPŠIU IMUNITU



www.svetevity.sk

Ročník VIII., číslo 2, február 2023, mesačník

ŠÉFREDAKTORKA: Evita Twardzik

FOTO: Katarína Kincelová

PRODUKCIA: Zuzana Kropúchová, Veronika Podhorová

ONLINE SVETEVIITY.SK: Nina Košecká

SPOLUPRACOVNÍCI: Renata Brimich Špačková,
Barbora Daxner, Katarína Kopcsányiová, Michaela Krívdová,
Lucia Lukušová, Monika Macháčková, Zuzana Matúšová,
Gabriela Mohrová, Nina Murárová, Veronika Turčanová,
Linda Twardzik

MAILOVÁ ADRESA REDAKCIE:

evita@mafraslovakia.sk

TELEFÓNNE ČÍSLO REDAKCIE: 02/48 238 438

FOTO: Lucia Lukušová, Fashion Live,

Topolská – TV JOJ, TV Markíza

VÍZÁŽ: Petra Fraňová, Veronika Kučerová,

Karolína Sláviková, Tomáš Vída

STYLING: Gabriela Mohrová

TITULNÁ FOTOGRAFIA: Katarína Kincelová

ILUSTRÁČNÉ FOTOGRAFIE:

Instagram, Shutterstock

EDITORIÁL: Katarína Kincelová, Boris Bordács

LAYOUT: Komplot

GRAFICKÁ ÚPRAVA: Richard Janešík, Ivana Benková

ÚPRAVA OBRÁZKOV: Lukáš Kovačič, Anton Zahradník

Redakcia nevyžiadajú poštu nevracia.

mafra slovakia

VÝKONNÝ RIADITEĽ:

Vladimír Mužík, tel.: 02/48 238 100

FINANČNÝ RIADITEĽ:

Martin Mráz, tel.č. 02/48 238 200

OBCHODNÁ RIADITEĽKA:

Katarína Michalechová, tel.: 02/48 238 106

RIADITEĽKA DIGITÁLNYCH MÉDIÍ:

Lucia Chynoranská, tel.: 02/48 238 442

RIADITEĽ MARKETINGU, PR A EVENTOV:

Ivan Netík, tel.: 02/48 238 141

OBCHODNÁ MANAŽÉRKA:

Lucia Mrázová, tel.: +421 905 287 337

e-mail: lucia.mrazova@mafraslovakia.sk

PREDPLATNÉ: tel.: 0948/987 958, 0917/238 238

e-mail: predplatne@mafraslovakia.sk

online: http://predplatne.hnonline.sk

MAFRA Slovakia, a. s., je druhým
najsilnejším vydavateľstvom na Slovensku.

Vydáva viac ako 50 printových

titulov, prevádzkuje

14 webových portálov a internetovú
televíziu.

ADRESA VYDAVATEĽSTVA:

MAFRA Slovakia, a. s.

Kalinciaková 33, 831 04 Bratislava

tel.: 02/48 238 100

IČO: 51 904 446

TLAČ: Walstead Moraviapress, s. r. o., U Póny 3061, Břeclav

PREDPLATNÉ NA 12 MESIACOV: 30,69 € s DPH

Cena predplatného s darčekom 33,48 € s DPH

CENA JEDNÉHO VÝTLAČKU: 2,79 €

VOLNÝ PREDAJ: Mediaprint-Kapa, Pressegrasso, a. s.

REGISTRAČNÉ ČÍSLO: EV 5167/15, ISSN 1339-9241

VOLNÝ PREDAJ V ČESKEJ REPUBLIKE:

První novinová společnost, a. s.

PREDAJNÁ CENA V ČR: 81 Kč

Predaný náklad je zverejňovaný v ABC SR a podlieha auditu

zmysle platnej metodiky ABC SR.

© Copyright MAFRA Slovakia, a. s. Autorské práva sú vyhradené a vykonáva
ich vydavateľ. Autori článkov zverejnených v tomto vydaní si v zástupení
vydavateľom vyhradzujú právo udeľovať súhlas na rozmnožovanie a na
verejný prenos článkov, ako aj na verejný rozširovanie rozmnoženiny týchto
článkov v zmysle § 33 ods. 1 písm. a) a d) autorského zákona.
Vydavateľstvo MAFRA Slovakia, a. s., je súčasťou koncernu AGROFERT.

