ELLE NR 378

ELLE

ELLE.PL

BIG BEAUTY BOOK
60 stron o urodzie



ZALIA

PIĘKNO *w wersji* POP

KWIECIEŃ
4/2026
14,99 zł
w tym 8% VAT
04
ISSN 1232-8308
9 771232 830604
Numer w sprzedaży do 31.03.2026

MOJA MODA · MOJE ELLE

KWIECIEŃ 2026

eprasa.pl d94a2fd4b4

ELLE NR 378

ELLE

ELLE.PL

BIG BEAUTY BOOK
60 stron o urodzie



ZALIA

PIĘKNO *w wersji* POP

KWIECIEŃ
4/2026
14,99 zł
w tym 8% VAT
04
ISSN 1232-8308
9 771232 830604
Numer w sprzedaży do 31.03.2026

MOJA MODA · MOJE ELLE

KWIECIEŃ 2026



Marisa Abela

pl d94a2fd4b4

omegawatches.com

my little secret



SEAMASTER #AQUATERRA 30 MM
Co-Axial Master Chronometer

OMEGA

Dostępne w OMEGA Boutique Plac Trzech Krzyży 16A Warszawa
i w autoryzowanych salonach sprzedaży

eprasa.pl d94a2fd4b4


WE 2KJ72



BMW iX3 50 xDrive: Zużycie energii w cyklu mieszanym WLTP w kWh/100 km: 17–15,1; zasięg elektryczny, WLTP w km: 720–805; emisja CO_2, cykl mieszany WLTP w g/km: 0.



