

## Styczeń 2018



24 EDYTORIAL **Anna Maruszczyk**

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

### TEMAT MIESIĄCA

46 **Bo kto, jak nie my.** O tym, dlaczego warto być nieobojętnym i działać, nie oglądając się na innych, rozmawiamy z antropologiem dr. Kacprem Pobłockim, aktorką Aleksandrą Mikołajczyk i pisarzem Jackiem Dehnelem

### PRZEŁAMUJĄC FALE

56 **Uśmiech do losu.** Trzy siostry w walce z chorobą – rozmowa Anny Maruszczyk

### ZBLIŻENIA

36 **Ania Dąbrowska. Żegnaj demony.** „Byłam w kołowrotku, ale świadomie z niego wysiadam, bo moje baterie są rozładowane” – rozmowa Karoliny Morelowskiej-Siluk

66 **Kamilla Baar-Kochańska. Moja wanna na kłopoty.** „Droga kogoś z przeszłości może się przeciąć z twoją” – rozmowa Magdaleny Żakowskiej

72 **Krzysztof Trebunia-Tutka. Górale w stylu patchwork.** „Dzięki Bogu i naszym staraniom łączące nas więzy są mocne” – mówi lider zespołu Śleboda Marcie Strzeleckiej

78 **Iwona Zasuwa. Ale namieszała!** „»Ewangelizuję« tylko tych, którzy chcą” – opowiada autorka bestsellera „Smakoterapia”

82 **Piotr Domalewski. Lubię proste historie.** Zdobywca Złotych Lwów o swoich życiowych scenariuszach

88 **Rosanna Arquette. Wojowniczką...** „Dzisiaj wiem, że nie można mieć i kariery pełnej sukcesów, i wypielegnowanych relacji z bliskimi”

94 **NASZA AKCJA KOBIETY KOBIETOM.** Natalia Sarata przekonuje do herstorii na Krakowskim Szlaku Kobiet

100 **Anna Smolar. Małe kroki, drobne gesty.** „Zbyt długo byłam egocentryczką” – rozmowa Karoliny Morelowskiej-Siluk



### O MIŁOŚCI

106 **June i Helmut Newton.** Niezwykły związek króla fotografii

112 KWESTIONARIUSZ **Szymon Majewski**

### LEPSZE ŻYCIE

114 **Pochwała nieposłuszeństwa.** Zbyt łatwo wykonujemy polecenia innych, przekonują psycholodzy dr Tomasz Grzyb i prof. Dariusz Doliński

118 **Hej, odpuść sobie.** Zamiast robić wielkie plany, lepiej wrzuc na luz

122 **Projekt: związek.** Komiks może pomóc w relacjach

126 **MYŚLĘ I JESTEM** Spacer z filozofem **Marcinem Fabjańskim.** Odwaga niedziałania

### ZNAKI CZASU

128 **Tato, to ja!** Szukali ojca, a znaleźli 200 przyrodnych braci i sióstr

**134 Specjalnie dla Was na Nowy Rok**  
**Chiński horoskop według Beaty Tyszkiewicz**

### FELIETONY

30 **Mój buldog** – Małgorzata Szumowska

32 **Czas urażonych mężczyzn** – Katarzyna Lengren

34 **Listy do Stanisławy Celińskiej**

# URODA

ŻYCIA

## Styczeń 2018



166

MODA  
Metaliczny  
połysk od  
projektantów



154

SMAK ŻYCIA  
Lekki początek  
roku

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

SMAK ŻYCIA WEDŁUG  
AGNIESZKI MACIĄG

154 **Przy noworocznym stole.** Kulinarne postanowienia

DELIKATESY

166 **Śledzik krzepi.** W najlepszym wydaniu!

MODA

168 **Świąteczna gorączka.** Ubrania pełne endorfin

176 **Shopping.** Dzianina, puchówki, welur, lamy i cekiny

180 **Prezenty.** Na wyjątkowe okazje

URODA

184 **Pielęgnacja.** Szok przyszłości

188 **Pod choinkę.** Prezenty last minute

190 **Pytania do eksperta.** Bezstresowa pielęgnacja

192 **Rekomendacje.** Palety do makijażu

194 **Medycyna estetyczna.** Sprawy wewnętrzne

198 **Nowości**

ZDROWIE

206 **Pytanie do eksperta.** Mózg chce lepiej jeść

210 **By życie miało smaczek.** Mistyka umiaru

212 **W pigułce**

214 SAMOCHODY I GADŻETY

216 KUCHNIA i DOM nowości

218 **WNEŹTRZA.** Zdrowia, szczęścia, inspiracji... Designerskie „zrób to sam”

PASJE I MIEJSCA

220 **Dziesięć deko sztuki.** Anna Pałubicka i Konrad Komorowski. Ich biżuteria urzeka od pierwszego wejrzenia

226 **KOCHAMY JĄ** **Monika Kucia.** Z miłości do jadalni

Zdjęcia Iza Grzybowska  
Stylizacja Paweł Kędzierski  
Makijaż Magda Atkins  
Fryzury Gor Duryan/AF Photo  
Scenografia Marek Piotrowski  
Produkcja Marianna Sosnowska