



*Mami,  
oddýchni si!*  
Nebláznite a prestaňte  
stále niečo robiť

**Všetko  
o obočí!**  
Viete, že udáva výraz  
vašej tváre?

*Slovenky, ktoré:*

- dokázali, v čo nik neveril
- sa vrátili zo zahraničia domov
- odišli z toxického zamestnania

**Katka  
Knechtová:**

Po štyridsiatke viac  
vnímam samu seba

*Zisťovali sme:*

**PO čom  
naozaj  
túžime?**

Chceme  
dobre spať, veľa sa smiať,  
zmysluplne pracovať, milovať  
a cítiť sa pekné.

9/2021

2,60 € / 75 Kč



9 4771339 024008

# AŽ VTEDEY MÁ KVALITA CENU, KEĎ SI JU MÔŽE DOVOLIT KAŽDÝ.

Mliečne výrobky **Pilos** a tisíce ďalších produktov vlastných značiek overenej kvality za super Lidl ceny nájdete na jedinom mieste.  
[www.lidl.sk/vlastneznačky](http://www.lidl.sk/vlastneznačky)



Správna voľba

# Editoriál o tom, že čím sme staršie, tým viac túžime po obyčajných veciach

**J**a napríklad túžim vidieť Island. Ale tak riadne, že viac týždňov, auto a prejsť celý ostrov križom-krážom, jest chutné aj nechutné, vidieť tú krásu, stretnúť sa s ľuďmi. Svojemu mužovi to pripomínam vždy, keď sa mi zdá, že by mi chcel niečo darovať. Naposledy to však nepochopil a kúpil mi budík, ktorý aktuálny čas projektuje červeným svetlom na strop, takže, keď sa v noci preberiete, nemusíte sa otáčať na nočný stolík. Vraj sa mu zdalo, že po ňom túžim, keď som ho videla u svojej sestry v spálni. Akože dobre, je to fajn, ale keď sa cez deň ocitnem v spálni, keď napríklad upratujem do skrine ožehlené veci, musím si ľahnúť do postele, aby som zistila, koľko je hodín. :-)

Neviem, či to tak máte aj vy, že čím máte viac rokov, tým vám stačí menej. Všetkého. Jednak je to tým, že viete, že veci vám šťastie neprinesú, a aj tak sa z nich netešíte, ak nemáte zdravie a ľudí, čo vás lúbia. Ale môže za to aj iná vec. To, že sme nesedeli na zadku a mnohé túžby sme si už stihli splniť. Je jedno aké. Či cesty, či rodinu, či pracovné ambície, niektoré ste túžili viac študovať, iné sa vystahovať za mesto a chovať včely. Mali sme na to viac možností ako naše mamy, viac odvahy, viac energie. Naše dcéry si svoje sny budú plniť ešte intenzívnejšie, čo je super, budú šťastné, usmiata, spokojné.

Zisťovali sme, po čom túžite. Medzi nami, medzi vami. A naozaj prevažovali obyčajné veci, pri ktorých sa doteraz usmievam:

Spánok. Pokojný život. Zdravá rodina. Muž, ktorý je dobrý. Muž, ktorý nechrápe. Dobrá učiteľka pre prváka...

A ja dodávam – pekné počasie v septembri. Nech si ešte užijeme.



Vaša  
Emita

3 Editoriál

6 Napísali ste nám

### OBJAVILI SME PRE VÁS

8 Štýlový koniec leta

### EXKLUZÍVNE

10 Katka Knechtová a jej túžby

### MY A NÁŠ ŽIVOT

16 Som macocha

### LEN V EVITE

20 Komu by som zavolala, keby...

22 20 otázok pre...

