



22
dôvodov,
prečo sa
na Slovensku

ŽENÁM
dobre žije,
a dôvody,
PREČO aj nie

**SIMONA
SALÁTOVÁ:**

o detstve s otcom
alkoholikom,

o konci manželstva,

o materstve,

o hľadaní samej seba

**Pozor na lásku
bez hraníc!**

**Či u detí, či u mužov,
môžete na ňu doplatiť**

Slovenky
nebudú

sedieť v kúte

Prečo si stále tak málo veríme?

10/2020
2,40 €/69 Kč



Vráťte čas späť A OMLADNITE

OKAMŽITÝ EFEKT SPEVNENIA A VYPLNENIA VRÁSOK



*Obsahuje výťažky
z laminárie a červených rias.
Stimuluje tvorbu kolagénu,
ceramidov a syntézu kyseliny
hyalurónovej.*

**Každá
tableta obsahuje**

1000 mg kolagénu

+

50 mg vitamínu C

- 100 % čistý hovädzí kolagén
- Obsahuje kolagén typu I a III
- Molekulová hmotnosť kolagénu je 2000 Daltonov

SILA KOLAGÉNU

*tajomstvo krásy
a zdravia*

Editoriál o nás, o Slovenkách

Toto číslo je o nás.

O ženách, ktoré sme sa narodili na Slovensku, ktoré tu žijeme, máme tu rodiny, kamarátov, vychovávame tu deti, chodíme do práce, podnikáme, sme aktívne v charite, máme politické ambície alebo aj žiadne ambície, proste o nás všetkých, nech sme akékoľvek.

Nechceli sme písať o tom, že sme pekné a že sme šikovné. To vieme, pripomíname si to v každom čísle. Chceli sme zistiť, ako sa nám ženám v tejto krajine žije. Či sme spokojné vo vzťahoch, či sme spokojné v pracovnom procese, či sa cítime slobodne v rozhodovaní. Či sa nám tu dobre žije.

A hlavne, či o tom vieme hovoriť.

Lebo to je najhlavnejšie.

Vedieť sa za seba postaviť, vedieť pomenovať problém, žiadať jeho riešenie.

Byť solidárne s inými ženami, byť schopné im pomôcť, počúvať ich, nesúdiť, stáť pri nich.

Všímať si jedna druhú, nezatvárať oči, keď sa deje nepravosť, zastať sa slabšej.

Len vtedy nám bude lepšie, keď nebudeme žiť iba svoje životy, ale budeme sa biť o to, aby sa žilo dobre aj ostatným. Ženám.

Znie to všetko tak všeobecne, čo píšem, viem, ale stačí si prečítať rozhovor so Simonou Salátovou a pochopíte, na čo narážam :-).

Sediť v kúte, plakať a ľutovať sa nemôže byť náš štýl.

Treba zdvihnúť hlavu a hrdo sa postaviť všetkým prekážkam, nástrahám, pretože hneď po nich prichádza radosť a spokojnosť.

Ale veď to viete.

Len je príjemné si to pripomínať.

P. S.: Simona bude mať u nás každý mesiac dve strany na to, aby napísala všetko to, čo si o živote Sloveniek myslí. Ja som sa bavila. Budete sa aj vy :-).



Vaša
Emita



NOVÁ ÚROVEŇ KOMFORTU

NEOBMEDZENÝ ŠTÝL



POHODLNÝ KLENOK SHAPE

Navrhnuté technológiou **FLUIDFORM™**

Zachováva anatomický profil chodidla

Celodenný komfort s ECCO Fluidform™ technológiou

Elegantný a luxusný vzhľad vďaka prémiovým usniam ECCO

eCCO®

- 3 Editoriál
- 8 Napísali ste nám
OBJAVILI SME PRE VÁS
- 10 Veselá jeseň
EXKLUZÍVNE
- 12 Simona Salátová:
Hovorme ľuďom
o svojich problémoch
- 18 Simona Salátová
píše pre Evitu
- 20 Takto vyzerá môj
deň
- 22 Toto ma baví

- 24 20 otázok pre...
- 26 Komu volám, keď...
MY A NÁŠ ŽIVOT
- 28 22 dôvodov, prečo je ženám
na Slovensku dobre.
A dôvody, prečo aj nie.
- 40 5 momentov, ktoré
mi zmenili život
- 44 Ako ste na tom
so sebavedomím vy?
- 58 Neprepadnite predstavám!
MY A NAŠE VZŤAHY
- 52 Láska bez podmienok?

- MÓDA**
- 64 Sídliškové krásky
- 72 Slovenský dizajn, ktorý
sa oplatí poznať
- 76 Jesenná výbava
12x inak
- 80 Oblečte sa ako...
- 82 Denník topánkovej
stylistky
- BUĎME KRAJŠIE S EVITOU**
- 84 To NAJ na tento mesiac
- 86 Chodte na nechty!
- 94 Krásna ako...