Napísali ste nám



List mesiaca

POKOJNÝ ŽIVOT NIE JE NUDA

Niekedy pred koncom minulého roka som skonštatovala, že rok 2022 bol pre nás celkom fajn. Nijaké veľké zmeny, relatívne zdraví, spokojní, prasto nuda. Asi som to zakríkla, lebo týždeň nato nám tragicky zahynul ocino, sestra predčasne porodila synčeka, ktorý nemal ani kilo, a môj manžel dostal výpoveď, lebo firma sa pre nezájum trhu ruší. Všetko sa to udialo v priebehu dvoch týždňov, Vianoce sme preplakali, hoci sme sa kvôli deťom snažili. A potom som narazila na staršie čísla Evity a na Evitin editoriál o tom, ako považujeme spokojný život za samozrejmosť, ktorú si vôbec nevážime. Ako veľmi by som sa chcela vrátiť do dňa, keď som to, že je všetko v poriadku, považovala za nudu. Dúfam, že u nás všetko dobre dopadne, držte nám palce.

*Darček
za list mesiaca*

**Hyaluron-Filler
Vitamin C Booster,**
24 ml, 40 €



VIAC O RODINE

Ahojte, všetky ženy v Evite. Rada Vás čítam každý mesiac, lebo sme na jednej vlne. Páčia sa mi články o zdraví, hlavne o tom psychickom, a v januárovom čísle sme si so sestrami zgustli na horoskope krásy. Keďže máme všetky deti, veľmi by sme privítali, keby ste písali viac o rodinách a o starostiach, ktoré majú rodičia. Teším sa na ďalšie čísla...

Soňa, Bratislava

VIANOCE S EVITOU

Bolo to začiatkom decembra, keď som listovala v Evite a hovorila som manželovi, že sa mi veľmi páčia pásikavé svetre, ktoré sú teraz trendy a ponúka ich každá značka. Môj muž sa tváril, že ma moc nevníma, ale hádajte, čo som našla pod stromčekom. A v Evite vytrhnutá strana... Prišiel s ňou do obchodáku a tam ho predavačky navigovali do obchodu, kde pulóver kúpil. :-)

Eva, Trenčín

ĎAKUJEM ZA ROZHOVOR S PANI ČURAJOVOU

Evitu čítam najradšej. Aj preto, že po rozhovore so známou Verou Wisterovou si môžem prečítať rozhovor so ženou, o ktorej som dovtedy nepočula, ale je pre mňa úžasnou inšpiráciou. Pani Čurajová, klobúk dole pred Vašimi aktivitami a pred tým, ako krásne rozprávate o svojom manželovi.

Ludmila, Poprad

STAROSTI S PANVOVÝM DNOM

Mala som ich od narodenia prvej dcéry, po dvojčikách, ktoré prišli na svet prirodzeným spôsobom, to bolo ešte horšie. Absolvovala som dve operácie, aj tak nie som úplne v poriadku, tak vítam každú dobrú dušu, ktorá príde s nápadom, ako cvičiť a ako fungovať, aby som bola v poriadku.

Ivona R.

*Blahoželáme
výherkyniam*

**V SMS súťaži o balíček
produktov značky Yves
Rocher v hodnote 30 €:**

Lenka Paceková
Zemianske Podhradie
Katarína Marhefková
Poprad
Monika Vargová
Zemianska Oľča
Danica Bálintová
Hnúšťa

Gabriela Hudáková
Lemešany
Erika Kubišová
Považská Bystrica
Vierka Ondrovičová
Bratislava
Monika Geciová
Rovinka

Miroslava Javilaková
Vranov nad Topľou
Silvia Jasiková
Ivanka pri Dunaji
Dominika Trungelová
Veľký Ďur
Mária Turčeková
Slepčany

Kliknite na

svet vity.sk



Viac na SVETEVITY.SK

Každý deň nové články a inšpirácie, triky, návody a kopa zaujímavého čítania.

Astro



Ktoré znamenie je najviac introvertné?

Krása



Nahé líčenie je čoraz viac in.

Celebrity



Rozvod, ktorý prekvapil.

Zdravie



Zbavte sa plesne natrvalo!



EVITA magazín

ČO VÁS ZAUJALO, ČO STE ZAŽILI, ČO NÁM CHCETE POVEDAŤ?
PÍŠTE NA ADRESU: EVITA@MAFRASLOVAKIA.SK



@evitamagazin

ZO ŽIVOTA REDAKCIE:



Gabika stylistka popri fotení. Vždy z nej býva hlavný fúkač.