24 Takto vyzerá môj deň

26 Toto ma baví

### ŽENY, KTORÉ UZNÁVAME

32 Tie, ktoré premenili svoje túžby na skutočnosť

### MY A NÁŠ ŽIVOT

38 Naučte sa povedať nie

42 Mami, oddýchni si

46 Vrátili sa domov

### MY A MUŽI

52 Po čom muži túžia

### ROZHOVOR

58 Lucia Šoralová: Prežijem aj bez javiska

### MÓDA

62 To, ako vyzeráme, nie je náhoda

66 Fashion news

68 Módny editoriál: Naozaj chceme byť dokonalé?

76 Oblečte sa ako...

78 Vesta do mesta

80 Jesenná investícia

84 Je doba ruksakov

### BUĎME KRAJŠIE S EVITOU

86 Krásna ako...

90 Obočie ako dôkaz

94 Korektor: neviditeľný zmizík



32

TIE, KTORÉ  
PREMENILI  
SVOJE TÚŽBY NA  
SKUTOČNOSŤ



52

PO ČOM  
MUŽI TÚŽIA



84

JE DOBA  
RUKSAKOV





90

OBOČIE  
AKO DŮKAZ

100 To naj

RODINA

104 Je fajn mať človeka na svoju dušu

ZDRAVIE

108 Spite!

KARIÉRA

114 Ako som odišla z práce

VARENIE

120 Jedzte, ale nepriberajte

124 Babie leto na tanieri

CESTOVANIE

132 Jesenný Štokholm

136 Izba pre školáka

VOLNÝ ČAS S EVITOU

140 Knižný klub

142 Horoskopy

146 Pýtajte sa Evity



124

BABIE LETO NA  
TANIERI



132

JESENNÝ  
ŠTOKHOLM



www.svetevity.sk  
 Ročník VII., číslo IX, september 2021, mesačník  
 ŠÉFREDAKTORKA: Evita Twardzik  
 FOTO: Katarína Kincelová  
 PRODUKCIA: Veronika Podhorová  
 REDAKCIA: Simona Janíková, Jarmila Krajčová,  
 Jana Myjavcová, Lýdia Paulová  
 ONLINE SVĚTEVITY.SK: Paula Kentošová  
 SPOLUPRACOVNÍCI: Barbora Daxner, Katarína Kopcsányiová,  
 Alexandra König, Michaela Krívdová, Monika Macháčková,  
 Veronika Majzúnová, Zuzana Matúšová, Gabriela Mohrová,  
 Nina Murárová, Simona Salátová, Renáta Brimich Špačková,  
 Sabína Štefková, Linda Twardzik, Klaudia Zárecká  
 MAILOVÁ ADRESA REDAKCIE:  
 evita@mafraslovakia.sk  
 TELEFÓNNE ČÍSLO REDAKCIE: 02/48 238 438  
 FOTO: Zuzana Bönisch, Gabriel D. Macedo,  
 Kristína Holecová  
 VIZÁŽ: Alexandra Kalinayová Petrášová  
 TITULNÁ FOTOGRAFIA: Petra Bošanská  
 MAKE – UP A VLASY: Soňa Kubeníková  
 STYLING: Janka Kočíšová  
 BLŮZKA A NOHAVICE: Zara  
 KLOBÚK: Roxy  
 TENISKY: Jordan (predáva The Streets)  
 ILUSTRÁČNÉ FOTOGRAFIE:  
 Instagram, Shutterstock,  
 EDITORIÁL: Katarína Kincelová, Boris Bordács  
 LAYOUT: Komplot  
 GRAFICKÁ ÚPRAVA: Richard Janešík  
 ÚPRAVA OBRÁZKOV: Lukáš Kovačič, Anton Zahradník

Redakcia nevyžiadajú poštou nevracia.

mafra slovakia

VÝKONNÝ RIADITEL:

Vladimír Mužík, tel.: 02/48 238 100

FINANČNÝ RIADITEL:

Martin Mráz, tel.č. 02/48 238 200

OBCHODNÁ RIADITELKA:

Katarína Michalechová, tel.: 02/48 238 106

RIADITEL DIGITÁLNYCH MÉDIÍ:

Denis Schvarcz, tel.: 02/48 238 442

RIADITEL MARKETINGU, PR A EVENTOV:

Ivan Netík, tel.: 02/48 238 141

RIADITELKA OBSAHU:

Monika Huljaková, tel.: 02/48 238 210

OBCHODNÁ MANAŽÉRKA:

Jana Martinková, tel.: 0915 884 305

e-mail: jana.martinkova@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: 28,60 € s DPH

CENA JEDNEHO VÝTLAČKU: 2,60 €

VOLNÝ PREDAJ: Mediaprint-Kapa, Presse Grosso, 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 vykonáva  
 ich vydavateľ. Autori článkov zverejnených v tomto vydaní si v zastúpení  
 vydavateľom vyhradzujú právo udeľovať súhlas na rozmožnenie a na  
 verejný prenos článkov, ako aj na verejnú rozširovanie rozmožnení týchto  
 článkov v zmysle § 33 ods. 1 písm. a) a d) autorského zákona.

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