



Áno!
 V lete patrí kozmetika
 do chladničky

*Kupujte
 si SPRÁVNÚ
 spodnú bielizeň*

MÁME NÁVOD!

*Slobodná mama
 a podnikanie?*

VÔBEC SA TO NEVYLUČUJE

*Celeste
 Buckingham:*

KAŽDÝ DEŇ SI PRIPOMÍNAM,
 ŽE „SOM DOSŤ“

Letné číslo, plné rozhovorov!

*O láske, o spánku, o ajurvéde,
 o vzdelaní aj o čokoláde!*

7/2022

2,79 € / 81 Kč



07

9 771339 924008

Nakupujte značkovo, platíte **LIDLovo**!

NAŠE ZNAČKY ŠETRIA NA CENÁCH, NIE NA KVALITE

Máme pre vás tisíce produktov vlastných značiek overenej kvality za najvýhodnejšie ceny. A preto ste nás opäť zvolili za absolútneho víťaza ocenení **BEST BUY** a **QUDAL**.



Editoriál o lete :-)

Leto mám rada, lebo všetko je veselšie. Mám rada melóny a rada stojím v rade na zmrzlinu u nás v Ružinove, tam je najlepšia. Mám rada krátke šaty s teniskami, tričko s krátkymi nohavicami, mám rada vôňu bielizne, ktorá je na slnku suchá do hodiny. Mám rada vôňu džemov, ktoré sa varia, a ešte vôňu opalovacích krémov, ku ktorým si privoniam aj niekedy v zime, aby mi navodili letnú náladu.

Mám rada to ničnerobenie, ktoré mi v lete ide dobre. :-)

Mám rada dlhé večery, keď hráme karty, keď čítam knižku, keď na terase horia sviečky proti komárom a ony aj tak lietajú.

Mám rada popoludnia s kamarátmi, opekanie mäsa, chuť vínového striku.

Rada veším mokré plavky, keď decká vylezú z nafukovacieho bazéna, rada fotím Kuba, keď má ústa špinavé od nanuku, rada pijem kávu s tonikom, ktorú nám robí jedna z našich dcér.

Mám rada langoš na našom obľúbenom kúpalisku, rada robím zapekané tortily, keď sa chystáme na výlet.

Rada rátam dni do odchodu k moru, rada pri mori plánujem, že na dôchodok sa k nemu presťahujem, rada robím čerstvé lečo, aj keď ho z celej rodiny jem len ja.

Leto mám rada, lebo z neho čerpám energiu až do Vianoc.

Užite si to svoje. :-)



Vaša
Emita

- | | | | | | | |
|----|---|----|---|-------------|---|------------------------|
| 3 | Editoriál | 26 | Slobodná mama a podnikateľka?
Áno! | MÓDA | 54 | Ako nosiť biele tričko |
| 4 | Obsah | 32 | Koniec toxických vzťahov vo
vašom živote | 56 | Manuál na správnu spodnú
bielizeň | |
| 6 | Napísali ste nám
OBJAVILI SME PRE VÁS | 36 | Moja cesta k mojej kráse
ŽENY, ČO NÁS INŠPIRUJÚ | 60 | Indiánske leto | |
| 8 | Jednoducho leto
EXKLUZÍVNY ROZHOVOR | 40 | Vyhodnotenie Ženy Evity
MY A NÁŠ ŽIVOT | 62 | Bermudy | |
| 10 | Celeste Buckingham – Som dosť
LEN V EVITE | 42 | Láska trochu inak
MY A MUŽI | 64 | Kapsulová dovolenka | |
| 14 | Kultúra v mojom živote | 46 | Fetišisti okolo nás
MY A NÁŠ ŽIVOT | 68 | Módny editoriál | |
| 18 | Evita Ladies weekend | 48 | Investujte do seba | 76 | Celé plavky | |
| 20 | Vychytávky môjho života
MY A NÁŠ ŽIVOT | 50 | Na jazyky talent nepotrebujete | 80 | Oblečte sa ako
BUĎME KRAJŠIE S EVITOU | |
| 22 | Moje naj leto v živote | | | 82 | Kozmetika patrí do chladničky | |
| | | | | 88 | To naj | |
| | | | | 90 | Voda v spreji | |



10

CELESTE
BUCKINGHAM –
SOM DOSŤ



32

KONIEC
TOXICKÝCH
VZŤAHOV VO
VAŠOM ŽIVOTE



56

MANUÁL NA
SPRÁVNU SPODNÚ
BIELIZEŇ



82

KOZMETIKA PATRÍ DO CHLADNIČKY



- 92 Opalovacie krémy pre vás
ČÍTATE LEN VY
- 96 Nová Evitovka Druhá tvár
BUĎME ZDRAVŠIE S EVITOU
- 100 Konečne vyspať
- 106 10 potravín na opálenie
- 108 Helioterapia
- 110 Ajurvéda pomôže pri všetkom
VARENIE
- 118 Šaláty a dresingy
- 124 Čokoláda je ako víno
- 128 Vedeli ste, že?

