



Telo rozhodne
nepotrebuje
DETOX!

KTO TVRDÍ
OPAK,
KLAME



*Pôrodná
asistentka:*

POČAS PÔRODU TREBA
VERIŤ SVOJMU TELU

*Alžbeta
Ferencová:*

SOM KONEČNE ŠASTNÁ
A ZASLÚŽIM SI TO

S kilami alebo *bez*

Pretože sme krásne
kedykoľvek!

3/2023
2,79 € / 81 Kč



0.3

9 771339 924008



NOVÝ PEUGEOT 408

AJ PLUG-IN HYBRID



REČ PRÍŤAŽLIVOSTI

V 100 % elektrickom režime dojazd až do 72 km.

Unikátny dizajn • PEUGEOT i-Cockpit® 3D • Nočné videnie

PEUGEOT odporúča **TotalEnergies**

Kombinovaná spotreba 1,1 – 6,1 l/100 km, emisie CO₂ 26 – 138 g/km (podľa normy WLTP).

Editoriál o tom, že naše telo je náš domov

Herečka Emma Thomson to povedala najlepšie zo všetkých. Povedala, že svojmu mladšiemu ja by odkázala – nikdy nedrž diéty. Netráp svoje telo zmenami, ktoré si si vo svojej hlave vysnívala. Nenúť ho, aby robilo nadprácu, keď ty neješ, alebo ješ veľa, keď sa celé dni nehýbeš, alebo sa hýbeš extrémne veľa. Proste ho akceptuj. Maj ho rada.

Tvoje telo je tvoj dom, žiješ v ňom 24 hodín denne, ak s ním stále bojuješ a nie ste tím, nebudeš dlho zdravá.

Tak nejako to je.

Už dávno nie je moderné naháňanie sa za konfekčnou veľkosťou 36. Krivky 90 – 60 – 90 neznamenajú, že ste krásna. Dnes je dôležité, aby bolo telo zdravé, pevné, aby vládalo robiť to, čo si zmyslíte. Je jedno, aké máte veľké prsia, aký máte veľký zadok, či nosíte veľkosť S alebo XL. Ak ste zdravá, jete zdravo a doprajete svojmu telu aj dosť spánku, ste to, čo je teraz moderné.

Ste krásna.

ALE! Prečítať si tieto riadky pri balíčku čipsov a spokojne si povedať, že mojich 100 kíl je vlastne krásnych, je tiež nezdravé a neúčtívé voči telu. Nútiť ho nosiť desiatky kíl nadváhy, nútiť ho spracúvať tuky navyše, nedopriať mu pohyb... to je opačný extrém. A ten tiež nie je v poriadku. Veď vy viete...

Preto je toto číslo určené všetkým vám, ktoré si potrebujete upevniť vzťah so svojím vlastným telom. Čím skôr sa z vás stane zohratá dvojka, tým skôr budete žiť spokojný a zdravý život. Ja si myslím, že vám k tomu vieme pomôcť :-).



Vaša
Emita

- | | | | | | |
|----|--|----|--|----|----------------------------|
| 3 | Editoriál | 36 | Rozhovor s pôrodnou asistentkou: Pôrod je ako bonboniéra | 68 | Body – vaša druhá pokožka |
| 4 | Obsah | | | 70 | Volanie volánov |
| 6 | Napísali ste nám | | | 72 | Trendy roku 2023 |
| | OBJAVILI SME PRE VÁS | 40 | Toto je moje telo, ktoré mám rada | 76 | Cesta okolo sveta |
| 8 | Milujme samy seba! | 44 | Vedeli ste, že? | 80 | Späť na univerzitu |
| | EXKLUZÍVNY ROZHOVOR | 46 | Jedzte pred menštruáciou správne | 82 | Oblečte sa ako |
| 10 | Alžbeta Ferencová: Je šťastná a zaslúži si to! | | ROZHOVOR | | BUĎME KRAJŠIE S EVITOU |
| 16 | Kultúra v mojom živote | 48 | Veronika Vagnerová aj o filme Villa Lucia | 84 | Náplasť na pleť |
| 18 | Životospráva v mojom živote | | CHVÍLKA NA MÓDU | 86 | Vyživovať či hydratovať? |
| | MY A NÁŠ ŽIVOT | 54 | Áno, som krásna | 90 | BB a CC krémy |
| 20 | Sama sebou a spokojná | 62 | Triky na štíhlosť | 92 | Evitina skúsenosť s EMface |
| 28 | Chudnutie sa začína v hlave | 66 | Do ulíc v ponožkách | 94 | Ako po masle |
| 34 | Naboso | | | 96 | Perlové séra |
| | | | | 98 | To naj |



10

ALŽBETA FERENCOVÁ:
JE ŠŤASTNÁ
A ZASLÚŽI SI TO!



