



## z notatnika redaktorki

*Moje dziecko! Te dwa słowa mogą zelektryzować nasz umysł w ułamku sekundy, gdy nie wiemy, gdzie ono jest i czy nie zagraża mu niebezpieczeństwo. W dwóch pierwszych historiach nadesłanych przez nasze Czytelniczki („Gdzie jest Jacuś?”, str. 4 i „Wypadek”, str. 6) matki odchodzą od zmysłów, zanim dostaną potwierdzoną wiadomość, że ich potomstwo jest całe i zdrowe. Czasem jednak instynkt macierzyński zawodzi i sprawia, że na opak pojmujemy szczęście i bezpieczeństwo dziecka. Mama Mirosława nie akceptuje odmienności syna. Każę mu się leczyć, wierząc, że jest lekarstwo, które zwalczy jego „chorobę”. Czy kiedyś zrozumie, że to niemożliwe? („Żyję w kłamstwie”, str. 12). Miłej lektury!*

*Barbara Klonowicz*

## Czy wiesz, że...



26 listopada 80 lat skończy TINA TURNER – jedna z najbardziej charakterystycznych wokalistek rockowych, wielka gwiazda lat 80. i 90. Urodziła się jako Anna Mae Bullock w małej mieścinie w stanie Tennessee. Jej matka była Indianką, ojciec Afroamerykaninem. Od najmłodszych lat uwielbiała śpiewać, co więcej, miała do tego talent. Karierę zaczynała od śpiewania w chórach kościelnych, później były chórki towarzyszące popularnym pod koniec lat 50. grupom muzyki pop. Wszystko zmieniło się, kiedy poznała Ike’a Turnera – to on dał jej nazwisko i wymyślił nowe imię. Zostali parą na scenie i w życiu prywatnym; jako duet odnosili sukcesy, jako małżeństwo żyli szybko i intensywnie. W 1978 roku ich związek zakończył się głośnym rozwodem, co na kilka lat zahamowało karierę Tyny. Wróciła w wielkim stylu w 1984 roku płytą „Private Dancer” (20 mln sprzedanych egzemplarzy) i z nowym image scenicznym – burzą rozjaśnianych włosów i wyzywającymi, kusymi strojami. Na koncertach była demonem ekspresji, a jej wyjątkowy głos jeszcze bardziej „chrząkał”. I taką Tinę zapamiętamy. Dwieście lat!

## Włosy w kolorze jesieni

Rudych jest na świecie niecały 1 procent, a i tak ich liczba ciągle maleje. Czy już niedługo na ten piękny kolor można się będzie jedynie przefarbować? Z naukowego punktu widzenia rudy kolor włosów jest pewnego rodzaju mutacją genetyczną, niemal zawsze towarzyszy mu bardzo jasna karnacja. Najwięcej miedzianowłosych rodzi się w Udmurcji (jedna z rosyjskich republik), Szkocji oraz Irlandii – tam ich odsetek w ogólnej populacji dochodzi do kilku procent. Niestety, badania dowodzą, że rudzi mają mniejszą odporność na ból, wysokie temperatury i... rażenie prądem.

## SPIS TREŚCI

### JA, TY, MY

Gdzie jest Jacuś? .....	4
Wypadek .....	6
Porozmawiajmy szczerze, synu ....	8
Poczuj się lepiej .....	12
Żyję w kłamstwie .....	24
Nic wam nie jestem winien .....	32

### JAK TAK MOŻNA!

I przeniosła Zdzicha! .....	16
-----------------------------	----

### NA KARUZELI UCZUĆ

Idealnie niedopasowani .....	30
------------------------------	----

### NA RODZINNYM FRONCIE

Zguba .....	28
-------------	----

### AMOR I PSYCHE

Jak zbudować szczęście? .....	36
-------------------------------	----

### PORADNIKI

Bądź zawsze zdrowa .....	18
5 sposobów na odporność	
Bądź zawsze piękna .....	21
5 sposobów na błyszczące włosy	
Dobra kuchnia .....	22
Zdrowe strączkowe	

### ROZRYWKA

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

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

NASTĘPNY NUMER „CIENIE I BLASKÓW” UKAŻE SIĘ 13 LISTOPADA