

# URODA ŻYCIA

## Grudzień 2017



16 EDYTORIAL **Anna Maruszczyńska**

20 NASTROJE **Coś dla ciała, coś dla duszy**

### TEMAT MIESIĄCA

42 **Uwolnij święta!** Czekamy na cuda, a cudom trzeba pomóc. Jak to zrobić? Pytamy filozofa Adama Andrzejewskiego i ks. Adama Bonieckiego

### PRZEŁAMUJĄC FALE

52 **Tato, zobacz!** Z Robertem Zarzeckim, niewidomym pedagogiem i fizjoterapeutą, rozmawia Anna Maruszczyńska

### ZBLIŻENIA

30 **Magdalena Cielecka. Twarda, jak skała, krucha, jak lód.** „Jaki cel miałyby udawanie zagubionej?” – rozmowa Marty Strzeleckiej

60 **Monika Brodka. Obywatelka świata.** „Składałam się z miejsc, w których byłam” – rozmowa Karoliny Morelowskiej-Siluk

66 **Jane Fonda. Szukając matki.** W pamiętnikach starała się zrozumieć rodziców, teraz próbuje zbliżyć się do własnych dzieci

70 **Piotr Polk. Uparty Ślązak z wyglądem Francuza.** „Życie bywa niewdzięczne. Ale kocham je, bo jest moje” – rozmowa Magdaleny Felis

76 **Anna Jadowska. Urodziłam się wyemancypowana...** Robi autorskie kino, w którego centrum zawsze są kobiety

84 **NASZA AKCJA KOBIECY KOBIECIE. Za współczucie dziękujemy.** Dominika Cwynar i Marta Pawlik

88 **Kortez. Wszystko z miłości.** „Jak mam podły nastrój, wrzucam na słuchawki nokturny Chopina” – rozmowa Magdaleny Żakowskiej

98 **Leszek Lichota. Lubię zmagać się z życiem.** „Odszedłem z teatru, żeby nie mieć cieplej posadki” – rozmowa Bartosza Janiszewskiego



### O MIŁOŚCI

94 **Agatha Christie i Max Mallowan.** Ja cię kocham, a ty z nią?!

102 KWESTIONARIUSZ: **Marzena Rogalska**

### LEPSZE ŻYCIE

104 **Tyle miłości, ile wolności?** „To, że on i ona nie wszystko robią razem, nie oznacza, że są złą parą”, mówi seksuolog Michał Pozdał

110 **Pornografia izoluje.** Rozmowa z psychologiem Mateuszem Gołą

114 **Żeby chciało się chcieć.** Wiele z nas chce w swoim życiu coś poprawić. Dlaczego to się nie udaje, wyjaśnia trener biznesu Iwona Kokoszka

118 **MYŚLĘ I JESTEM Spacer z filozofem Marcinem Fabjańskim.** Skromnie przyjmować, spokojnie tracić

### ZNAKI CZASU

120 **Sprzątam dla rozrywki.** Justyna Polańska nie tylko sprząta, napisała też bestseller

124 **Jeść i pomagać.** Są w miastach przystanie, gdzie pracę znajdują ludzie, od których świat się odwraca

130 **Szum Szumisia.** Przytulanki Anny Skórzyńskiej podbijają świat

### FELIETONY

24 **Słowo wytrych** – Małgorzata Szumowska

26 **Zeszłoroczny śnieg** – Katarzyna Lengren

28 **Listy do Stanisławy Celińskiej**

# URODA ŻYCIA

## Listopad 2017



170

MODA  
Miękki,  
jedwabisty,  
luksusowy.  
Welur!



156

SMAK ŻYCIA  
To, co na stole,  
i to, co w sercach

139 KULTURA **Nowości: co czytać, oglądać, czego słuchać**

### SMAK ŻYCIA WEDŁUG AGNIESZKI MACIĄG

156 **Święta na korzenną nutę**

### JEDZIEMY!

164 **Namibia.** Najpiękniejsza w Afryce

### MODA

170 **Bonjour, welur.** Uwodzi świat mody już drugi sezon

178 **Trend.** Gwiazdka z nieba

179 **Trend.** Wenus w futrze

180 **Projektantka.** Marta Iwanina Kochańska

181 **Nowości**

182 **Pokaz.** Miuccia Prada, modowa wizjonerka

### URODA

188 **Perfumy.** Cząstki elementarne

192 **Pielęgnacja.** Bal maskowy

196 **Nasz test.** Balsamy do ciała

198 **Pytania do eksperta.** Zdrowe i piękne

200 **Zielona strona życia.** Różana pielęgnacja

202 **Pytania do eksperta.** Bez przesady

204 **Rekomendacje.** Pudry prasowane

206 **Nowości**

### ZDROWIE

212 **Pytanie do eksperta.** Kiedy uszy wołają o pomoc?

216 **Po co? Po nic!** Bo nie wszystko w życiu musi mieć cel

218 **Wrażliwe do bólu.** Jelita domagają się specjalnego traktowania

220 **Dzień z Kasią Bem.** Mindfulness na święta

222 **W pigułce**

224 KUCHNIA i DOM **nowości**

226 SAMOCHODY I GADŻETY

### PASJE I MIEJSCA

228 **W krainie czarów.** Bożka Rydlewska wycięła książkę inną niż wszystkie

234 KOCHAMY JĄ **Ashley Judd.** W imię nas wszystkich

Zdjęcia Agnieszka Kulesza i Lukasz Pilek

Stylizacja Paweł Kędziński

Makijaż Wilson/Warsaw Creatives

Fryzury Gor Duryjan/AF Photo

Scenografia Marek Piotrowski

Produkcja Tomek Koczwiałk