eprasa.pl d94a2fd4b4

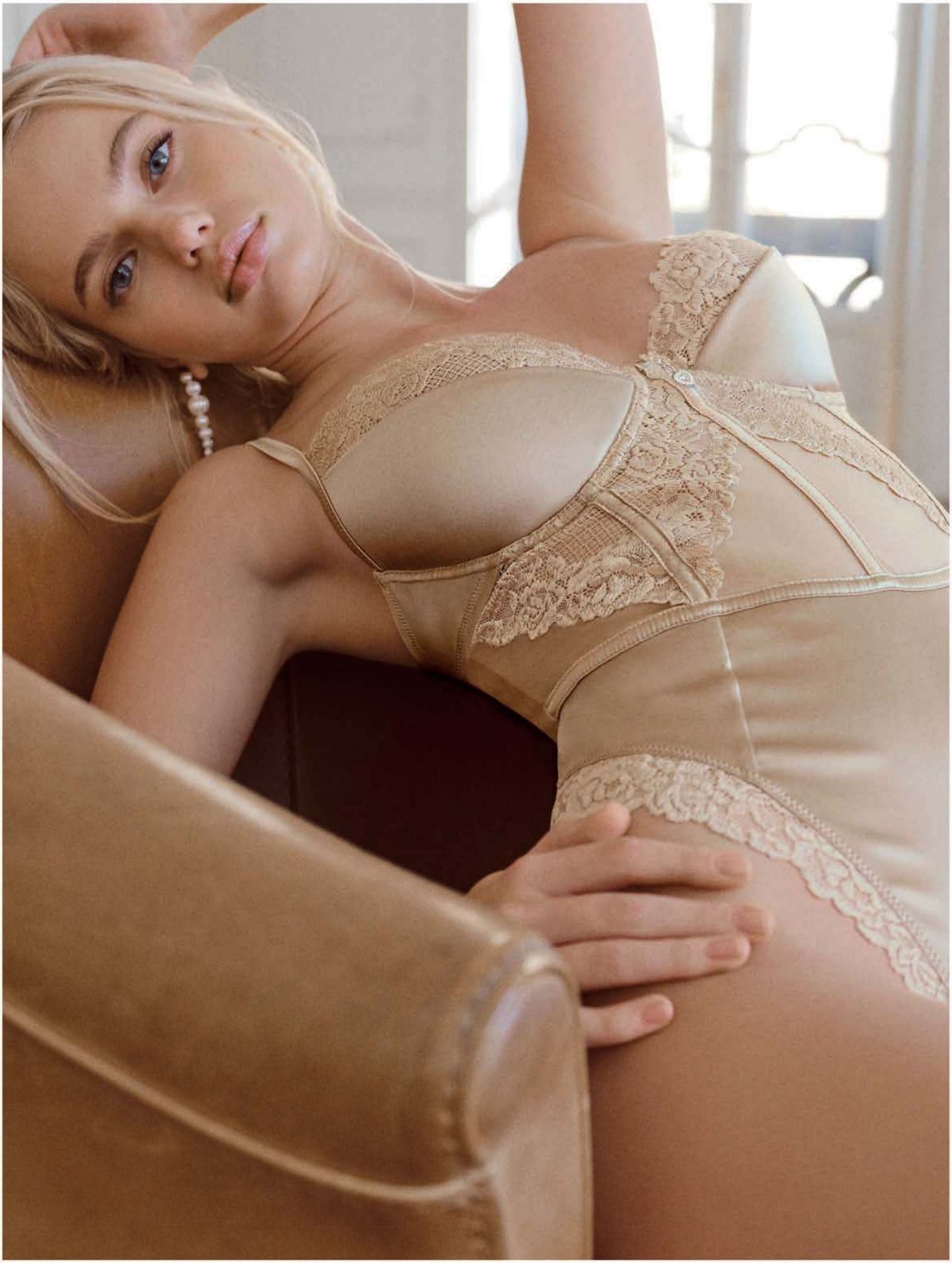


eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4


ART DIR: PAUL MARCIANO PH: DENIS NEMYACHENKO © GUESS?, INC. 2026
MARCIANO
by
GUESS
GUESS.EU



eprasa.pl d94a2fd4b4



Silky Flowers

intimissimi

Limited Edition

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4

L'ORÉAL
PARIS

EXTENSIONIST

NOWY TUSZ DO RZĘS

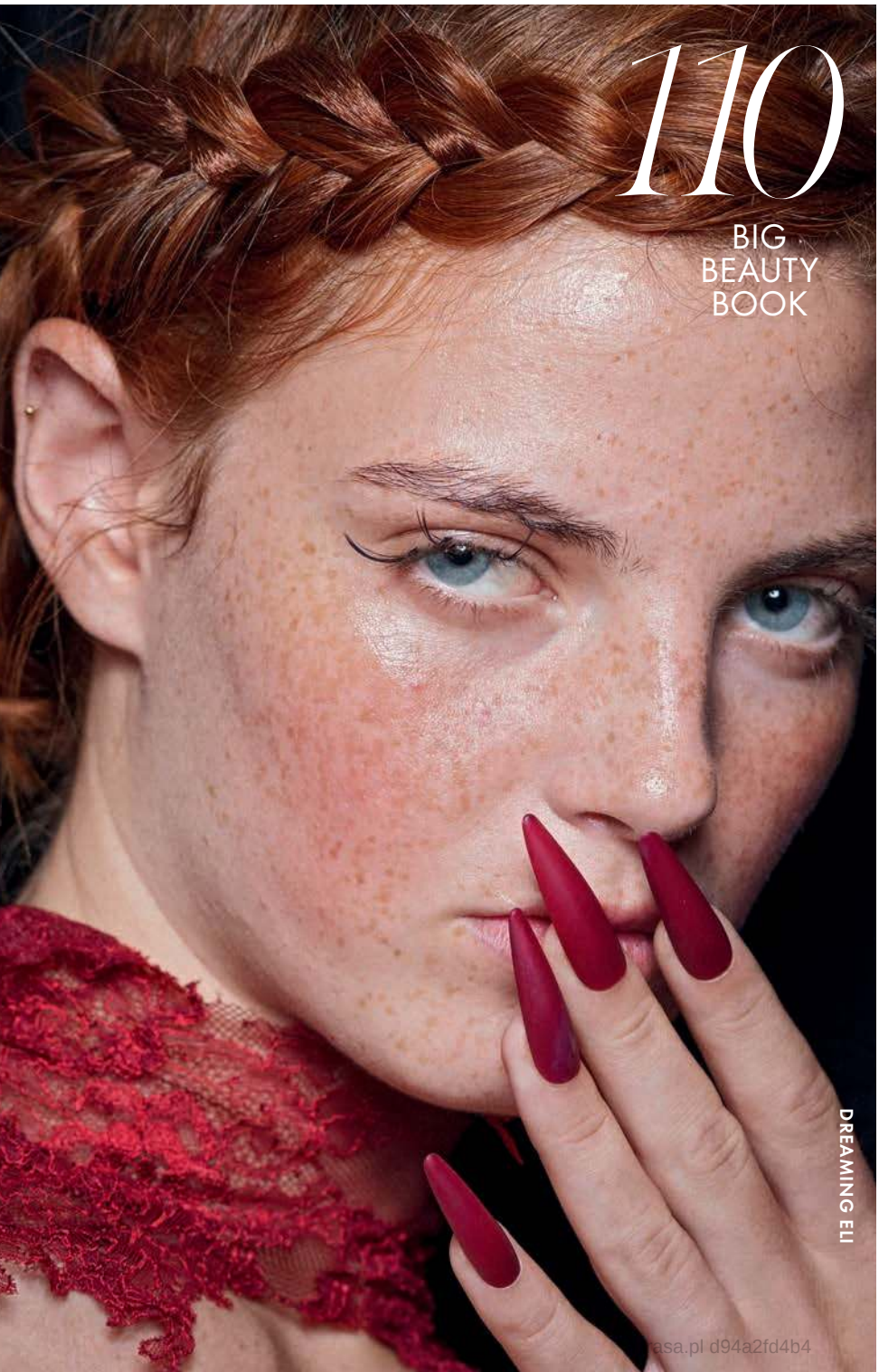


WYDŁUŻENIE, OBJĘTOŚĆ, PODKRĘCENIE

Wizualizacja może różnić się od wyglądu produktu w rzeczywistości.

ELLE

KWIECIEŃ 2026



MODA

22 TRENDY
Do bitwy na style stają w tym sezonie dekolty zabudowane vs głębokie, dżinsy rurki vs balonowe, marynarki taliowane vs oversize. Kto wygra?

36 MIĘDZY FORMĄ A CIAŁEM
Ilona Majer i Rafał Michalak obchodzą 30-lecie pracy jako duet MMC

42 BEZ UMIARU
Przepych, ekspresja, zabawa – w nowym sezonie jest jedna zasada: im więcej, tym lepiej

46 WIĘCEJ NIŻ WYGLĄD
Za modelką musi stać dziś historia, Jaka? O tajemnicach dzisiejszych castingów pisze Arek Zagata

50 *Z okładki*
ZALIA
Piękno w wersji pop. Artystka w rozmowie z Mają Chitro

60 NOWA ELITA
Estetyka amerykańskich kampusów oczarowała projektantów

70 HORYZONT CISZY
Gdy moda współgra z naturą

78 ZAKUPY

KULTURA

84 PO SWOJEMU
Laura Dern opowiada o filmie „Czy mnie słychać?"

90 W DUSZY GRA
O 30. edycji Wielkanocnego Festiwalu Ludwiga van Beethovena

94 WIOLONCZELISTKA
Dobrawa Czocher podbija międzynarodową scenę muzyczną

96 NOWOŚCI
Wystawy, koncerty, płyty, premiery filmowe

100 ELLE BOOK CLUB

Zdjęcie: Matteo Valle/Launchmetrics.com/Spotlight

asa.pl d94a2fd4b4

JENNIFER LAWRENCE



Elegance is an attitude

LONGINES



LONGINES
PRIMALUNA

eprasa.pl d94a2fd4b4

MAGAZYN

102 MIĘDZY SŁOWAMI
Hanna Lis rozmawia z Katarzyną Warnke

URODA

110 *Z okładki*
BIG BEAUTY BOOK
Poczuj to i błyszcz, a więc gorący romans urody i mody

118 TRENDY
Mrok gotyku na ustach, fale i krótkie grzywki, różowy odlot i bardzo długie paznokcie

140 MAŁE WIELKIE KRÓLESTWO
Bakterie sterują naszym zdrowiem, wyglądem, a nawet zachowaniem. Rozmowa o mikrobiomie z dr n. med. Claudią Musiał

146 INWESTUJ W SIEBIE
Jak żyć długo i pięknie

152 PERFUMY DO TOWARZYSTWA
Zapachy przestają być dosłowne, dziś stają się sugestią i obietnicą

154 NIEWIDZIALNA POKUSA
Felieton Agaty Herbut (Manosa) o tym, dlaczego perfumy potrafią zahipnotyzować

158 WYBÓR EKSPERTÓW
Bądź dla siebie dobra

160 NOWOŚCI

163 PIĘKNY ELLEMENT
Szałwia, aromatyczny lek

166 CELEBRUJEMY
Historia Elli Baché

STYL ŻYCIA

168 HOLA BARCELONA!
Apartament Patryka Walczaka i Paula Ribeiry

174 ZA KIEROWNICĄ
Podróż z przyjemnością

176 Z OSTATNIEJ CHWILI

184 HOROSKOP





Na okładkach: ZALIA
zdjęcia ZUZA KRAJEWSKA
stylizacja KAROL MŁODZIŃSKI
body NORMA KAMALI rękawiczki POSTER GIRL
buty WESTERN AFFAIR pierścionek SWAROVSKI
sukienka GOSIA BACZYŃSKA pierścionki TOUS

ELLE

ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa,
tel. **(22) 36 03 900**, e-mail: **elle@elle.com.pl**, **ELLE.pl**

ZASTĘPCA REDAKTORKI NACZELNEJ **MARCIN ŚWIDEREK**
DYREKTORKA ARTYSTYCZNA **MONIKA KARVÁZY**
SEKRETARZ REDAKCJI **MAŁGORZATA DZIEWULSKA**
redaktor działu moda **MARCIN ŚWIDEREK** marcin.swiderek@elle.com.pl,
redaktorka działu moda **KAROLINA CURYŁO** karolina.curylo@elle.com.pl,
redaktorka działu kultura **MAJA CHITRO** maja.chitro@elle.com.pl,
redaktorka działu uroda **MAJA MENDRASZEK-GOSER** maja.mendraszek@elle.com.pl,
redaktorka działu styl życia **MAŁGORZATA DZIEWULSKA** malgorzata.dziewulska@elle.com.pl,
stylista **KAROL MŁODZIŃSKI**, graficzka **KATARZYNA RUDNICKA**,
fotoedytorka **MARIANNA SOSNOWSKA** marianna.sosnowska@elle.com.pl,
producentka **URSZULA KARCZMARCZYK-WIECZORKOWSKA** urszula.karczmarczyk@elle.com.pl,
korektor **DOMINIK WÓDZ**,
współpracownicy: **KARA BECKER, AGATA JANKOWSKA, HANNA LIS, EWA PĄGOWSKA, MICHAŁ ZACZYŃSKI, AREK ZAGATA**