Výškové nepomery s modelkami sú vždy vtípné.



Titulová. Tento raz robená šup šup popri točení, počas obednej pauzy.

Malý pomocník v práci. Keď sú školy pozatvárané, treba sa vynásť.



objavili sme pre vás

Witold Szablowski,
Čo sa varí v Kremli,
vydavateľstvo
Absynt, 17,90 €

Váza, DOIY,
74,90 €

Kabelka,
Hype,
20 €

Súprava na úpravu
obočia, Barry M, Fill
and Shape Kit, 8,63 €

Mikina, Masa Mara,
229,95 €

Stojan na prstene,
Umbr, 17,99 €

Chladič
na nápoje,
Balvi,
99,90 €

Kúpeľový olej,
Zdravie, Nobilis Tilia,
200 ml, 14,01 €

Šál,
Liu Jo,
34,95 €

Spoločenská hra,
Ludo, 43,90 €

Doprajte SI!

TENTO MESIAC SA VENUJTE SEBE.
A DOPRAJTE SI TO NAJLEPŠIE
Z MÓDY AJ KOZMETIKY. PREČÍTAJTE
JEDNU PORIADNE ŤAŽKÚ KNIHU
A ZAHRAJTE SI ASPOŇ JEDNU
SPOLOČENSKÚ HRU. SAMOZREJME,
PO DOBROM KÚPELI A KVALITNÝCH
KRÉMOCH. LEBO VY MÔŽETE.

Pripravila: **Nina Murárová**
Foto: **archív značiek**



Mikina,
Wasted
Paris,
99,95 €



Mikina, Calvin
Klein Jeans,
99,95 €



Kabelka, Karl
Lagerfeld,
89,90 €

Hyalurónové sérum pre
viditeľnú hydratáciu
pokožky, Niod, 42 €



Sebazdokonaľovacia
súprava, Mature, Vely,
89,90 €



Čižmy,
UGG,
179,95 €

Všetko o láske

VŠETCI JU ŽIJEME. KAŽDÝ V INEJ PODOBE, DOKONCA KAŽDÝ VO VIACERÝCH PODOBÁCH. TAK SME SA O LÁSKE POROZPRÁVALI S ADAMOM BARDYM A MARTINOU ZÁBRANSKOU, KTORÝCH LÁSKA SPÁJA V SERIÁLI MAMA NA PRENÁJOM.

Text: **Monika Macháčková**

Foto: **archív TV Markíza**

Láska – to je bezpochyby najskloňovanejšie slovo v každom jazyku. Čo sa vám vybaví ako prvé, keď ho počujete?

Martina: Môj obľúbený výrok: „Na láske je najkrajšie to, že ju nikto nedokáže vysvetliť, a predsa ju každý tak nádherne chápe.“ Láska je to najlepší, čoho je človek schopný, a v mojom živote je stále prítomná, od narodenia až dodnes.

Adam: Rodina. Mám malého syna, manželku a okrem nich naozaj veľkú rodinu. Samozrejme, lásku vnímam aj inde, ale toto je asi úplne prvá vec.

V rôznom veku a v rôznych obdobiach života vnímame lásku odlišne. Spomínate si, aké ste

mali o nej predstavy v detstve? Mám na mysli škôlkarské časy.

M.: V tom čase bola najväčšia láska pre mňa asi mamička, v škôlke mi chýbala a nevedela som sa dočkať, kedy sa vráti z práce. Ale pamätám si, že škôlka bola tiež miesto, kde som sa prvýkrát zalúbila. Do spolužiaka. Všade som rozprávala, ako sme „do seba“, že je to môj frajer, že sa budem vydávať, že budeme mať svadbu. Tuším nám jednu v škôlke aj vystrojili. Raz sme to však asi trochu prehnali, keď nás po obede pani učiteľky uložili spať. Počkali sme, kým všetci zaspia, a dali sme si pusy. Pani učiteľka to videla a bol oheň na streche.

A.: Asi neviem úplne presne zadefinovať, čo konkrétne som si pod tým

slovom v tomto veku predstavoval, ale viem, že prvú „lásku“ som zažil už v škôlkarských časoch. Volala sa Nina a bol som ochotný deliť sa s ňou o sladkosti, a to som bol už vtedy veľký jedák (smiech).

Pubertálne lásky sú už o niečom inom. Vedia s nami pekne zamávať, zažívame prvýkrát veľkú búrku citov, poblúznenie, rozochvené túžby, ale i sklamania. Boli vaše tínedžerské lásky osudové?