36

ROZHOVOR S PÔRODNOU
ASISTENTKOU: PÔROD JE
AKO BONBONTIÉRA

40

TOTO JE MOJE
TELO, KTORÉ
MÁM RADA



96

PERLOVÉ SÉRA

BUĎME ZDRAVŠIE S EVITOU

100 Ponorte sa do chladu

ROZHOVOR

104 Nič nie je dôležitejšie, ako starať sa o seba

KARIÉRA

108 Stratila dcéru, ale nestratila sa

VARENIE

112 Tiramisu 5-krát inak

118 Mikrozelenina

BUĎME ZDRAVŠIE S EVITOU

120 Telo detox nepotrebuje

122 Michal Páleník: Už žiadne skratky

MY A NAŠA RODINA

126 Požičovňa hračiek existuje

CESTUJEME S EVITOU

130 Thajsko

MY A NAŠ ŽIVOT

134 Už žiaden odpad

BÝVAJME KRAJŠIE S EVITOU

136 Chyby pri zariaďovaní

VOĽNÝ ČAS

140 Evitin knižný klub

142 Horoskop

144 Pár skvelých nápadov

146 Pýtajte sa Evity

130

THAJSKO

120

TELO DETOX
NEPOTREBUJE

Napísali ste nám



MIĽÁ EVITA, MÁM ŤA KAŽDÝ MESIAC,

hoci mám iba 19, si mojou rutinou už niekoľko rokov a bez teba si neviem predstaviť ani jeden mesiac. Momentálne mám 4 týždne do písomných maturít, učenia vyše hlavy a do toho všetkého riešiť veľké životné rozhodnutie – kam podať prihlášku na vysokú školu. Práve vďaka Tebe som si však našla čas pre seba a mohla načerpať novú energiu. Tvoje februárové číslo bolo pre mňa o čosi výnimočnejšie, keďže som si medzi stranami našla svoju kamarátku Nat Pavlovskú, ku ktorej pravidelne chodím na jej eventy – Biznis Night, ktoré sú zakaždým neopakovateľným zážitkom. Evita, pevne verím, že budeš stále so mnou aj pri ďalších mojich životných etapách v budúcnosti a prinášať mi každý mesiac prívál pozitívnej energie a inšpirácie. **Naty B.**

MIĽÁ EVITA, REDAKCIA A VŠETCI, KTORÍ SA PODIEĽAJÚ NA VÝROBE,

chcem Vám v prvom rade veľmi pekne poďakovať za časopis. Kúpim každé jedno vydanie a potom ho odkladám a posúvam

sestre do Veľkej Británie. Niektoré čísla si však nechávam a aj teraz sedím pri kope vydaní a chcem ich trochu zredukovať, tak prechádzam každé číslo, čo mám, ale to sa jednoducho nedá, v každom nájdem niečo zaujímavé, čo sa dotkne môjho srdca, prípadne nájdem inšpiráciu, alebo aj teraz som našla článok o lekárke z nášho mesta, ktorý som si predtým nevšimla... Robte to takto naďalej, môže byť internet a sociálne siete akokoľvek preplnené, siahnuť po Vašom časopise je niečo čarovné. **Lenka L.**

MYSLIEŤ V PRVOM RADE NA SEBA

Možno tým, že to nedokážem, o tom rada čítam. Už pár rokov som však v kolotoči, z ktorého vystúpiť nemôžem – starám sa o deti, o chorú mamu, manžel chodí pracovať na týždňovky do Česka, lebo v našom regióne nie je veľa roboty. Takže, zatiaľ si len predstavujem všetky tie masáže, ktoré by som mohla absolvovať, nehovoriac o kavičkách s kamarátkami. Rada Vás čítam, len tak ďalej. **Pavla R.**