Redakcja ELLE.pl:
wydawczyni **ALEKSANDRA JÓŹWIAK** aleksandra.jozwiak@elle.pl,
wydawczyni **WERONIKA PŁOCHA** weronika.plocha@elle.pl,
redaktorka działu moda **JULIA LUBECKA**,
redaktorka działu moda e-commerce **ALEKSANDRA MICHALIK**,
redaktorka działu uroda e-commerce **JULIA ADYDAN**,
redaktorki online: **GABRIELA TROJANOWSKA, ANTONINA ZBOROWSKA,**
redaktorki social media: **AGNIESZKA WRÓBEL, JOANNA MISIARZ**,
redaktorka wideo **ANTONINA KALICIAK**

BurdaMedia Polska

ul. Marynarska 15, 02-674 Warszawa
wydawca **BURDA MEDIA POLSKA, www.burdamedia.pl**

ZARZĄD
Chief Executive Officer **MACIEJ KLEPACKI**
Chief Operating Officer **TOMASZ JAŻDŻYŃSKI**
Beauty & Fashion Segment Director **ANETA WIKARIAK**
Marketing Director **MAŁGORZATA NOCUŃ-ZYGMUNTOWICZ**
malgorzata.nocun@burdamedia.pl
Senior Brand Manager **MAŁGORZATA GOŁĘBIEWSKA** malgorzata.golebiewska@burdamedia.pl
Business Development Manager **EDYTA PIECYK** edyta.piecyk@burdamedia.pl

DZIAŁ REKLAMY
sekretariat biura reklamy, biuro.reklamy@burdamedia.pl
Sales Director Multimedia Luxury & Lifestyle **MAŁGORZATA GURBAŁA**
malgorzata.gurbala@burdamedia.pl
ZESPÓŁ: Luxury & People Team Leader **EWELINA DORDA** ewelina.dorda@burdamedia.pl,
RENATA BOGUSZ renata.bogusz@burdamedia.pl,
RADOSŁAW GRABOWSKI radoslaw.grabowski@burdamedia.pl,
MAŁGORZATA JANISZEWSKA malgorzata.janiszewska@burdamedia.pl,
SYLWIA KLICH sylwia.klich@burdamedia.pl, **ANNA MUCZYŃSKA** anna.muczynska@burdamedia.pl,
JOANNA SAWA joanna.sawa@burdamedia.pl,
DAGMARA ZAWISTOWSKA dagmara.zawistowska@burdamedia.pl,
Traffic Expert **JOANNA HASNY** joanna.hasny@burdamedia.pl, tel. 694 455 354

DYSTRYBUCJA I PRENUMERATA
kolportaz@burdamedia.pl
Director **TOMASZ KAŁUŻA** tomasz.kaluza@burdamedia.pl,
zamówienie prenumeraty krajowej i zagranicznej: **BIURO OBSŁUGI KLIENTA**
infolinia: + 48 22 36 03 909 (pon.–pt., godz. 9.00–17.00), e-mail: bok@burdamedia.pl

PRODUKCJA
Director **KRZYSZTOF KRASZEWSKI**
Deputy Production Director **STANISŁAW SIEMIŃSKI**

Wydawca czasopisma ostrzega P.T. sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po cenie innej niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością karną i cywilną.
Copyright for Polish Edition © for ELLE Polska Sp. z o.o. 1994. Redakcja ELLE nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo redagowania nadesłanych tekstów i nie odpowiada za treść zamieszczonych reklam. Wydawca ma prawo odmówić zamieszczenia ogłoszenia i reklamy, jeżeli ich treść lub forma są sprzeczne z charakterem pisma.

TRADEMARK NOTICE
ELLE® is used under license from the trademark owner, Hachette Filipacchi Presse, a subsidiary of Lagardère SA.

ELLE INTERNATIONAL A division of Lagardère News

CEO **CONSTANCE BENQUÉ**
CEO ELLE International Licenses **FRANÇOIS CORUZZI**
Chief Content Officer/International Director of ELLE **VALÉRIA BESSOLO LLOPIZ**

Deputy Editorial Director **VIRGINIE DOLATA**
Fashion Director **ALEXANDRA BERNARD**
Creative Director **IRIS ROMBOUTS**

International Editorial & Syndication Coordinator **EKATERINA MUDRIK**
Copyrights Manager **KENZA ALLAL**
Digital & Database Manager **CÉCILE VASSEUR MORIN**

Marketing Director **MORGANE ROHÉE**

www.elleinternational.com

INTERNATIONAL ADVERTISING: LAGARDÈRE GLOBAL ADVERTISING
Chief Revenue Officer ELLE International Media Licenses **JULIAN DANIEL** jdaniel@lagarderenews.com

PBC POLSKIE BADANIA CZYTELNICTWA

eprasa.pl d94a2fd4b4


wkruk.pl
PEŁNIA
NOSOWSKA
W. KRUK
1 8 4 0
Ambasadorska kolekcja biżuterii dostępna w salonach i na wkruk.pl

ELLE

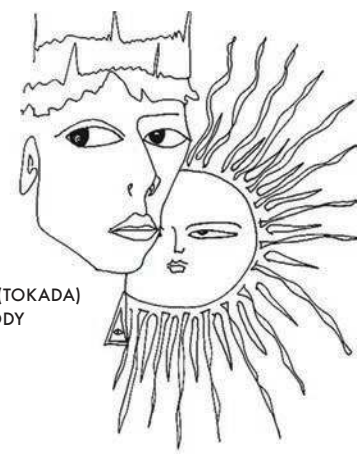
Edytorial



NASZA OKŁADKOWA GWIAZDA ZALIA w rozmowie z szefową działu kultury Mają Chitro stwierdza, że piękno jest energią. I to chyba najbardziej trafne określenie, jakie ostatnio usłyszałam. Artystka dodaje też, że mimo problemów z trądzikiem (który – jak wiadomo – potrafi mocno uprzykrzyć życie) stara się patrzeć na swoje ciało niczym na świątynię. Biorąc pod uwagę fakt, że mówi to, owszem, artystka, ale też 25-letnia dziewczyna, poczułam ogromny spokój i radość. Jeśli choć część kobiet z pokolenia Z myśli jak Zalia, nasza przyszłość, i my w niej, zapowiada się naprawdę pięknie.

A skoro o pięknie – tegoroczny Big Beauty Book pozwali nam lepiej zrozumieć m.in. niesamowity świat mikroorganizmów żyjących w nas i na nas oraz przeniesie do pachnącego emocjami świata Agaty Herbut (Manosa). Dowodem na to, że perfumy to dużo więcej niż sam aromat, jest Lookbook, w którym to właśnie zapachy są początkiem do tworzenia dalszej stylizacji, określają modowy styl i podpowiadają, jakie akcesoria wybrać.

W numerze wiosennym nie możemy pominąć trendów, zarówno tych z pokazów, jak i dotyczących pielęgnacji, dbania o siebie i podnoszenia komfortu życia. Od pewnego czasu zamiast o działaniu przeciwstarzeniowym mówimy o longevity, czyli życiu nie tylko dłuższym, lecz także przyjemniejszym i zdrowszym. W tym kierunku idzie cały świat beauty, a i moda zaczyna się do tego przekonywać. Nasze kanony piękna dopuszczają inkluzywność i doceniają indywidualizm, a tym, co nas łączy, jest dobra kondycja skóry, włosów i całego organizmu, łącznie z umysłem czy duchem, jeśli ktoś woli. Piękno w 2026 roku jest więc pojęciem przekraczającym „zewnętrzność", a atrakcyjność wychodzi poza ramy „dobrego wyglądu". I okazuje się, że to wcale nie żadna wydumana historia, ale rzecz zrozumiała dla kobiet w każdym wieku. I to mnie napawa dumą.



