



Všetko
o vlasoch
v lete

*Slovenky,
ktoré sa
už od mora
nepohnú...*

*Rozhovory:
Jakub Jablonský
Kristína Tormová
Dana Košická*

*Barbora
Chlebcová*

Nemusím sa páčiť všetkým!

*Ešte: Čo je to štíhla obezita?
Netýka sa vás?*

7/2024

2,89 € / 101 Kč



0.7

Dobré rady starej mamy

Najlepší pomocník do domácnosti!



399
tipov

overených časom
a skúsenosťami

Liečivý HERBÁR

Uzdravte sa
čerstvými
bylinkami
z prírodnej
lekárne

ÚSPORNÁ
babičkina
KUCHYŇA slávi
návrat

DOČÍTATE SA TIEŽ:

RECEPTY PRE ČASY NÚDZE • MOCNÉ PŮČIKOVÉ A KVETOVÉ MASY • MŇOHO MEDY • Liečivá sila ČEREŠŇÍ: pomáhajú pri nespavosti, silňujú imunitu • OSVIEZUJÚCE KŮRY PRE UNAVENÉ OČI • Prečo treba jesť CIBULU a OHNIVÉ BYLINKY

Práve
v predaji

len
1,50 €

Kúpíte vo vašich stánkoch.

Editoriál o tom, že ak hlúposti, tak v lete

Nedávno sme sa v robote bavili o tom, čo je naše guilty pleasure. Čo si doprajeme, keď sa chceme úplne odviazať, nemyslieť na starosti, povinnosti, proste len tak byť vo svojej vlastnej bubline, ktorá môže byť aj imaginárnym svetom, ale ktorá nás nabíja energiou. Alebo aspoň dobrou náladou. Alebo aspoň povznesenou náladou.

Mnohé z nás máme obľúbené seriály alebo reality shows, ktoré pozeráme dokola, aj keď ich poznáme naspamäť.

Niektoré to máme v jedle, v čudnej kombinácii sladkej a slanej chuti, napríklad.

Ja robím to, že si vyhladnem nejaké miesto na svete a hľadám tam nehnuteľnosti na predaj, prezerám si ich a predstavujem si, že ich chcem kúpiť. :-D

Moja kolegyňa – nebudem menovať :-) – chodievala sama do bistra na raňajky a vždy si povie: „Muž, ktorý teraz vojde, bude môj manžel...“ A náramne sa potom zabáva na tom, kto príde.

Prečo to tu píšem?

Lebo v lete treba zvoľniť tempo a nájsť si čas na všetky bláznivé veci, ktoré nám idú hlavou.

A netreba ich odkladať. Netreba si ich zakazovať. Nemusíte nikomu hovoriť, čo robíte, môže, alebo dokonca musí to byť vaše tajomstvo. Len prestaňte byť na chvíľu seriózne a odviažte sa.

Teraz, v lete.

Je nás veľa, čo to robíme.

Pozrite sa okolo seba. Tie, ktoré sa tajnostkársky usmievajú, keď sú samy, tie, ktoré majú stále dobrú náladu, tie si ulietavajú na svojich guilty pleasures...

Pridajte sa a dajte vedieť o tých svojich. Ak, samozrejme, chcete. Možno sa inšpirujeme aj my ostatné.



Vaša
Emita

- 3 Editoriál
- 4 Obsah
- 6 Listáreň
- OBJAVILI SME PRE VÁS**
- 8 Letné „La dolce vita!“
- LEN V EVITE**
- 10 Beauty dotazník
- 12 Životospráva v mojom živote
- 14 Kultúra v mojom živote
- EXKLUZÍVNY ROZHOVOR**
- 18 Barbora Chlebcová: Nemusím vyhovovať každému
- LEN V EVITE**
- 24 Slovenky a ich radosti
- ROZHOVOR**
- 28 Kristína Tormová: Živiť rodinu je celkom stres
- MY A NÁŠ ŽIVOT**
- 34 Slovenky pri mori
- 38 Vedeli ste, že?
- ROZHOVOR**
- 40 Aj masér potrebuje maséra
- MÓDA**
- 44 Kabelky, ktoré musíte mať
- 48 Letné festivaly
- 50 Balónový lem
- 52 Štýlová aj v horúčavách
- 56 Farby tohto leta
- 58 Stačí jedna blúzka
- 60 Editoriál – Leto v objatí prírody
- BUĎME KRAJŠIE S EVITOU**
- 66 Krásna na slnku
- 70 To naj...
- 72 Letná výmena
- 74 Rosé krémy
- 76 Termálna voda
- 78 Vlasý v lete
- 80 Po slnku...
- 82 Letný plán
- 88 Módné faux pas
- ROZHOVOR**
- 90 Jakub Jablonský: My muži veľa nevydržíme

24

SLOVENKY
A ICH RADOSTI



28

KRISTÍNA
TORMOVÁ: ŽIVIŤ
RODINU JE
CELKOM STRES



52

ŠTÝLOVÁ AJ
V HORUČAVÁCH



90

JAKUB JABLONSKÝ: MY MUŽI VEĽA NEVYDRŽÍME



MY A NAŠE ZDRAVIE

98 Deti a slnko

MY A NÁŠ ŽIVOT

102 Zaručene slovenské

MY A NAŠE ZDRAVIE

104 Bylinkáreň

108 Nohy na výslni

110 Štíhla obezita

VARENIE

114 Paradajky

118 Netradičné oleje

120 Vyrazte na piknik!

BÝVAJTE KRAJŠIE S EVITOU

122 Bývajte v dobrej nálade

CESTUJEME S EVITOU

124 Cestujeme s deťmi

128 Dovolenka na štyroch kolesách

132 Leto na pláži

ROZHOVOR

136 Dana Košická: Ušla som z domu

kvôli mužovi

VOĽNÝ ČAS

140 Evitin knižný klub

142 Horoskopy

144 Pár skvelých nápadov

146 Poradňa

128

DOVOLENKA NA ŠTYROCH KOLESÁCH



110

ŠTÍHLA OBEZITA