List mesiaca

LÁSKA JE ODPOVEĎ NA VŠETKO

Bola som potešená, keď som v stánkoch našla Evitu s hercami z nového seriálu Mama na prenájom. Rada sa dozvedám o ľuďoch z obrazovky to, ako žijú v súkromí, a som veľmi milo prekvapená, akí sú to skromní ľudia so správnymi názormi. **Mirka T.**

Darček za list mesiaca

Kozmetický balíček v hodnote 50 €
od dm drogerie markt



Blahoželáme
výherkyni

V SMS súťaži o vysávač
Electrolux Well Q8

Želmíra Kasanová,
Nitra

Kliknite na

svet  vity.sk



Viac na SVETEVITY.SK

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

Celebrity



Adela a Viktor Vinczeovci majú konečne dieťaťko doma!

Astro



Najlepšie gazdinky horoskopu: tieto znamenia to v kuchyni naozaj vedia.

Vzťahy



Hľadáte vážny vzťah? Vyvarujte sa chýb, pre ktoré sa zakaždým ocitnete v náručí niekoho nesprávneho.

Zdravie



Ranná sprcha vám zmení život: pozrite sa, aké výhody vám môže poskytnúť.



EVITA magazín

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



@evitamagazin

ZO ŽIVOTA REDAKCIE:

Hlavne pohodlne.



Anet prvý deň v práci, ako naša nová produkčná.



V ateliéri July Haluzovej.



Kaviarnička v Tower 5 nás už veľakrát zachránila. Dobre sa tu fotí.

Do terénu, za fotkami.



objavili sme pre vás



Klobúk
Nike,
27,95 €



Parfém Giorgio Armani
My Way, 50 ml, 74,90 €,
predáva notino.sk

*Milujeme
sami
seba!*



Plagát
Stay Wild,
20 €, predáva
pressink.sk



Lampa
v tvare lista,
54,90 €,
H&M



Kabelka Cocinelle,
134 €, predáva
lamio.sk

Lesk na pery
s olejom Dior
Addict, 38,90 €,
predáva notino.sk



Multifunkčný čistiaci
balzam Noilí x DP,
39 €



Šatka do vlasov
Missoni, 95 €



Bunda YAS,
109,99 €

Džínsy
G-Star,
169,95 €



POMALY SA KONČÍ
ZIMA A PRICHÁDZA JAR,
PREBÚDZA SA NIELEN
PRÍRODA, ALE AJ NAŠE TELÁ,
KTORÉ ZÍSKAVAJÚ PO ZIME
NOVÚ ENERGIU. VENUJTE
PRETO TENTO MESIAC SEBE
A HLAVNE... MILUJTE SA SO
VŠETKÝM A NADOVŠETKO!

Text: **Nina Murárová**
Foto: **archív**

Overall
Mango,
49,95 €



Trenčkot Boss,
349,95 €

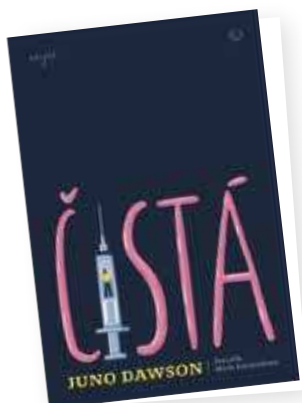
Lodičky
Only,
49,95 €



Kabelka
Medicine,
24,90 €



Kniha
Čistá,
17,90 €



Tenisky Chiara
Ferragni, 209,90 €



Je šťastná a zaslúži si to!

ALŽBETA FERENCOVÁ (30) NIE JE ŠOUBIZNISOVÝ NOVÁČIK. NA NEJAKÝ ČAS SA STRATILA Z OČÍ SLOVENSKÝCH DIVÁKOV, ALE VYNORILA SA OPÄŤ VO VEĽKOM ŠTÝLE V HLAVNEJ ÚLOHE V SERIÁLI JANA HŘEBEJKA IVETA. AKÁ JE BETKA V SÚKROMÍ, AKÁ BOLA JEJ CESTA K VEĽKÉMU ÚSPECHU A ČO BY CHCELA EŠTE DOSIAHNUŤ? KÝM SA PRIPRAVOVALO FOTENIE TITULKY V ATELIÉRI, VYPÝTALA SI HARMANČEKOVÝ ČAJ A PRISTALA NA OTVORENÝ ROZHOVOR.