MAJA MENDRASZEK-GOSER (TOKADA)
SZEFOWA DZIAŁU URODY

Zdjęcie: Marcin Kłaban, ilustracja: Tokada

eprasa.pl d94a2fd4b4

swatch

×

GUGGENHEIM



CLAUDE MONET, THE PALAZZO DUCALE, SEEN FROM SAN GIORGIO MAGGIORE, 1908

eprasa.pl/d94a2fd1b4



CHANEL

Chanel w krainie czarów

Czy ktoś miał wątpliwości, że pierwsza kolekcja haute couture Matthieu Blazy'ego będzie baśniowa? Zapowiadało to już promocyjne wideo, w którym leśne zwierzęta niczym z animacji Disneya pomagały w atelier marki. Kolejną wskazówką była scenografia – Grand Palais zamienił się w magiczny las z różowymi wierzbami i gigantycznymi grzybami, przypominający świat z powieści Lewisa Carrolla. W tym baśniowym otoczeniu projektant zaprezentował nową wizję wysokiego krawiectwa. Przezroczyste, muślinowe zestawy w cukierkowych kolorach stopniowo ustępowały miejsca strojom inspirowanym ptakami. „Im więcej się dowiadywałem, tym bardziej dostrzegałem w nich metaforę kobiet – każda jest wyjątkowa, podróżuje, ma inną perspektywę" – skomentował Blazy swoje skrzydlate inspiracje.

eprasa.pl d94a2fd4b4

ELLE *Moda*



Zdjęcie: Daniele Schiavello/Launchmetrics.com/Spotlight

redaguje MARCIN ŚWIDEREK

eprasa.pl d94a2fd4b4



Odważna i pragmatyczna

W TYM SEZONIE NIE MA MIEJSCA NA PÓŁŚRODKI – LICZĄ SIĘ TYLKO DWA RODZAJE DEKOLTÓW. Z JEDNEJ STRONY WRACAMY DO TYCH SIĘGAJĄCYCH PĘPKA, KTÓRE W LATACH 90. LANSOWAŁ TOM FORD W DOMU MODY GUCCI. Z DRUGIEJ CZERPIEMY Z XIX-WIECZNYCH KROJÓW: WYSOKICH KOŁNIERZY, STÓJEK I ZABUDOWANEJ SZYI. PIERWSZE NAJLEPIEJ SPRAWDZĄ SIĘ NA WIECZORNE WYJŚCIA, DRUGIE MAJĄ POTENCJAŁ BIUROWY.



Zdjęcia: dzięki uprzejmości Givenchy, Alberta Ferretti, Versace, Tom Ford, Alaïa; Daniele Oberrauch, Isidore Montag, Daniele Schiavello, Carlo Scarpato, Luca Zanoni (2), Filippo Fior/Launchmetrics.com/Spotlight; Monica Feudi/courtesy of Brandon Maxwell, Launchmetrics.com/Spotlight (7)

eprasa.pl d94a2fd4b4

AZZARO





AZZARO

Pour Elle

eprasa.pl d94a2fd4b4



Pedikiur gotowy?

KLASYCZNE, PEŁNE SZPILKI TO PONADSEZONOWE ROZWIĄZANIE. WIOSNĄ JEDNAK POJAWIA SIĘ DLA NICH MOCNA KONKURENCJA W POSTACI MODELI Z ODKRYTYMI PALCAMI – ROMANTYCZNYCH OD DIORA, FIGLARNYCH OD CHLOÉ I ZWIERZĘCYCH OD ELIEGO SAABA. WYBÓR IDEALNEJ PARY WARTO WIĘC UZALEŻNIĆ NIE TYLKO OD POGODY, LECZ TAKŻE TERMINU U KOSMETYCZKI.



Zdjęcia: Armando Grillo, Alessandro Viero, Gianluca Carraro, Daniele Schiavello/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight (6), serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



Spór o talię

NA WYBIEGACH KRÓLUJĄ DWA FASONY MARYNAREK, KTÓRE NIE DARZĄ SIĘ WZAJEMNĄ SYMPATIĄ. TALIOWANA, ZAPREZENTOWANA W 1947 ROKU PRZEZ CHRISTIANA DIORA, POZOSTAJE WIZJĄ NOSTALGICZNEJ KOBIECOŚCI I ELEGANCJI. OVERSIZE'OWA, NALEŻĄCA DO POWER DRESSINGU LAT 80., JEST SYMBOLEM AMBICJI I WKRACZANIA KOBIET DO ŚWIATA BIZNESU.



Zdjęcia: dzięki uprzejmości Jacquemus, Celine, Calvin Klein (2); Daniele Oberrauch, Gianluca Carraro/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight (4), serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

SADVA

x

Aga Kołodziejska



BĄDŹ! *Po swojemu!*

Bez obaw i ograniczeń.

eprasa.pl d94a2fd4b4


CHLOÉ


LANVIN


SPORTMAX


RABANNE

Paski à la carte

PO POKAZACH RABANNE I SPORTMAX W MENU POJAWIŁY SIĘ PASKI W ROZMIARZE XXL. RÓWNOCZEŚNIE DO KARTY DOŁĄCZYŁY CIENKIE MODELE, OBECNE W KOLEKCJACH BALENCIAGI I VICTORII BECKHAM. GDY SZEROKOŚĆ JEST JUŻ WYBRANA, POJAWIA SIĘ PYTANIE: W TALII CZY NA BIODRACH?


BRANDON MAXWELL


VICTORIA BECKHAM


HERMÈS


ACNE STUDIOS


GABRIELA HEARST


BALENCIAGA

Zdjęcia: Armando Grillo, Paolo Lanzi/Launchmetrics.com/Spotlight; Monica Feudi/courtesy of Brandon Maxwell, Launchmetrics.com/Spotlight (7)

eprasa.pl d94a2fd4b4

THALGO

LA BEAUTÉ MARINE

HYALU-PROCOLLAGÈNE

PIERWSZA LINIA PIELĘGNACYJNA, KTÓRA DZIAŁA JAK MORSKI WYPEŁNIACZ

Skóra odzyskuje objętość, gładkość i młodzieńczy wygląd



ODKRYJ LINIĘ HYALU-PROCOLLAGÈNE: www.thalgo.pl | ThalgoPoland | thalgo_poland/

eprasa.pl d94a2fd4b4



(Nie) tak jak kiedyś

HISTORYCZNIE MODA ZATACZA KOŁO ŚREDNIO CO 20 LAT. TO OZNACZA, ŻE NADCIĄGA NIEUNIKNIONY POWRÓT WĄSKICH SPODNI – RUREK, LEGGINSÓW, CYGARETEK. MILENIALSI, KTÓRZY DRŻĄ NA SAMĄ MYŚL O TYM COMEBACKU, NIE ZOSTAJĄ JEDNAK BEZ ALTERNATYW. CZĘŚĆ MODELI NABIERA POWIETRZA, A ICH NOGAWKI ROBIĄ SIĘ SPEKTAKULARNIE SZEROKIE.



