

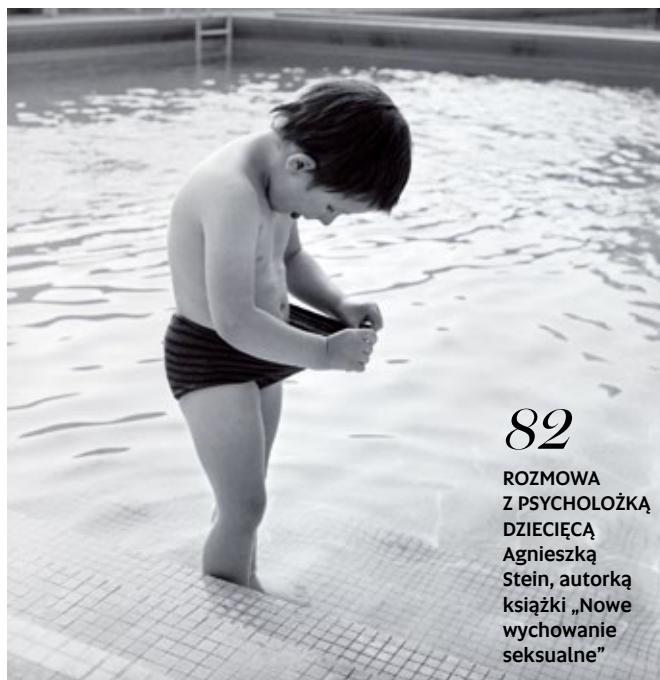
URODA

ŻYCIA



52

MAŁGORZATA
BOGDAŃSKA
Żona Marka
Koterskiego
o ich wspólnym
Teatrze w Walicze



82

ROZMOWA
Z PSYCHOLOŻKĄ
DZIECIĘCĄ
Agnieszka
Stein, autorką
książki „Nowe
wychowanie
seksualne”

6 EDYTORIAL **Anna Maruszczyk**

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

TEMAT MIESIĄCA

28 **Zabawa nas wyzwoli.** O potrzebie wspólnego imprezowania i luzu, mówią Annie Bimer: profesor Bogdan Wojciszke, psycholog Katarzyna Kucewicz i aktorka Iza Kuna

PRZEŁAMUJĄC FALE

36 **Pejzaż bez Ciebie.** „Dominik dał mi moc”, mówi o zmarłym mężu śpiewaczka Iza Połomska. Rozmowa Anny Maruszczyk

ZBLIŻENIA

- 18 **Agata Kulesza. Mam kolorowe sny.** Znów zobaczymy ją w mocnej roli. Rozmowa Wiki Kwiatkowskiej
- 46 **Szczepan Twardoch. To historie mnie wybierają.** „Literatura jest od tego, żeby dźgać, ruszać, odkrywać”, mówi pisarz
- 52 **Małgorzata Bogdańska. Kiedy świrek poznał świra.** O związku z Markiem Koterskim, domu i Teatrze w Walicze aktorka opowiada Magdalenie Żakowskiej
- 58 **Trzy panie Smith.** Żona, córka i teściowa znanego aktora Willa Smitha zrobiły talk-show, który podbija świat
- 68 **Nancy Spielberg. Moja Droga Mleczna.** Siostra słynnego reżysera, producentka filmowa o swoich korzeniach
- 72 **Patrycja Markowska. Za zakrętem.** Życie po przełomie

62 **NASZA AKCJA KOBIECY KOBIECIOM. Uciekaj, moje serce.** O tym, jak pomóc uzależnionym od miłości, mówi psychoterapeutka Eugenia Herzyk, która prowadzi Fundację Kobiecte Serca



O MIŁOŚCI

76 **Tabitha i Steven King. Efekt olśnienia.** A jednak małżeństwa doskonale istnieją!

80 **KWESTIONARIUSZ Maciej Stuhr**

LEPSZE ŻYCIE

- 82 **Seks dziecka, strach rodziców.** Z Agnieszka Stein o nowym wychowaniu seksualnym rozmawia Aleksandra Pezda
- 88 **To my się znamy?** Co wiemy o człowieku, z którym żyjemy, mówi Karolinie Rogalskiej terapeuta, seksuolog Michał Pozdał
- 92 **Rywalki w rodzinie.** Czy warto zabiegać o względy teściowej – rozmowa z Anną Bersz z Laboratorium Psychoedukacji

AKADEMIA URODY ŻYCIA

96 **Wielki twist.** O życiowych zmianach z dr Joanną Heidtman, coachem i psycholog rozmawia Sylwia Niemczyk

ZNAKI CZASU

100 **Marcin Dorociński. Kibicuję słabszym.** Pomaganie zwierzętom, walka o ich prawa to nasz obowiązek

FELIETONY

- 12 **Do szantażu trzeba dwojga** – Kinga Dębska
- 14 **Uniwersytet drugiego wieku** – Małgorzata Halber
- 16 **Brokat i sztuka życia** – Agnieszka Krzyżanowska

Luty 2019



118

PRZY JEDNYM STOLE
Jednocząca gości
kuchnia Iwony Zasuwy,
autorki głośnej
„Smakoterapii”



134

MODA
Sposób na zimę?
Ciepłe spodnie
i kolorowa
puchowa kurtka

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

PRZY JEDNYM STOLE

118 **Gdy karnawał w sereu.** Kolorowa, zdrowa i radosna kuchnia Iwony Zasuwy, autorki kultowej serii książek „Smakoterapia”

JEDZIEMY!

128 **Mazel tow!** Widoki nie z tej ziemi, nurkowanie w rafie koralowej, wycieczki na pustynię – o południowym Izraelu pisze Kamila Miernowska

MODA

134 **Sesja. Misja: zima.** Kolorowe kurtki puchowe to jest sztyk!

142 **Trend.** Płaszcze typu teddybear

143 **Shopping.** Garnitur w kratkę

144 **Pokaz.** Valentino – gracia i wdzięk

145 **Nowości**

URODA

146 **Obudź zmysły.** Przyjemne kosmetyki, rytuały i zabiegi

150 **Kremy na noc.** Test kosmetyków

152 **Młodość masz we krwi.** Zabiegi z osoczem

156 **Bez śladu.** Ekspert mówi, jak usunąć przebarwienia

158 **Czas na kwas.** Maseczki z kwasami poleca Tomek Kocewiak

160 **Nowości**

ZDROWIE

164 **Szczypta męskości.** O testosteronie dla kobiet mówi dr Ewa Kempisty-Jeznach

168 **Dieta po diagnozie.** Dlaczego wybór diety jest taki ważny w czasie leczenia onkologicznego. Rozmowa z prof. Stanisławem Kłękem

172 **Dzień z Kasią Bem.** No comments

174 **Nowości**

175 **KUCHNIA i DOM** nowości

176 **SAMOCHODY I GADŻETY**

PASJE I MIEJSCA

178 **Szlachetne tkaniny.** Szale i inne dodatki Alicji Tyburskiej

182 **W TOWARZYSTWIE**

186 **KOCHAMY JĄ** Ewa Ewart. Dziennikarka z misją

Zdjęcia Agnieszka Murak/Buku Team

Scenografia Kornelia Dzikowska

Stylizacje Jan Kryszczak/Art Faces Warsaw

Makijaż Wilson

Fryzury Michał Bielecki

Produkcja Kamila Morgisz

Za współpracę przy realizacji sesji dziękujemy salonowi NAP przy ul. Mysiej 3 w Warszawie.