Text: **Monika Macháčková**, Foto: **Katarína Kincelová**, Vizáž: **Petra Fraňová**
Styling: **Gabriela Mohrová**, Produkcia: **Aneta Sárkányová**

Spomeň si na 14- až 15-ročnú Betku. Čo čakala od života, čo chcela dosiahnuť, na čo sa tešila?

Mala som veľmi rada školu. Keď som nebola v škole, tak som bola na tréningu. Už vtedy som chcela byť choreografkou, aspoň tak som to vtedy nazývala. Prosto – chcela som tancovať. Videla som sa, ako v budúcnosti robím choreografie veľkých tanečných vystúpení. Študovala som na pedagogickej akadémii, pretože rodičia ma nechceli pustiť na konzervatórium. Vtedy som sa trochu hnevala, ale dnes som im za to vďačná. Zrejme by ma to pokazilo, a hlavne, moje telo by to nezvládlo. Pubertu som neprežívala dramaticky. Som prostredné dieťa a všetko plynulo

prirodzene. Ale už v pätnástich som vedela, že chcem odísť z Prešova.

Bola si odhodlaná dobyť Bratislavu, stať sa slávnou?

Znie to, ako keby to bolo pred sto rokmi, ale vtedy internet nebol taký dostupný, ako je dnes. Keď som si chcela niečo na nete pozrieť, chodila som do kaviarne, lebo doma sme nemali pripojenie. Dovtedy som nikdy nebola v Bratislave, až keď som v sedemnástich išla na kasting. Vždy som vedela, že chcem tancovať, bol to taký môj americký sen. V duchu som jasne videla, aká hviezda zo mňa bude, keď ma niekto objaví. Nakoniec sa to skoro tak aj stalo, úplnou náhodou ma naozaj objavili. Keď bol

kasting na Miss, mala som práve vystúpenie s deťmi a niekto sa ma opýtal, či nechcem ísť aj ja na Miss.

A bol to tvoj prvý úspech. Lenže keď sa Miss skončí, utíchne aj mediálna pozornosť okolo dievčat. A čo potom?

Vďaka Miss som spoznala choreografa Maria Lopeza. Má tanečnú školu a robí veľa tanečných vystúpení. Vzal ma k sebe a začala som tancovať v rôznych televíznych projektoch. Bolo to príjemné, ľudia si ma ešte pamätali z Miss.

A potom prišiel Panelák. Bol to ten wau moment, keď si si

»



„SÚKROMIE
JE SÚKROMIE.
ĽUDIA O MNE
NEMÚŠIA
VEDIEŤ VŠETKO.“

» povedala, že teraz už budeš naozaj veľká hviezda?

Vôbec nie. Panelák bola iba náhoda. Celý môj život je jedna veľká náhoda. Na jednej akcii som stretla Andyho Krausa a len tak zo žartu som mu povedala – mali by ste dať šancu aj nejakej Cigánke, aby hrala v seriáli! O týždeň mi zavolať a pozval ma na kasting. Pôvodne to malo byť iba pár epizód s pani Turzonovou, ale zafungovalo to a bola som tam rok.

Pamätáš si ešte na prvý kontakt s renomovanými hercami? Mala si trému?

Chvilami mi bolo smiešne, že si ma vybrali, veď som nebola herečka. Snažila som sa byť autentická, prirodzená a hlavne som pozorne počúvala pani Božidaru. Samozrejme, bála som sa, že bude prísna. Pristupovala som k nej s obrovskou úctou. Myslím si, že to, ako sa k ľuďom správame, sa nám vracia. Pani Turzonová si ma, myslím, celkom obľúbila. Keď sme sa stretávali v maskérni, počúvala som jej rady, ako mám čo robiť. Nemohlo to byť lepšie, než ako začať takto, rovno hodená do vody. Aj všetci ostatní boli ku mne milí.

Bola to síce malá rola, ale otvorili sa nové dvierka. Čakala si, že príde nejaká ďalšia príležitosť?