Zdjęcia: dzięki uprzejmości Calvin Klein, Celine, Copemi; Su Mustecaplioglu/ courtesy of Altuzarra, Launchmetrics.com/Spotlight (4), serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

museo
APARTAMENTY GDAŃSK

Prestiżowe apartamenty
w centrum Gdańska

Żabi Kruk 14

Idealne miejsce na drugi dom nad morzem | Bezpieczna przystań dla kapitału



apartamentymuseo.pl
+48 572 393 761
+48 572 957 478

GH DEVELOPMENT POLSKA

eprasa.pl d94a2fd4b4



Fakultet z rzeźby

„DLA MNIE PRACA W TKANINIE NICZYM SIĘ NIE RÓŻNI OD PRACY W KAMIENIU" – PRZYZNAŁA „KRÓLOWA DRAPERII", MADAME GRÈS. W TYM SEZONIE DIOR I CHLOÉ CZERPIĄ Z JEJ DZIEDZICTWA, TWORZĄC ULTRAKOBIECE SYLWETKI Z MARSZCZONEGO MATERIAŁU. INNI, JAK CALVIN KLEIN CZY BOSS, SKŁANIAJĄ SIĘ KU PROSTOCIE FORMY, RZEŹBIĄC POSĄGOWE, MINIMALISTYCZNE SUKNIE.



1. COS 550 zł
2. ELEMENTY 499 zł
3. JEMIOL 693 zł
4. ROTATE ok. 2535 zł
5. ROTATE ok. 1350 zł
6. MAGDA BUTRYM 9600 zł



Zdjęcia: dzięki uprzejmości Calvin Klein, Luca Zanoni/Launchmetrics.com/Spotlight, Launchmetrics.com/Spotlight (4), serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

Bielenda

cherry plump

Skóra w trybie juicy.
Widoczny efekt **plump.**

nowość



Polecam
Klaudia Sadownik

Odkryj pozostałe produkty

Tylko tu!
ROSSMANN
Moja Drogeria
i na bielenda.com



Między formą a ciałem

PROSTOTA SKONFRONTOWANA Z PRZESADĄ, ZAMKNIĘTA W NIEMAL ARCHITEKTONICZNYCH KROJACH. TAKA JEST MODA **MMC STUDIO** – ŚWIATA KONSEKWENTNIE BUDOWANEGO PRZEZ ILONĘ MAJER I RAFAŁA MICHALAKA. DUET OD **30 LAT** UDOWADNIA, ŻE WYRAZISTY STYL JEST PONADCZASOWY.

rozmawia MARCIN ŚWIDEREK

eprasa.pl d94a2fd4b4

Pracujecie razem od trzech dekad. Jak to robicie?

RAFAŁ MICHALAK: My się naprawdę nie kłócimy. Jesteśmy różni, ale mamy też dużo wspólnych cech. Dziś np. z całego męskiego pokazu Diora, który razem oglądaliśmy, spodobała nam się jedna rzecz – ta sama.

ILONA MAJER: Idąc do szkoły artystycznej, jesteś przekonany, że chcesz budować własną wizję i nie dopuszczasz myśli, że będziesz ją z kimkolwiek dzielić. A potem się okazuje, że wspólna praca daje lepsze efekty. My się nawzajem wspieramy, korygujemy, czasem hamujemy. To wzmacniające.

R.M.: Oboje potrafimy się z czegoś wycofać dla wspólnego dobra. Ten kompromis zawsze gdzieś między nami istnieje.

Co Was różni?

I.M.: Sposób działania. Rafał chce pracować szybko, ja potrzebuję czasu, żeby wszystko przeanalizować. Zawsze mam poczucie, że coś można jeszcze dopracować.

R.M.: Ilona ma rzeźbiarskie, artystyczne podejście do mody. Dla mnie tydzień pracy nad jednym modelem byłby zabójczy. Poza tym ja mam pracownię w Łodzi, Ilona w Warszawie. Tkaniny wybieramy wspólnie, ale dalej pracujemy już osobno.

I.M.: Rafał przyjeżdża do Warszawy raz w tygodniu i przywozi 10 projektów. Ja przez kilka dni pracuję nad jednym – modyfikuję go i doprowadzam do perfekcji, po czym oddaję wycyzelowaną sylwetkę. Nie wszystkie powstałe rzeczy trafiają na pokaz. Część zostaje w showroomie, ale często okazuje się, że świetnie sprawdzają się w sprzedaży albo na sesjach.

R.M.: Błyski, pióra, cekiny – to raczej moja działka. Bardziej streetwearowe elementy to Ilonka. Ale właśnie ten miks działa.

Przylgnęła do Was łatka minimalistów.

R.M.: Wyszliśmy od minimalizmu i do dziś jesteśmy przywiązani do określonych form. Niektóre powtarzamy od 10 lat, za każdym razem w innych wariacjach. Dzięki konsekwencji nasze ubrania są rozpoznawalne. Nie podążamy ślepo za trendami.

I.M.: Śledzimy pokazy i reagujemy na kolory – to naturalne. Trudno funkcjonować całkowicie poza trendami. Wszyscy jesteśmy w nich w pewien sposób zanurzeni. Aktualne tendencje zawsze jednak filtrujemy przez własny język projektowy.

Trzy dekady w świecie mody to wieczność. Jak postrzegacie ten czas?

R.M.: Trudno w to uwierzyć, wszystko minęło bardzo szybko. Jako MMC działamy od 30 lat, ale przez pierwsze 15, a nawet 20, równolegle projektowaliśmy dla innych marek. MMC od początku było studiem projektowym. Współpracowaliśmy z wieloma firmami, stworzyliśmy setki kolekcji. Ten czas dosłownie nam przemknął – był intensywny, pełny pracy i ciągłego uczenia się.

I.M.: Czas jest dla mnie czymś abstrakcyjnym. Może dlatego, że pracujemy w zawodzie, który trzyma nas w kontakcie z młodymi ludźmi – studentami, modelami, modelkami. To trochę odkleja od metryki i daje poczucie, że wszyscy jesteśmy młodsi, niż wskazuje dowód osobisty. Nie wiem, czy działa to w obie strony, ale ważne, że działa.

Taki jubileusz bardziej skłania Was do podsumowań czy do snucia planów na przyszłość?

R.M.: Ostatnio do myślenia dał mi trend w mediach społecznościowych – wszyscy publikują zdjęcia z 2016 roku i komentują, że to było „zaledwie" 10 lat temu. Gdy zacząłem przeglądać własne fotografie z tamtego okresu, uświadomiłem sobie, że minęła cała epoka, że przez tę dekadę wykonaliśmy ogromny progres. Dziesięć lat temu otwieraliśmy pierwszy, maleńki showroom w Warszawie. Dziś mamy duży, ugruntowany. W tamtym czasie odbył się też jeden z naszych pierwszych samodzielnych pokazów w stolicy – po łódzkich tygodniach mody, w których wzięliśmy udział chyba z 10 razy. To był moment przełomowy: czas, gdy zaczęliśmy utrzymywać się wyłącznie z własnej marki. Wcześniej projektowaliśmy niemal dla wszystkich – łatwiej byłoby wymienić tych, dla których nie pracowaliśmy.

To zacznijmy od początku. Jak się poznaliście?

R.M.: Studiowaliśmy razem, ale długo nie mieliśmy bliskiej relacji. Byliśmy z Ilonką w tej samej pracowni ubioru u profesor Pukaczewskiej i Basi Hanuszkiewicz. Na czwartym roku pojawił się konkurs ogłoszony przez firmę komercyjną. Wygraliśmy go wspólnie, a nagrodą – oprócz pieniędzy – był wyjazd na całe wakacje do siedziby firmy w Nysie pod Opolem. Przez trzy miesiące mieszkaliśmy i pracowaliśmy razem, tworząc dużą kolekcję na rynek niemiecki. Wtedy okazało się, że świetnie się dogadujemy.

