

e

evita

*Skutočné príbehy
Sloveniek:*

Rozviedli sme sa počas
tehotenstva

Vieme,
ako vyzerat'
štýlovo vo
veľkostiach
S, M, L aj XL

Toxický muž
na obzore?
Zaradte spiatocku.
HNEĎ!

*Každá podľa
svojho veku*

Toto musíte mať vo svojej
kozmetickej taštičke!

Feministka
Tak ste, alebo nie?

Zuzana Smatanová:
Zistila som, že sa nestratím

Čísla v našich životoch

ovplyvňujú vek,
konfekčná veľkosť, počet milencov
a zjedených kalórií naše šťastie?

6/2021

2,60 € / 75 Kč

www.svetevity.sk



9

A ešte: Dušan Cinkota ♦ psychológ Aleš Bednařík ♦ Soňa Müllerová

Už sa kotúlajú!

Získaj guľôčky The Fresh Heads®

Guľôčka The Fresh Heads®
zadarmo
za každých 20 € nákupu

THE FRESH HEADS®



Guľôčka
The Fresh
Heads®

kus

0.49



Album
The Fresh
Heads®

kus

2.99

Skenuj QR kódy
z balení guľôčok
a **vyhraj elektrickú
kolobežku***

V aplikácii
The Fresh Heads



Viac informácií nájdeš na www.lidl.sk/freshheads

Ponuka platí od 3. 5. 2021 do vyčerpania zásob. Jednu guľôčku The Fresh Heads® získaš pri pokladnici za každých 20 € hodnoty nákupu. Vyobrazené guľôčky The Fresh Heads® sú ilustračné. Upozornenie: Nevhodné pre deti do 3 rokov.

*Súťaž o 10 kolobežiek Xiaomi Mi Electric Scooter Essential trvá od 3. 5. 2021 do 13. 6. 2021.

Viac informácií na www.lidl.sk/freshheads alebo v aplikácii The Fresh Heads – Lidl guľôčková hra.



Správna voľba

Editoriál o tom, že neexistuje SPRÁVNE číslo

Sme sa tak rokmi trochu zacyklili v tom, že čísla nám určujú kvalitu života. Normálne, nevedomky prijímame tieto informácie ako normu, ako princíp, ako hranice, ktoré by sa nemali prekročiť. Pár príkladov teda, aby ste vedeli, o čom hovorím.

- Po 40-ke už nie je dobré porodiť dieťa.
Bože, a už vôbec nie prvé!
- Po 50-ke nosiť sýtu žltú s ružovou?
No tak, veď to sa nepatrí!
- Bola pannou do 25. narodenín?
Haha, to žila na opustenom ostrove?
- Keď máš konfekčné číslo 42, už sa nehodí nosiť polovičné plavky. Nič nezakryješ!
- Ješ len trikrát denne? To PRETO priberáš!
- Máš dvojce tenisiek. LEN?
- Máš dvadsať párov tenisiek. AŽ?
- Po 40-ke študovať vysokú školu.
To čo je za nezmysel?
- Na Vianoce pečieme dva druhy koláčov...
To akože neoslavujete sviatky?

No, prosto, zdvihnuté obočia a plné ústa rečí máme vždy, keď si niekto ide svoje, keď nehľadá na vek, na postavu, na to, čo sa patrí a nepatrí, na to, ako to robia ostatní. A pritom je to super. To, že máte všetko vo svojich rukách a robíte tak, ako cítite, ako chcete, ako túžite, ako máte náladu alebo energiu. Riešite maximálne seba a svojich blízkych a tým ostatným želáte to isté.

Tak sme júnovú Evitu venovali číslam. Aby sme zistili, že len čas je rovnaký pre všetkých. Všetko ostatné si bez ohľadu na číslice v našich preukazoch, zdravotných kartách a bankových účtoch riadime sami. Skúste to, je to fakt super. :-)

Užívajte.



Vaša
Emita

- 3 Editoriál
- 6 Napísali ste nám
OBJAVILI SME PRE VÁS
- 8 Omladnite!
EXKLUZÍVNE
- 10 Zuzana Smatanová: Dnes som viac výtvarníčka ako speváčka
MY A NÁŠ ŽIVOT
- 16 Nie je feministka ako feministka
LEN V EVITE
- 20 Komu by som zavolała, keby...
- 22 20 otázok pre...
- 24 Takto vyzerá môj deň
- 26 Toto ma baví
- MY A NÁŠ ŽIVOT**
- 30 Skutočný príbeh: Rozvod s dieťaťom na ceste
- 36 ŽENA EVITY
- 38 21 tajomstiev Dušana Cinkotu
MY A MUŽI
- 46 Je sedmička kritická?
- 52 Psychológ Bednařík: Láska na prvý pohľad je mýtus
MÓDA
- 56 Sedemkrát farba inak
- 66 Štýlová bez ohľadu na vek a veľkosť
- 70 10 tipov pre pekné nohy v topánkach
- 72 Oblečte sa ako
OBJAVILI SME PRE VÁS
- 64 To naj
BUĎME KRAJŠIE S EVITOU
- 74 Ochranný faktor: číslo, ktoré nepustí
- 78 Čísla, ktoré pohli svetom
- 82 Toto musíte mať
BUĎME ZDRAVŠIE S EVITOU
- 88 Zdravá v každom veku
- 94 Aké je to správne číslo?