12

SIMONA SALÁTOVÁ:
HOVORME ĽUĎOM
O SVOJICH PROBLÉMOCH



28

Z POHĽADU ŽIEN: PREČO JE NÁM NA
SLOVENSKU DOBRE? A PREČO AJ NIE JE?



72

SLOVENSKÝ DIZAJN,
KTORÝ SA OPLATÍ POZNAŤ



86

CHODTE NA NECHTY!

- 98 Mezoterapia – cesta k vysnívanej pleti
- 100 Už nikdy flakatá!
ZISTILI SME PRE VÁS
- 104 PMS: mýtus alebo pravda?
KARIÉRA
- 108 3 unikátne biznis plány, za ktorými stoja Slovenky
VARENIE
- 114 Zo slovenskej úrody

BÝVAJME KRAJŠIE S EVITOU

- 124 Útulne na chalupe
- 128 Bývať tón v tóne?
- VOLNÝ ČAS
- 138 Volný čas s Evitou
- 140 Evitin knižný klub
- 142 Horoskop na mesiac október
- 144 Pár skvelých nápadov
- 146 Pýtajte sa Evity

108

3 UNIKÁTNE BIZNIS PLÁNY, ZA KTORÝMI STOJA SLOVENKY



114

ZO SLOVENSKEJ ÚRODY



124

ÚTULNE NA CHALUPE



www.sveevity.sk
Ročník VI., číslo X., október 2020, mesačník
ŠÉFREDAKTORKA: Evita Twardzik
VÝKONNÁ ŠÉFREDAKTORKA: Bronislava Figurová
FOTO: Katarína Kincelová
PRODUKCIA: Veronika Podhorová
REDAKCIA: Simona Antalová, Zuzana Daubner, Alexandra König, Michaela Saleh, Klára Tuháčková
ONLINE SVETEIVITY.SK: Alexandra Valková
MAILOVÁ ADRESA REDAKCIE: evita@mafraslovakia.sk
TELEFÓNNE ČÍSLO REDAKCIE: 02/48 238 438
SPOLUPRACOVNÍCI: Karolína Ponocná
Kamberská/Žaž
FOTO: Maroš Datko, Dorota Holubová/Red Bull Media House, Milan Krupčík, Anna Lara, Danka Matušková, Peter Mayer, Boris Németh, Luboš Pilc, Dáša Šimeková
VIZÁŽ: Lubica Krajňáková, Tomáš Vida/Dermacol
TITULNÁ FOTOGRAFIA: Katarína Kincelová
MAKE – UP A VLASY: Tomáš Vida/Dermacol
STYLING: Nina Murárová/Emporium Fashion
ASISTENTKA STYLISTKY: Klaudia Zarecká
ŠATY: Pietro Filippi
DŽÍNSY: Reserved
NÁHRDELNÍK: Weekend Max Mara
NÁRAMOK: @Emporium_Instafashion
TENISKY: Humanic
KRESLO: FINES
ILUSTRÁČNÉ FOTOGRAFIE: Dreamstime, Instagram, Profimedia, Shutterstock
LAYOUT: Komplot
GRAFICKÁ ÚPRAVA: Ivana Benková, Monika Kalinová
ÚPRAVA OBRÁZKOV: Lukáš Kovačič, Anton Zahradník

mafra slovakia

VÝKONNÝ RIADITEĽ:
Vladimír Mužík, tel.: 02/48 238 100
FINANČNÝ RIADITEĽ:
Martin Mráz, tel.č. 02/48 238 200
OBCHODNÁ RIADITELKA:
Katarína Michalechová, tel.: 02/48 238 106
RIADITEĽ DIGITÁLNYCH MÉDIÍ:
Denis Schvarcz, tel.: 02/48 238 442
RIADITEĽ MARKETINGU, PR A EVENTOV:
Ivan Netík, tel.: 02/48 238 141
RIADITELKA OBSAHU:
Monika Hujjaková, tel.: 02/48 238 210
OBCHODNÉ MANAŽÉRKY:
Eva Mozolová, tel.: 0905 771 192
e-mail: eva.mozolova@mafraslovakia.sk;
Jana Horvátová, tel.: 0915 884 305
e-mail: jana.horvatova@mafraslovakia.sk
PREDPLATNÉ: tel.: 0948/987 958, 0917/238 238
e-mail: predplatne@mafraslovakia.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 MESAČOV: 26,40 € s DPH
CENA JEDNÉHO VÝTLAČKU: 2,40 €
VOLNÝ PREDAJ: Mediaprint1-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: 69 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 zastúpení 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.