



## z notatnika redaktorki

Istnieje pogląd, że ludzie, którzy w dzieciństwie nie zaznali domowego ciepła i miłości najbliższych, nie potrafią kochać w dorosłym życiu. Historia Alberta wcale tej tezy nie potwierdza. Być może nie kocha swojego przybranego ojca tak, jak kochałby biologicznego rodzica, a jednak to on – wciąż trochę obcy, trzymany na dystans – a nie rodzone dzieci zajmuje się schorowanym starcem („Co sobie posiejesz, to zbierzesz”, str. 24). A co będzie z Julką i jej emocjami w dorosłym życiu? Czy jej kochający rodzice już czegoś nie przegapili? A może po prostu nie wystarczy tylko dziecko kochać? („Zanim się rozpadnie”, str. 30).  
Miłej lektury!

Barbara Florianczyk

## Czy wiesz, że...

17 lipca 1959 r. (60 rocznica) zmarła BILLIE HOLIDAY, jedna z najsłynniejszych wokalistek w historii jazzu. Nie miała łatwego życia – dorastała w biedzie w Filadelfii, wychowywana przez samotną matkę i ulicę, na której jako nastolatka zarabiała ciałem. Na szczęście wcześniej odkryła swój talent i wyjechała do Nowego Jorku śpiewać – na razie – w podziemnych klubach Harlemu, ówczesnej „stolicy” jazzu. Kiedy miała 18 lat, na jednym z koncertów wypatrzył ją producent muzyczny i zaproponował kontrakt płytowy. Wiedział, że ma przed sobą nieoszlifowany diament z niezwykłym, pełnym emocji głosem. Trzeba było tylko zmienić pospolicie brzmiącą Eleonorę Fagan Gough na Billie Holiday (pseudonim zapożyczony od ówczesnej gwiazdy filmowej) i czekać na sukces. Wkrótce Billie występowała u boku największych gwiazd, zapępiała publicznością słynne kluby i sprzedawała tysiące płyt, ale nie była szczęśliwa. Trudne dzieciństwo, nieudane związki, uzależnienie od alkoholu i narkotyków doprowadziły ją do depresji i w konsekwencji przedwczesnej śmierci w wieku 44 lat.



## SPIS TREŚCI

### JA, TY, MY

Kaprys mnie przekonał .....	4
Cztery randki i kłopot .....	6
Jestem ofiarą .....	8
Kiedy kobieta mówi nie .....	12
Zanim się rozpadnie .....	30
Mamo, wygraliśmy! .....	35
Przeszczep .....	36

### JAK TAK MOŻNA!

Czy warto mu zaufać? .....	16
----------------------------	----

### TRUDNE DECYZJE

Co sobie posiejesz, to zbierzesz ..	24
-------------------------------------	----

### NA RODZINNYM FRONCIE

Za duża odpowiedzialność! .....	28
---------------------------------	----

### WŚRÓD LUDZI

Podróż za jeden uśmiech .....	32
-------------------------------	----

### PORADNIKI

Bądź zawsze zdrowa .....	18
Sposoby na letnie zatrucia .....	
Bądź zawsze piękna .....	21
4 sposoby na mycie włosów .....	
Dobra kuchnia .....	22
Kolorowe tarty .....	

### ROZRYWKA

Krzyżówki .....	15, 20
Szukam cię .....	40
Horoskop .....	41

ZDJĘCIA NA OKŁADCE: SHUTTERSTOCK;  
ZDJĘCIA W NUMERZE: SHUTTERSTOCK, ADOBE STOCK

## 100 lat... niech żyją, żyją nam!



Można żartować z tego, że przyszłość Polski należy do stulatków, ale takie są fakty. W naszym kraju rośnie liczba osób w podeszłym wieku, szczególnie tych najstarszych. W ubiegłym roku nad Wisłą żyło prawie 4 tys. stulatków (dwa razy więcej niż kilkanaście lat wcześniej). W roku 2040 ma ich być już ponad 20 tys., a w 2080 – aż 124 tys.! To tyle, ilu mieszkańców ma średniej wielkości miasto, np. Opole. Obecnie najstarsza Polka ma 112 lat, najstarszy Polak jest rok młodszy. Niestety, ogólna liczba mieszkańców Polski spadnie w 2080 roku z obecnych 38 mln do 31 mln.

NASTĘPNY NUMER „CIENI I BLASKÓW” UKAŻE SIĘ 24 LIPCA