M.: Úprimne? Neviem. Na základnej škole som zažívala skôr sklamanie a odmietnutia. V škole v prírode ma na sladák nikto do tanca nezavolať a ja dodnes čakám, kto si so mnou zatancuje na Jamesa Blunta. Pamätám si, ako »



ADAM:

„S LÁSKOU NA
PRVÝ POHĽAD SOM
UŽ SIEDMY ROK
A FUNGUJE TO.“

» intenzívne som to prežívala, ako sme s babami sledovali páry, ktoré už tančujú, a čakala som, kým ma zavola ten, ktorý sa mi najviac páčil. Túžila som po láske ako z romantického filmu. Ale to je zrejme celoživotná podvedomá túžba každého človeka. Potom všetko zmenila stredná škola. Razom bol o mňa záujem, ale ja už som bola vyberavejšia. Neviem, či moje lásky boli osudové, s mojimi bývalými partnermi sme k sebe nepatrili, čo ukázal čas, ale každý vzťah ma niečomu naučil.

A.: Na tieto lásky rád spomínam, bolo to pre mňa všeobecne pekné obdobie, asi ako pre väčšinu z nás. Ale osudovými by som ich asi nenazýval, keďže moja dnešná láska nepochádza z tínedžerských čias, spoznal som ju o niečo neskôr.

V partnerských záležitostiach nás do veľkej miery ovplyvňuje to, aký vzťah vidíme u svojich rodičov. Platí to aj u vás?

M.: Moji rodičia sú tí najlepši rodičia, akých si môžem priať, dávali mi tak veľa lásky, že ju dávam ďalej. Naučili ma, že aj keď to v živote niekedy nie je najľahšie, nevzdávame sa a sme silní natoľko, aby sme to ustáli. Každá hádka sa končí zmierením, lebo vzájomná náklonnosť prekoná aj vlastnú hrdosť. Vidím to na svojich rodičoch. Mamina a ocino sú dvaja takí odlišní ľudia, každý z inej planéty, ale žijú spolu na jednej a funguje im to. Veľmi ich ľúbim.

Dnes mnohí vyznávajú teóriu, že manželstvo je prekonané a nemoderné. Aký je váš názor?

M.: Dnes má človek tak veľa možností, že to má vplyv aj na partnerský život. Neviem. Asi je jednoduchšie zo vzťahu odísť ako na ňom pracovať. Ľudia by sa mali vedieť rozchádzať, lebo keď dvaja k sebe raz nepatria, tak

ADAM:

„Nie som typický romantik. Kytica ruží nespadá do mojich predstáv o romantike.“

“

sa aj na hlavu môžu postaviť a nebudú sa milovať. Ale ľudia chcú mať niekedy otvorené zadné vrátka, chcú mať možnosť výbehu, nechce sa im drieť na vzťahu, keď môžu mať nový, lepší. Poznáam veľa párov, ktoré túžia po tradičnej rodine, manželstve, deťoch a chcú spolu zostarnúť. Možno nechcú svadbu z iného dôvodu, nepotrebujú manželstvo na to, aby vedeli žiť v plnohodnotnom vzťahu. Ale za mňa sú svadba a manželstvo jedno z najväčších vyjadrení dôvery partnerovi, je to oslava ich lásky, takže asi môžem tvrdiť, že som fanúšik svadiieb.

A.: Úplne rešpektujem každého názor, ale ja sa s ním nestotožňujem. Práve naopak, myslím si, že fungujúci vzťah založený na podpore partnerov vytvára ideálne prostredie na to, aby človek mohol fungovať a rásť aj mimo neho.

Veľkou záhadou je láska na prvý pohľad. U niekoho funguje, ale sú i takí, ktorí na zaľúbenie potrebujú dlhší čas. Čo si myslíte vy, je lepšie podľahnúť prvému okúzleniu alebo radšej ísť do vzťahu opatrne a s rozumom?

M.: Láska na prvý pohľad je len poblúznenie, náklonnosť a chémia. Skutočná láska sa buduje a prichádza

časom. Zaľúbenosť prerastie v lásku. Podľahnutie prvému okúzleniu sa nevylučuje s opatrným spoznávaním. Nemusíme sa hneď nastahovať alebo vydávať. Môžete sa vzájomne spoznávať aj okúzlení.