BÝVAJME KRAJŠIE S EVITOU

130 Jedlo na čerstvom vzduchu

CESTUJEME S EVITOU

134 Za chladnými dňami v lete

VÁŠ VOLNÝ ČAS S EVITOU

138 Kultúra

140 Evitin knižný klub

142 Horoskop

144 Pár skvelých nápadov

146 Pýtajte sa Evity

100

KONEČNE VYSPATÍ



124

ČOKOLÁDA JE AKO VÍNO



www.svetevity.sk

Ročník VIII., číslo 7, júl 2022, mesačník

ŠÉFREDAKTORKA: Evita Twardzik

FOTO: Katarína Kincelová

PRODUKČIA: Zuzana Kropuchová

ONLINE SVETEVIKY.SK: Zuzana Matúšová

SPOLUPRACOVNÍCI: Nina Murárová, Monika Macháčková,

Lucia Lukušová, Katarína Kopcsányiová, Michaela Krívdová,

Sabína Štefková, Gabriela Mohrová, Zuzana Matúšová,

Natália Trenčanová, Linda Twardzik

MAILOVÁ ADRESA REDAKČIE:

evita@maftraslovakia.sk

TELEFÓNNE ČÍSLO REDAKČIE: 02/48 238 438

FOTO: Zuzana Baldovičová

VIZÁŽ: Karolína Sláviková

TITULNÁ FOTOGRAFIA: Katarína Kincelová

MEJKAP A VLASY: Karolína Sláviková

STYLING: Gabriela Mohrová

SATÉNOVÝ KOMPLET: drobné store

NÁHRDELNÍK: Blogerinas

ILUSTRÁČNÉ FOTOGRAFIE:

Shutterstock, Profimedia

EDITORIÁL: Katarína Kincelová,

Danica Raytchev, Soňa Kubeníková

LAYOUT: Komplot

GRAFICKÁ ÚPRAVA: Richard Janešík

ÚPRAVA OBRÁZKOV: Lukáš Kovačič, Anton Zahradník

Redakcia nevyžiadajú poštu nevracia.

mafra slovakia

VÝKONNÝ RIADITEĽ:

Vladimír Mužík, tel.: 02/48 238 100

FINANČNÝ RIADITEĽ:

Martin Mráz, tel.č. 02/48 238 200

OBCHODNÁ RIADITEĽKA:

Katarína Michalechová, tel.: 02/48 238 106

RIADITEĽ DIGITÁLNYCH MÉDIÍ:

Denis Schwarcz, tel.: 02/48 238 442

RIADITEĽ MARKETINGU, PR A EVENTOV:

Ivan Netík, tel.: 02/48 238 141

OBCHODNÁ MANAŽÉRKA:

Jana Martinková, tel.: 0915 884 305

e-mail: jana.martinkova@maftraslovakia.sk

PREDPLATNÉ: tel.: 0948/987 958, 0917/238 238

e-mail: predplatne@maftraslovakia.sk

online: <http://predplatne.hnonline.sk>

**MAFRA Slovakia, a. s., je druhým
najsilnejším vydavateľstvom na Slovensku.
Vydáva viac ako 50 printových
titulov, prevádzkuje
14 webových portálov a internetovú
televíziu.**

ADRESA VYDAVATELSTVA:

MAFRA Slovakia, a. s.

Nobelova 34, Bratislava 836 05

tel.: 02/48 238 100

IČO: 51 904 446

TLAČ: Walstead Moraviapress, s. r. o., U Póny 3061, Břeclav

PREDPLATNÉ NA 12 MESIACOV: 30,69 € s DPH

CENA JEDNÉHO VÝTLAČKU: 2,79 €

VOLNÝ PREDAJ: Mediaprint-Kapa, Pressegrasso, a. s.

REGISTRAČNÉ ČÍSLO: EV 5167/15, ISSN 1339-9241

VOLNÝ PREDAJ V ČESKEJ REPUBLIKE:

První novinová společnost, a. s.

PREDAJNÁ CENA V ČR: 81 Kč

Predaný náklad je zverejňovaný v ABC SR a podlieha auditu

v zmysle platnej metodiky ABC SR.

© Copyright MAFRA Slovakia, a. s. Autorské práva sú vyhradené a vykonáva ich vydavateľ. Autori článkov zverejnených v tomto vydaní si v zástupení vydavateľom vyhradzujú právo udeľovať súhlas na rozmnožovanie a na verejný prenos článkov, ako aj na verejnú rozširovanie rozmnožených týchto článkov v zmysle § 33 ods. 1 písm. a) a d) autorského zákona.

Vydavateľstvo MAFRA Slovakia, a. s., je súčasťou koncernu AGROFERT.