10

ZUZANA
SMATANOVÁ
DNES VIAC KRESLÍ
AKO SPIEVA



30

SKUTOČNÝ
PRÍBEH: ČAKALI
DRUHÉ DIEŤA, KEĎ
SA ROZVIEDLI

52

PSYCHOLÓG
BEDNAŘÍK:
NEVERTE NA
LÁSKU NA PRVÝ
POHĽAD





74

JE OCHRANNÝ
FAKTOR DÔLEŽITÝ?

SIMONA LEN PRE EVITU

98 Na každý zadok sa nájde bicykel

MY A NAŠA RODINA

100 V toxickom vzťahu už ani minútu

104 Mať deti? Nežartujte!

KARIÉRA

110 Vaša kariéra v číslach

ZAÚJALO NÁS

116 Toto jem ja

VARENIE

124 Jedenást skvelých príloh ku
grilovanému mäsu

LEN V EVITE

132 Takto som vyrastala v rómskej
osade na východe Slovenska

VAŠ VOĽNÝ ČAS

138 Voľný čas s Evitou

140 Evitin knižný klub

142 Horoskop

146 Pýtajte sa Evity



www.svetevity.sk

Ročník VII., číslo VI., jún 2021, mesačník

ŠÉFREDAKTORKA: Evita Iwardzik

FOTO: Katarína Kincelová

PRODUKČIA: Veronika Podhorová

REDAKČIA: Lýdia Paulová, Petra Zerolová

ONLINE SVETEVITY.SK: Paula Kentošová

SPOLUPRACOVNÍCI: Barbora Daxner, Adriana Forgáčová,

Alžbeta Jambričová, Karolína Hlásnik Kamberská/Žaž, Katarína

Kopcsányiová, Michaela Krívdová, Monika Macháčková,

Gabriela Mohrová, Nina Murárová, Renáta Špačková, Sabina

Štefková, Natália Trenčanová, Linda Twardzik

MAILOVÁ ADRESA REDAKČIE:

evita@maftraslovakia.sk

TELEFÓNNE ČÍSLO REDAKČIE: 02/48 238 438

FOTO: Petra Bošanská, Petra Ficová,

Peter Homola, Michal Hudec,

Lívia Kaminská, Jana Keketi

VIZÁŽ: Veronika Vargová

STYLING: Nina Murárová,

Danica Raytchev, Klaudia Zárecká

TITULNÁ FOTOGRAFIA: Katarína Kincelová

MAKE - UP A VLASY: Ľubica Krajňáková

STYLING: Danica Raytchev

OVERAL: Massimo Dutti

ILUSTRÁČNÉ FOTOGRAFIE:

Pinterest, Shutterstock, Instagram

EDITORIÁL: Katarína Kincelová, Boris Bordács

LAYOUT: Komplot

GRAFICKÁ ÚPRAVA: Richard Janešík

ÚPRAVA OBRÁZKOV: Lukáš Kovačič,

Anton Zahradník

Redakcia nevyžiadaná poštu nevracia.

mafra slovakia

VÝKONNÝ RIADITEĽ:

Vladimír Mužik, 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 Huljaková, tel.: 02/48 238 210

OBCHODNÉ MANAŽÉRKY:

Jana Martinková, tel.: 0915 884 305

e-mail: jana.martinkova@maftraslovakia.sk

Eva Mozolová, tel.: 0905 771 192

e-mail: eva.mozolova@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 VYDAVATEĽSTVA:

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: 28,60 € s DPH

CENA JEDNEHO VÝTLAČKU: 2,60 €

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

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

VOLNÝ PREDAJ V ČESKEJ REPUBLIKE:

První novinová společnost a.s.

PREDAJNÁ CENA V ČR: 75 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 vykonávajú
ich vydavateľ. Autori článkov zverejnených v tomto vydaní si v zastúpení
vydavateľom vyhradzujú právo udeľovať súhlas na rozmožovanie a na
verejný prenos článkov, ako aj na verejnú rozširovanie rozmožovanie týchto
článkov v zmysle § 33 ods. 1 písm. a) a d) autorského zákona.
Vydavateľstvo MAFRA Slovakia, a. s., je súčasťou koncernu AGROFERT.

70

PEKNÉ NOHY
V TOPÁNKACH

104

O ŽENÁCH, ČO
NECHCÚ DETI

124

TROCHU INÉ
PRÍLOHY KU
GRILOVANÉMU
MÄSU

94

SPRÁVNY POČET
MILENCOV JE...