A.: Tiež je to veľmi individuálne. Mne sa to osvedčilo, už som s láskou na prvý pohľad siedmy rok, takže ak sa pýtate mňa, tak to funguje.

Rany z lásky... máte s tým skúsenosť?

M.: Rany z lásky? To je telenovela, ktorú som milovala!:-D Asi som nezažila neopätovanú lásku do takej miery, že by som zatrpkla alebo sa z toho nevedela dostať. Nikdy som nikoho neprosila, aby ostal, lebo keď ma môj partner nemiluje, prečo by som s ním chcela ďalej byť? Jediny raz partner nechal mňa, bolo to v mojom prvom vážnom vzťahu. Mrzelo ma to, ale v podstate som cítila, že niečo nie je v poriadku, takže som sa s tým musela vyrovnáť a išla som ďalej. To je život. A bolo to to najlepšie, čo sa mi mohlo stať.

A.: Nie. Našťastie.

Existuje také kliše, ktoré tvrdí, že v šoubiznise nie je možné mať stabilný partnerský vzťah, i keď je mnoho príkladov, ktoré ho vyvracajú. Je nejaký pár v šoubiznise, ku





MARTINA:

”

Manželstvo je jedno z najväčších vyjadrení dôvery partnerovi.

“

ktorému vzhliadate a je pre vás vzorom?

M.: Žiadnemu z párov šoubiznisu nevidím do kuchyne, takže nemám priestor na vzhliadanie, neviem, ako to majú za zavretými dverami. Navyše v bulvári sa toho popíše veľa nepravdivého, takže možno aj páry, ktoré nepôsobia šťastne, šťastné sú. Ale, samozrejme, komukoľvek v stabilnom šťastnom vzťahu fandím.

A.: Vôbec to tak nevnímam. Existuje veľa párov, ktoré toto tvrdenie ukážkovo vyvracajú, veľa z nich poznám osobne a nevidím dôvod, prečo by to nebolo možné. Ak je vzťah založený na (skutočnej) dôvere oboch partnerov, určite to možné je.

Žijete v partnerskom vzťahu. Čo ste si na svojom partnerovi všimli ako prvé, čím vás dostal?

M. (partner český herec Jiří Dvořák): Prvýkrát sme sa stretli na pláci, na natáčaní filmu Šťastný smolař. Bol to môj prvý veľký herecký projekt a prvý film vôbec. Navyše tam hrali samé české hviezdy, takže som bola hanblivá ako malé kuriatko vo veľkom svete. A hneď ako prišiel Jirka, tak ma v momente odrovnala jeho charizma, hlas a prejav, jeho láskavosť a prístup... a po prvej ostrej, samozrejme, aj jeho herecký výkon.

A. (manželka Bibiána): Je ťažké vypichnúť jednu vec, ale ak musím, tak okrem fyzickej krásy asi neobyčajná ľudskosť.

Čo najromantickejšie ste z lásky spravili pre svoju partnerku?

A.: Nie som úplne typický romantik, napríklad obrovská kytička ruží nespadá úplne do mojich predstáv o romantike a našťastie ani do predstáv mojej partnerky. Takže skôr ide o každodenné veci, ktoré možno neznejú romanticky, ale sú.

Urobili ste aj niečo bláznivé a uletené, aby ste ho/ju potešili?

M.: Niečo bolo, ale to je naša osobná vec. A verím, že do budúcnosti ešte aj bude.

A.: Snažím sa niečo vymyslieť každý deň.

»



„NEROBÍM ŽIARLIVOSTNÉ SCÉNY, AK CHCE PARTNER PODVIEŠŤ, UROBÍ TO AJ TAK.“

» **K vzťahom patria občas aj nehody. Máte nejaký recept na zvládanie konfliktných situácií?**

M.: Uvedomila som si, že vo vzťahu je najdôležitejšie, keď sa dvaja ľudia vzájomne vnímajú a počúvajú. Keď veci, ktoré robíte, nerobíte pre seba, ale pre toho druhého a navzájom sa vypočujete. Keď vám záleží na tom, čo partner prežíva, čo by chcel a čo má rád. A keď to tak máte obaja, tak je to šialene dobré. A skvele to funguje.

A.: Myslím si, že tie sú súčasťou každého vzťahu, dôležité je, aby mali rýchly koniec.

Obaja ste známe tváre z televíznej obrazovky, vaša popularita rástla raketovo. Prináša to aj záujem fanúšikov a fanúšičiek o vašu osobu. Ako to zvládajú vaši partneri?