Po Paneláku som odišla do Francúzska, chcela som zostať v Paríži. Celkom sa mi tam darilo, ale Andy Kraus ma prilákal späť, vytvoril dievčenskú kapelu Forsomeone. Nikdy mi nenašlo, že by som mohla spievať. Keď som bola malá, všetci doma hovorili, že spievam hrozne falošne. Neznali sme však spolu s dievčatami zle, tak sme išli do súťaže Česko Slovensko má talent. Vtedy sa to začalo lámať. Hovorila som si – okej, tak toto je úplne nová vec. I tak som každý deň plakala, pretože som bola vo veľkom strese. Ľudia ma poznali ako dobrú tanečnicu, v tom sa cítim najistejšie. Lenže okolie odo mňa očakávalo, že budem



„MÁM VEĽA PLÁNOV, VYŽADUJE TO VEĽKÚ DISCIPLÍNU.

rovnako dobrá aj ako speváčka. Ale nebola som. Učila som sa síce rýchlo, ale nebolo to ono.

Tvoj ďalší život v heslách by vyzeral takto: Praha, modelingová kariéra a nakoniec predsa aj hudba, a napokon úspešný seriál.

Znova veľká náhoda! Možno mi pomohol album, ktorý sme vytvorili s producentom a so šikovným chlapcom, ktorý napísal pesničky. Vďaka nemu si ma režisér Hřebejk niekde všimol, zaregistroval, že existuje speváčka s umeleckým menom Zea. On má rád kvalitnú hudbu a má v nej prehľad. Jedného dňa mi zavolať z televízie a pozvali ma na konkurz. Predpokladám, že úlohu zohralo i to, že si pamätali, že tancujem, spievam, som z východu, aj na Misske som bola. Poslala som nejaké videá a je to celkom zábavné, že cez „český rybníček“ som sa dostala späť na Slovensko. Ak by som v Prahe nerobila hudbu, možno by ma na konkurz nezavolali.

Iveta bola energická, nespútaná, drzá, nerobila si nič z nikoho a ničoho, išla si vždy svoje. Máš niečo z nej vo svojej výbave?

Keď som bola mladšia, trochu som sa jej podobala. Neprinieslo mi to však veľa dobrého. Málokto ma chápal, ľudia ma odsudzovali, hovorili, že „ma je veľa“. Musela som dospieť a upratať

si v sebe. Teraz je Alžbeta pokojnejšia a rozvážnejšia, ale z Ivety mám temperament. Ukážem ho vtedy, keď viem, že si to môžem dovoliť, keď som úplne sama sebou, s blízkymi, v hudbe a na koncertoch. Tam som trochu ako Iveta.

Keď nám ľudia hovoria, že je nás veľa, väčšinou preto, že sami si neveria a možno aj závidia, že niekto má odvalu byť samým sebou. Cítiš sa teraz komfortne, nemusíš sa pre niečo alebo niekoho prispôbovať?

Toto práve v sebe riešim. Posledné dva roky som sa prispôbovala, len aby som zapadla. A dарило sa mi v tom. Začala som sa inak obliekať, zmenila som štýl a okolie ma prijalo. Lenže som si uvedomila, že mi chýba byť svojou, niekedy bláznivá alebo hlasná... Ale na 90 percent som to stále ja.

Známi ľudia mávajú dve polohy. Prvá je verejná a druhá súkromná a intímna. Cítiš tento rozdiel u seba?

Je minimálny. Už dávno som si uvedomila, že nechcem mať pred ľuďmi masku. Veľa sa stretávam s ľuďmi, učím ich, a zabralo by mi veľa času a energie držať si neprirodzenú masku. Samozrejme, že si súkromie chránim, nemusia o mne vedieť všetko.

Tam som mierila. Sú veci a prejavy, ktoré patria len do tvojho súkromia a pre tvojich najbližších.

Áno. Ľudia, čo chodia ku mne na tanec, sa už po dvoch-troch tréningoch stanú mojou rodinou. Vidia, že som sama sebou, a aj z nich všetko opadne. Mať masku sa nevypláca. Niektorí je v televízii veľmi chrumkaví a v reálnom živote je to zloduch, aj takých poznám.

Priznám sa, že som predtým tvoju hudbu nepočúvala. Až keď som sa pripravovala na rozhovor, a bola som mimoriadne príjemne prekvapená. Očakávala som, že

budeš robiť iný žáner. Pre mňa si slovenská Sade.