I.M.: Na piątym roku pojawił się z kolei konkurs, w którym w jury zasiadali Paco Rabanne i Malcolm McLaren. Przygotowaliśmy kolekcję. Pokaz był odjechany – pełny zabawy i energii. Choć nagroda trafiła do naszej przyjaciółki Marty, dla nas to też był przełomowy moment – Malcolm zaproponował nam współpracę, więc musiał dostrzec w nas potencjał.

R.M.: Ten konkurs okazał się ważny także z innego powodu. Poznaliśmy wtedy Kaśkę Sokołowską, która debiutowała jako ➤



W ostatniej kolekcji duetu „Nero Su Nero" dominowały konstrukcyjne warstwy czerni, ale wśród nich znalazło się kilka kolorowych, rzeźbiarskich sylwetek.

Zdjęcia: Aldona Karczmarczyk/Van Dorsen Artists, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



Rok 1996. Pierwszy skład MMC. Od lewej: Małgorzata Czudak (zmarła w 2025 roku), Rafał Michalak i Ilona Majer.

reżyserka pokazu mody i zrobiła to spektakularnie. Szybko się zaprzyjaźniliśmy. Dla nas wszystkich był to początek nowego etapu.

Co wydarzyło się dalej?

R.M.: Wyjechałem do Chmielna pracować w Arytonie, ale cały czas myślałem, jak projektować z Iloną. Chcieliśmy robić to przemysłowo, uczyć się technologii, pracy z dużymi wzorcowniami. Nie interesowały nas pojedyncze projekty.

I.M.: Postanowiliśmy wtedy założyć studio projektowe. Jak na tamte realia – mieliśmy po 25 lat i byliśmy świeżo po studiach na łódzkiej ASP – był to pomysł dość innowacyjny, a nawet brawurowy. Dołączyła do nas Gosia Czudak (projektantka mody, profesor Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi – przyp. red.) i w ten sposób powstało MMC. Nazwa studia to pierwsze litery naszych nazwisk: Majer, Michalak i Czudak. Gosia była świetną projektantką, a do tego doskonałą organizatorką. Umiała szyć i konstruować – czego my z Rafałem nie potrafiliśmy. Była też od nas nieco starsza i pracowała jako asystentka na uczelni.

R.M.: Po pierwszych zleceniach zrobił się wokół nas szum. W magazynie „Pani" ukazał się artykuł na nasz temat autorstwa Hani Gajos. W 1997 roku wygraliśmy pierwszy konkurs w Łodzi jako MMC i zgłosiła się do nas duża firma odzieżowa – Quiosque z Bydgoszczy. Zrezygnowałem z Arytonu i wszyscy zajęliśmy się tym projektem. To była ogromna kolekcja – kilkaset modeli i jak na tamte czasy – niewyobrażalne wynagrodzenie. Quiosque miało sklepy i fabryki w Portugalii, które szyły dla Zary czy Mango – tych marek w Polsce jeszcze nie znaliśmy.

I.M.: Ta współpraca była sukcesem, ale po kilku sezonach się rozeszliśmy, bo firma chciała podpisać z nami umowę na wyłączność. My od początku wiedzieliśmy, że chcemy pozostać studiem projektowym, a nie pracować u kogoś na etacie.



1997



Pierwszy pokaz MMC odbył się w 1997 roku w Centralnym Muzeum Włókiennictwa w Łodzi. Wszystko było białe: od ścian po kolekcję.



jesień–zima 2015/2016



jesień–zima 2016/2017



wiosna–lato 2016

wiosna–lato 2017

eprasa.pl d94a2fd4b4

Kiedy odbył się Wasz pierwszy autorski pokaz?

R.M.: W 1997 roku w Łodzi, w Krajowej Izbie Mody. Dziś to Centralne Muzeum Włókiennictwa. Pokaz reżyserowała Kasia Sokołowska. Zdobyliśmy wtedy Nagrodę Projektanta Roku.

I.M.: To była kolekcja totalnie ekspresyjna – oparta na emocjach, zabawie formą i łamaniu zasad.

R.M.: Wszystko było białe. Nawet kalosze pomalowaliśmy białą farbą, która nie chciała schnąć i brudziła – więc buty wyglądały trochę jak u Margieli. Na wybiegu nie było modeli, tylko zwykli ludzie: osoby z ulicy, a także Kasia Stankiewicz, która była wtedy gwiazdą. Dostaliśmy Nagrodę Projektanta Roku, choć połowa środowiska była wściekła, że wyróżniono coś, co ich zdaniem nie miało nic wspólnego z przemysłem. Dla nas to był sygnał, że idziemy swoją drogą.

Co było przełomowym momentem w historii MMC?

R.M.: Jeszcze przed powstaniem tygodnia mody w Łodzi przypadkowo poznaliśmy Kingę Rusin, wtedy dziennikarką „Twojego Stylu". Przeprowadzała wywiad z Jane Seymour, gwiazdą serialu „Doktor Quinn". Zadzwoniła do nas i powiedziała, że aktorka jest zachwycona płaszczem, który ma na sobie, i nie wyjedzie bez niego z Polski. Okazało się, że to był nasz płaszcz, wypożyczony przez stylistów. To był jedyny egzemplarz, więc go jej podarowaliśmy. Tak poznaliśmy się z Kingą.

Wtedy zaczął się warszawski etap Waszej kariery?

I.M.: Tak. Kinga zapowiedziała, że zorganizuje nam pokaz. I zrobiła to w nowo otwartym Hotelu Marriott. Miała pełną koncepcję, łącznie z reżyserią, ale przekonaliśmy ją do wsparcia Kasi Sokołowskiej. Po pokazie Kinga była zachwycona efektem naszej współpracy. Wtedy poznaliśmy również naszą muzę Joannę Horodyńską, która wyszła jako gwiazda pokazu.

R.M.: Pół roku później Kinga zorganizowała nam kolejny pokaz – w nowo otwartym InterContinentalu. Zagrał Sławek Uniatowski, a gwiazdą wieczoru była Magda Cielecka.

Od czego zaczynacie proces projektowania?

R.M.: Zawsze od tkaniny. To ona jest największą inspiracją, nawet jeśli jest trudna, dziwna, wymagająca. Nigdy nie zaczynamy od szkicu ani od narzuconej idei. Materiał sam prowadzi nas w określonym kierunku, podpowiada formę, konstrukcję, czasem nawet emocję kolekcji. To bardzo organiczny proces.

Przykładacie ogromną wagę nie tylko do ubrań, lecz także do formy show: scenografii, castingu, miejsca.

R.M.: Pokaz to dla nas zawsze całościowe doświadczenie. Nie traktujemy go jako zwykłej prezentacji kolekcji, tylko jako opowieść – z dramaturgią, nastrojem, emocją.

I.M.: Powiedziałabym nawet, że dziś jest to ważniejsze niż kiedykolwiek. Widzowie tego od nas oczekują. Chcą spektaklu, narracji, historii. Pokaz sprzedaje nie tylko ubrania, lecz także całą ideę stojącą za marką. To jest moment, w którym świat MMC materializuje się na kilka minut w jednej przestrzeni.

Które pokazy najbardziej zapadły Wam w pamięć?

I.M.: Ten, kiedy na tygodniu mody w Łodzi, w przestrzeni, gdzie pokazy odbywały się jeden po drugim, my wjechaliśmy dźwigiem z prawdziwym drzewem. To było szaleństwo.

R.M.: Wspominam też pokaz przy świecach na ostatnim piętrze Cosmopolitana (apartamentowca w Warszawie – przyp. red.). Praktycznie bez budżetu. Kasia zaproponowała to miejsce, bo tam się wprowadzała. Było surowo i emocjonalnie.