M.: Jirka sa v tejto brandži pohybuje už dlho a vie, ako v tom chodiť, žiadny problém nemáme. O jeho osobu je stále väčší záujem ako o moju, takže to by bola lepšia otázka skôr pre neho, ako to zvládam ja.:-D

A.: Presne, ako hovoríte. Je to súčasťou našej práce – veľmi príjemnou súčasťou. Moja partnerka to berie tak isto ako ja, profesionálne.

Žiarlivosť nie je zdravý prejav lásky, to sa asi zhodneme. Máte s tým osobnú skúsenosť? Ak áno, ako ste sa s ňou vyrovnali?

M.: Nie som typ človeka, čo by robil žiarlivostné scény, pretože ak partner chce podviešť, podvedie a nič s tým neurobím. A prečo by som v tom silou-mocou chcela zotrvať? Keď je vo vzťahu dôvera, ľahšie sa existuje. Ak je partner vyrovnaný sám so sebou, tak nepotrebuje robiť scény a to mi imponuje.

A.: Žiarlivosť je takisto prirodzenou súčasťou každého vzťahu, ak v ňom nie je, niečo nie je v poriadku. Dôležitá je miera. Zdravá žiarlivosť môže byť veľmi príjemná.

Momentálne ste hlavnými hviezdami nového rodinného seriálu Mama na prenájom. Je to príbeh o zamotanej ceste k láske, s mnohými

prekvapeniami a komplikáciami. Čo vás na scenári zaujalo?

M.: Je to príbeh neuveriteľne zábavný a človeka drží v napätí po celý čas. Po každom scenári mám chuť prečítať si ďalší. Sú tam vzťahy, láska, komické situácie. A zároveň je to oddychovka. Naďa, ktorú stvárňujem, je nespútaná, nezávislá, spontánna, chaotická, úprimná a priamočiara, vie sa dostať do zamotaných situácií, ale vždy sa z nich svojou šikovnosťou a inteligenciou aj dostane. Aj napriek tomu, že pôsobí ako najväčší „postrach Denis“, je na rozdiel od ostatných veľmi vyzretá.

A.: Všetko. Veľmi rýchlo ma dej pohltí a chcel som čítať stále nové scenáre. Tento projekt a príbeh je podľa mňa veľmi pekne adaptovaný na naše pomery a diváci sa majú naozaj na čo tešiť.

Kde je podľa vás hranica medzi láskou a oddanosťou a nezdorovou túžbou vlastniť toho druhého?

M.: Bezhraničná láska nepozná túžbu vlastniť druhého. Ak to tak



Dôležitý je balans, tak isto ako v živote. Kde je balans, tam je to v poriadku.

Niet iného lieku na lásku, ako je ešte viac lásky, hovorí jeden výrok. Súhlasíte?

M.: Asi áno, lebo človek bez lásky akoby ani nežil. Ale láska je v každom aspekte nášho života, takže napríklad po rozchode si netreba hneď liečiť zlomené srdce novým vzťahom, len aby som nebol sám. To je niekedy horšie ako byť nejaký čas sám so sebou. Ja som v minulosti skákala zo vzťahu do vzťahu, ale aj tak mi najlepšie padlo, keď som nejaký čas

bola sama a mala priestor ujasniť si, kto som, čo od života chcem a čo ma robí skutočne šťastnou.

A.: Ešte som o tomto výroku nepočul, ale súhlasím.

ADAM:

”

Poznám páry v šoubiznise a mnohé z nich šťastne fungujú.

“

niekto má, má nejaký nevyriešený problém sám v sebe a podmieňuje vlastné šťastie v niečom externom. Keď niekoho skutočne milujeme, necháme ho aj odísť. Túžba vlastniť nie je láska. Takže ak o niekom takom viete, povedzte mu, že má asi problém

sám so sebou a pravdepodobne zdravo nemiluje ani sám seba.

A.: Neviem to určiť úplne presne, ale v tomto prípade sa podľa môjho názoru nerozprávame o tenkej hranici, ktorú nie je problém presiahnuť.

MS209593/O2



PREŽITE SVOJE
VALENTÍNSKE MOMENTY
ZNOVU A ZNOVU S VÔŇAMI

TODAY. TOMORROW. ALWAYS

the moment

AVON



Objednávajte na www.avon.sk s možnosťou doručenia kuriérom až k vám domov alebo u svojej Avon Lady.



AVON Slovensko



avonczsk