Sade je môj najväčší idol! Na svoj album som naozaj hrdá. Trvalo dlho, kým vznikol, lebo každý, s kým som ho chcela robiť, ma automaticky tlačil do r'n'b alebo latino. Keď som nahlas povedala, že milujem country a folk, niektorí sa mi smiali. Ja milujem aj hip-hop a latino, učím to, ale moja duša ma nepustí. Doma si pustím indie. Nepotrebujem mať veľké rádiomity, hoci kedysi som po nich túžila. Teraz som oveľa šťastnejšia, keď koncertujem pre 200 ľudí, ktorí mojej hudbe rozumejú. To je úplne iný pocit, keď sa s nimi môžem počas koncertu baviť. Chcem, aby v nich moja hudba niečo zanechala. Nehovorím, že všetky popové veci sú zlé. Možno aj také niečo urobím. Chcela by som najmä robiť veci, ktoré si môžete vypočúť aj o desať rokov a stále budete pri nich niečo cítiť – šťastie alebo smútok.

Na svojom profile na sociálnej sieti zdieľaš veľa nádherných modelingových fotografií. Páči sa mi, že k nim často pripojiš aj pekné myšlienky. Podme sa trochu rozprávať o ženskej kráse.

Milujem Paríž, chodím sa tam vizuálne nabudiť a ulahodiť oku. Nedávno, keď som tam bola, sedela som len tak na káve a obzerala sa po okoloidúcich ženách. Parížanky, a Francúzky všeobecne, sú známe tým, že nesiahajú po umelej kráse a každá je svojská. Bol to doslova oddych pre moje oči, keď som zrazu videla úžasné a jedinečné ženy, a nie rovnaké klony. Aj také ženy môžu byť krásne, ale je únavné dívať sa stále na takú istú tvár, rovnaké kosti, napichané tváre, rovnako zväčšené prsia. Mám pocit, že je toho aj u nás priveľa. V Paríži po ulici vykračuje sedemdesiatročná pani, ktorá má dredy a je nádherná. Alebo vidíš mamičku s deťmi, ktorá je elegantná a krásna aj bez mejkapu. Mali by sme sa vrátiť k tomu, čo je na nás autentické, »

» pretože každá žena je krásna. Samozrejme, že sa môže cítiť zle a byť s niečím na sebe nespokojná. Vtedy treba nájsť, čo môže jej pocit zlepšiť. Byť však od hlavy po päty umelá, to nie je riešenie. Lebo aj drobná nedokonalosť môže byť krásna.

V jednom statuse si napísala, že krásna žena je tá, ktorá je šťastná.

Je to tak. Keď niečo takéto napíšem, tak sa mi to zdá ako veľké klišé a niečo, čo netreba zdôrazňovať. Potom sa mi však vždy potvrdí, je dobré opakovať aj zjavné pravdy. Lebo vždy sa nájde niekto, kto mi napíše – presne toto som práve potrebovala počuť.

Kde nájsť svoje vnútorné šťastie, ako ho vôbec hľadať?

Neviem radiť, môžem hovoriť iba o svojej skúsenosti. Ani ja sa necítim vždy úžasne. Mám chvíľky, keď nie som so sebou spokojná. Vtedy najviac pomôže zdravá sebareflexia. Postaviť sa pred zrkadlo a povedať si pravdu – dobre, tak toto a toto nemáš dokonalé. Ale máš pekné oči a vlasy. Si dobrá v tom a v tom. Keď som sa takto dokázala ohodnotiť, veľmi som si vydýchla, lebo som sama spoznala svoju hodnotu a nemusel mi nikto nič vnucovať. Presne v tom podľa mňa je pocit šťastia – poznať svoju hodnotu a nežiť s maskou na tvári.

A zároveň asi aj mať dostatok sebavedomia. Ak mi niekto povie, že mám veľký zadok, tak mu bez mihnutia oka odpovedať – áno, mám. A čo má byť?

Presne tak. Neklamať si, vedieť nájsť v negatívach pozitívne stránky. Ak si dokážeme nedostatok priznať, ľahšie sa nám s ním pracuje.

Je pre teba dôležité, aby ťa v tomto podporil aj partner?

Určite. Nie nadarmo sa hovorí, že ak ťa niekto poníža, preto, ako vyzeráš, chod' z toho vzťahu preč. Partner by nás mal podporovať.

Čo je pre teba vo vzťahu ešte dôležité?