I.M.: Albo Soho Factory na Mińskiej w Warszawie – tam wymyśliliśmy specjalne światła. Każdy z tych pokazów był odpowiedzią na przestrzeń, a nie odwrotnie. ➤



jesień–zima 2017/2018

wiosna–lato 2018

jesień–zima 2018/2019

wiosna–lato 2020

jesień–zima 2022/2023

2023
W pokazie, który odbył się na gali ELLE Style Awards w Teatrze Wielkim, królowały gwiazdy i muzy marki.

Zdjęcia: Sławomir Kamiński/Agencja Wyborcza.pl (2), Filip Okopny/Fashion-backstage.com (2), Marek Makowski (2), Kurnikowski/Akpa (2), Mieszko Piętka/Akpa, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

Wszystkie reżyserowała Kasia Sokołowska?

R.M.: Tak. To była miłość od pierwszego wejrzenia. Łączy nas mnóstwo pasji: podróże, jedzenie, muzyka, sztuka.

I.M.: Na początku patrzyłam na Kasię trochę nieufnie. Byłam zachwycona jej pracą, ale jej awangardowa osobowość wywoływała we mnie dystans. Teraz traktujemy to jako anegdotę, bo nasza relacja szybko przerodziła się w pełną zaufania.

Od lat jest też Waszą muzą. Słyniecie z pracy z muzami. Kim dla Was są?

R.M.: To zawsze zaczyna się od relacji. Z Aśką Horodyńską od razu poczuliśmy chemię. Uwielbiam z nią robić przymiarki – ona niesie ubranie. Ma niezwykłą zdolność obrony stroju. Podobnie było z Larą Gessler. Najpierw prywatne spotkania, potem w showroomie. Zachwyciła nas sposobem prezentacji.

I.M.: I determinacją. Nie jest klasyczną modelką, a jednak podczas sesji czy fittingów daje z siebie wszystko.

R.M.: Nie każda dziewczyna, która pojawia się u nas na pokazie, zostaje z nami na dłużej. Muza to ktoś, kto rozumie świat marki – i chce być jego częścią.

Jak wyglądają te ostatnie „24 hours before the show"?

R.M.: Intensywnie. Nie śpię całą noc. Na 48 godzin przed pokazem robimy miary, potem przychodzi Agnieszka Ścibior (stylistka – przyp. red.) i zazwyczaj mówi, że czegoś brakuje. Później zaczynają się miary na docelowych modelkach – tego nie znoszę, bo nagle nic mi się nie podoba. Czasem jedną sylwetkę wkładamy na kilka osób, zanim ją zatwierdzimy. Na szczęście zawsze jest Kasia Sokołowska, która mówi: „Jest świetnie". Potrafi wydobyć z naszych pomysłów maksimum, często dostrzegając w nich to, czego my nie zauważaliśmy.

Stresujecie się, gdy w finale wychodzicie do publiczności?

I.M.: Ja już nie. Oczywiście krótkie napięcie tuż przed jest zawsze, ale kiedy już wychodzisz po pokazie i wiesz, że wszystko się udało, pojawia się wdzięczność, satysfakcja i szczęście.

R.M.: A ja tego nie lubię.

I.M.: Ostatnio jednak się popłakałam. Byłam nakręcona muzyką. Do końca nie wiedziałam, czego chcę – dopiero w ostatniej chwili przyszło olśnienie. Na próbach nie udawało się zgrać modelek z muzyką, a na pokazie wszystko zaskoczyło.

Ilona, Twój partner Michał Szulc też jest projektantem. Pokazujesz mu kolekcje MMC?

I.M.: Tak. Często nam powtarza, że powinniśmy prezentować nasze kolekcje za granicą, że musimy zacząć działać szerzej. Przy tym tworzy dla nas grafiki, które zawsze oddają naszą wizję.

Nie kusiło Was, żeby został trzecim projektantem MMC?

I.M.: Nie. On też tego nie chce. I chyba i tak byśmy go do tej pracy nie dopuścili (śmiech).

Gdybyście zaczynali dziś, zrobilibyście coś inaczej?

R.M.: Wcześniej zaczęlibyśmy pracę nad własną marką.

I.M.: Zdecydowanie. Przez lata żyłam w przekonaniu, że moda to niestabilny, chimeryczny zawód, że rynek w Polsce dopiero raczkuje. To był też strach wynikający z tamtych czasów.

Czego nauczyło Was 30 lat pracy w modzie?

R.M.: Pokory. Po szkole byliśmy głośni, niepokorni. Nie rozpisaliśmy nawet planu biznesowego – robiliśmy to, co sprawiało nam przyjemność. Ale finansowo często się nie spinało.

I.M.: Nauczyło nas osadzenia. W tej branży potrzeba czasu, by poczuć, że wiesz, kim jesteś. My przeszliśmy przez różne doświadczenia: pracę w firmach, wzorcowniach, z konstruktorami, technologami. To ogromna baza wiedzy. Bez niej bylibyśmy tylko ludźmi z wizją – jak wielu absolwentów szkół artystycznych.

Co chcielibyście, żeby zostało po MMC Studio za kolejne 30 lat?

I.M.: Pełny świat MMC: buty, biżuteria, zapachy, akcesoria. Jak w największych domach mody. Moją ambicją jest nawet... nasz własny guzik.

Wyobrażacie sobie życie bez siebie?

R.M. Nasza praca nadaje sens naszemu życiu i sprawia, że spędzamy z sobą naprawdę dużo czasu. Często planujemy wspólne wyjazdy – na wpół zawodowe, na wpół wakacyjne, na których chodzimy na wystawy, zbieramy inspiracje do naszych nowych kolekcji i tak, mam nadzieję, będzie zawsze. ●



resort 2024



resort 2025



2025
MMC to nie tylko minimalizm. To nonszalancja kroju, nowoczesne tkaniny, ekstrawagancki detal.





2026
Swoiste studium form i faktur stało się znakiem rozpoznawczym marki.

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4

Bez UMIARU

PRZEPYCH, EKSPRESJA, ZABAWA – TO SŁOWA KLUCZE NA NADCHODZĄCY SEZON. ZDANIEM BRANŻY SUBTELNIE JUŻ BYŁO. TERAZ PRZYSZEDŁ CZAS NA LOUD LUXURY, CZYLI MODĘ, KTÓRA NIE SZEPCZE, LECZ KRZYCZY.

tekst KAROLINA CURYŁO



MAKIJAŻ również wpisuje się w trend głośnego luksusu, wykorzystując kolorowe cienie, wyrazistą mascarę czy mocno zarysowane usta.

GDY SIOSTRY OLSEN zaprezentowały kolekcję The Row na lato 2026, media orzekły, że quiet luxury to przeszłość. Dlaczego? Właścicielki marki, która jest synonimem minimalizmu, zaskoczyły sylwetkami zdobionymi piórami, cekinami i frędzlami. Choć większość ich projektów nadal oscyluje wokół ascetycznej estetyki, ukłon w stronę maksymalizmu jest zdecydowanie zauważalny.

Pokaz The Row to tylko kropka nad „i" w sezonie zdominowanym przez zmiany. Niski wzrost sprzedaży w sektorze dóbr luksusowych sprawił, że domy mody szukają nowych rozwiązań. Robią to dość radykalnie, wymieniając dyrektorów kreatywnych. Ci z kolei odchodzą od subtelności quiet luxury na rzecz wyrazistości maksymalizmu.