Inšpirácia a úcta. Že si môžem partnera vážiť, a je jedno, či robí chyby. Dôležité je, že ak ich urobí, dokážeme sa o tom rozprávať. Potrebujem, aby ma partner v kariére i v osobnostnom raste prevyšoval, aby som ho ja mohla dohnať, aby sme sa navzájom inšpirovali. A ešte humor.

Ty aj tvoj priateľ ste aktívni v hudobnej brandži, preto je vzájomná inšpirácia určite dôležitá. Keď však dáme nabok to, čím sa živíte, zostane len Betka a Pavel. Keď ste doma a prežívate bežný život, čo je vtedy dôležité?

Milujeme skoro všetko rovnaké. Napríklad radi varíme a pritom sa bavíme. To sú pre mňa krásne chvíle. Alebo spolu upratujeme, obaja to milujeme. Je raper, ale ja ho vidím viac ako poeta. Milujem na ňom, aký je milý a láskavý.

Nemáš problém hovoriť o tom, že si Rómka. Nie je niekedy otravné, že práve toto na tebe zdôrazňujú ako prvé a vyrábajú z teba exotický zjav?

Áno, toto riešim dlhší čas. Mne neprekáža, keď sa to spomenie, ale prekáža mi, keď sa na to upozorňuje v titulkoch. Ako môžeme chcieť, aby ľudia neboli rasisti, keď neustále poukazujú na pôvod? Ja viem, mnohí to nerobia so zlým úmyslom, ale nikdy nenapišu beloška XY, ale zdá sa im v pohode napísať Rómka Ferencová. Neuvedomujú si, že nás to rozdeľuje. A je tu aj iný rozmer – akoby som mala byť vďačná, že ma vyzdvihli, alebo sa mám cítiť vinná za to, že som tmavá? To jediné je na mne zaujímavé? Mala som z toho strašne popletenú hlavu, aj keď som vedela, že to nikto nerobí v zlom, ale zároveň už asi stačí. Nemám rada, keď o mne píš, že som exotická alebo čokoládová.

Najbližšie plány, sny, vízie? Čo ťa čaká?

Tento rok je úplne šialený a dúfam, že sa podarí. Rozbehla to Iveta, uvidíme, kde sa to skončí. Teší ma, že sa ľuďom páči, ako hrám, je to veľký záväzok. Venujem sa hudbe, na jeseň chystám nový album. Prišli nejaké nové herecké ponuky, pripravujem sa na kastingy a učím sa hovoriť po česky. Zlomili ma na to po siedmich rokoch, nechcela som to a nikdy som ani v Prahe nerozprávala po česky. Lenže ponuky sú hlavne z Česka. Mám v pláne urobiť aj tanečné turné po Česku a Slovensku. Teším sa na všetky ženy, ktoré si so mnou prídu zatancovať. Milujem robiť tanečné workshopy, kde sa ženy naučia milovať samy seba, tancovať najprv bez choreografie. A ešte by som chcela urobiť hudobné turné, klipy, spoluprácu s rôznymi značkami. Je toho veľa, a preto si to vyžaduje veľkú disciplínu.

Tvoj život je naplnený prácou, ktorá ťa baví. Čo ťa najviac baví a naplňa vo chvíľach oddychu?

Niekedy chvíle oddychu nedopadnú najlepšie. Posledných päť rokov trpím panickými atakmi. Keď nič nerobím, moja hlava ma trochu zradí. Nie je mi dobre, ale zároveň viem, že keď atak odznie, bude dobre a treba oddychovať. Pre mňa dobrý oddych znamená fajn jedlo, rada varím pre kamošov, filmy, úplne jednoduché veci. A výlety, milujem hory viac ako pláže. Som taký blázon, moja hlava má veľa nápadov, strašne veľa snívam. Môj život je naplnený vtedy, keď mám nejaký projekt.

Si teraz šťastná?

Uvedomila som si, že i keď prežívam jedno z najšťastnejších období svojho života, nemám odvahu povedať to nahlas. Trochu sa toho bojím. Doteraz som vždy musela dokazovať, že si úspech zaslúžim. Učím sa sama seba si povedať – áno, zahrála si to dobre. Chcem mať silu, aby som si sebavedome a nahlas povedala – som šťastná a zaslúžim si to.



„POCIT
v v ŠTASTIA JE
POZNAŤ SVOJU
HODNOTU
A NEŽIŤ
v v V PRETVÁRKE.