WŚRÓD 15 DEBIUTÓW największe emocje wzbudziła inauguracyjna kolekcja Matthieu Blazy'ego dla Chanel. Jej finał stał się prawdziwym wiralem za sprawą modelki Awar Odhiang, która zatańczyła na środku wybiegu. Jej kreacja była równie radosna co ona sama. Kremowa bluzka z jedwabiu – klasyczny przykład quiet luxury – zestawiona z wielokolorową, puszystą spódnicą to istny manifest loud luxury. Ten spektakularny strój to zasługa atelier Lemarié, które specjalnie dla marki stworzyło kwiatowe tekstury z piór oraz płatków z jedwabiu, organzy i bawełny. W efekcie dziewczyna Chanel z zachowawczej stała się ekstrawagancka i pełna życia.

Louise Trotter, która zajęła miejsce Matthieu Blazy'ego w domu Bottega Veneta, też pożegnała quiet luxury. Skóra intrecciato od stóp do głów, obszerne ramiona w stylu lat 80., wszechobecne frędzle w jej wydaniu stanowiły jednak tylko preludium do prawdziwego widowiska, które zapewniły błyszczące swetry i spódnice w kolorach pomidorowej czerwieni, złocistego pomarańczu i srebrzystego błękitu. Dzięki puszystej fakturze z lekkością falowały z każdym krokiem modelek. Jak przyznała projektantka, powstały one m.in. z naszywanych ręcznie włókien z recyklingowanego szkła. W tym przypadku głośny jest nie tylko styl, lecz także cena: od 15 do 25 tysięcy euro.

Premierowa kolekcja Demny nie odstawała od wyżej wymienionych. Już same podpisy pod sylwetkami jasno sugerowały, że nowe Gucci jest w duchu loud luxury. Lookbook „La Famiglia" przedstawiał bohaterki, takie jak Miss Aperitivo, La Drama Queen, La Principessa, Primadonna czy La Diva, a każda była ubrana niczym stereotypowa włoska signora: w suknię zwieńczoną piórami, wielkie futro i 15-centymetrowe szpilki.

Zmianę nastrojów odczuwają nie tylko debiutanci. Naczelna ekolożka branży, Stella McCartney, też pokusiła się o zabawę fakturami. Uwagę przykuwa przede wszystkim kolorowa rafia formująca sukienki na kształt bombki oraz pióra tworzące eteryczne sylwetki. W trosce o zwierzęta te drugie to roślinna alternatywa Fevvers, która na pokazie Brytyjki miała swoją premierę.



LOUISE TROTTER wprowadziła do Bottegi Venety loud luxury za sprawą odważnych faktur i mocnych kolorów.



Według **MATTHIEU BLAZY'EGO** dziewczyna Chanel nosi dodatki przyciągające wzrok: pierzaste kapelusze, błyszczące kolie, wielkie broszki i sznury pereł.

Zdjęcia: dzięki uprzejmości Gucci, Alessandro Viero, Paolo Lanzi, Armando Grillo, Matteo Scarpellini/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight (3)

eprasa.pl d94a2fd4b4



W wizji **DEMNY** włoska sciura, czyli szykowna starsza kobieta, nosi rzeźbiarski płaszcz z masywnym, futrzanym kołnierzem i kultową torebkę Gucci Bamboo.

Jeszcze mocniejszą wizję zaproponował Anthony Vaccarello, który styl loud luxury praktykuje od dawna. Kolekcja Saint Laurent na wiosnę–lato 2026 jego autorstwa była spektaklem w trzech aktach. W pierwszym pojawiły się pełne dramatyzmu kokardy i przeskalowane kurtki motocyklowe, w drugim – ekscentryczne trencze z półprzezroczystych tkanin, a w ostatnim – falbaniaste suknie przypominające kolorowe chmury. Całość dopełniły gigantyczne klejnoty noszone na piersiach i kolczyki większe od uszu. Vaccarello poświęcił to widowisko silnej i niezależnej kobiecie, bohaterce samego Yves'a, udowadniając, że przepych nie zna granic.

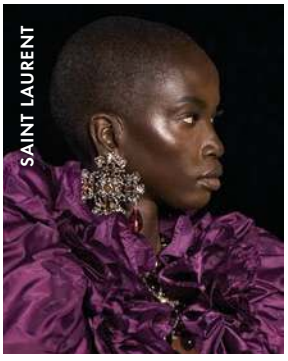
I taki jest właśnie głośny luksus. Wbrew pozorom nie opiera się na logomanii ani epatowaniu metką, lecz na odważnych fakturach, intensywnych kolorach, wyrazistych krojach. To stylizacje oparte na maksymalizmie – czasem w postaci balowej spódnicy z tafty, innym razem cekinowej torby czy tuzina pierścionków. W świecie dążącym do uniformizacji moda w wersji loud staje się wyrazem indywidualizmu i fantazji, sposobem na wyróżnienie się. Równocześnie to kontrreakcja na wszechobecny minimalizm i powściągliwość, jakie znamy z podejścia quiet luxury. Nic więc dziwnego, że domy mody, walcząc o znudzonych klientów, zwracają się w tym sezonie ku wizualnie atrakcyjniejszej estetyce, pełnej piór, frędzli, objętości i blasku.



PIERPAOLO PICCIOLI w swojej debiutanckiej kolekcji dla Balenciagi wykorzystał bogactwo faktur i zdobień – od piór, przez błyszczące frędzle, po trójwymiarowe kwiaty.

LOUD LUXURY TO NIC NOWEGO. Styl pełny przepychu i dekadencji charakteryzował modę lat 80., którą można nazwać kolebką tej estetyki. W tamtej dekadzie ubrania przestały pełnić funkcję wyłącznie użytkową, stając się manifestem i narzędziem ekspresji. Najlepszym tego przykładem jest power dressing. Kobiety sięgały po władzę nie tylko w korporacjach, lecz także w garderobie. Marynarki o męskim kroju zyskały poduszki i szerokie ramiona, graniczące często z przesadą. Wieczorami królowała moda klubowa: mieniące się cekiny, rockowe skóry i figlarne fasony. Wszystko, by zostać zauważoną – przed ósmą i po dwudziestej.

Lata 80. to też czas bezkompromisowego glamouru, który wyrażały mocne dodatki: kapelusze, kolczyki, broszki, paski, rękawiczki. Takie podejście do mody niezwykle trafnie uchwycił serial „Dynastia". Kultowa produkcja, która ruszyła w 1981 roku, rozkochała widzów zarówno perypetiami bogatej rodziny Carringtonów, jak i modową rewią Alexis (Joan Collins) i Krystle (Linda Evans). Przez dziewięć sezonów kostiumograf Nolan Miller stworzył blisko trzy tysiące ubrań, wśród których dominowały cekinowe suknie, bufiaste rękawy, przeskalowane marynarki, fantazyjne nakrycia głowy oraz nowobogackie futra i etole. Garderoba bohaterek uosabiała ekstrawagancki luksus, który kobiety na całym świecie pragnęły natychmiast kopiować.



ANTHONY VACCARELLO, prezentując na wybiegu olbrzymią biżuterię, powrócił do myśli samego Yves'a Saint Laurenta, który w 1977 roku przyznał, że uwielbia „szalone akcesoria".

Poza ulicami i telewizją styl nasycony przepychem królował także na wybiegach. W 1987 roku Yves Saint Laurent zaprezentował kolekcję przepełnioną piórami, z ikoniczną mini noszoną przez Naomi Campbell. Spektakularna faktura sukienki szła w parze z okazałymi kolczykami i pierścieniem. Przez całe lata 80. równie efektowną biżuterię promował Karl Lagerfeld. W jego interpretacji Chanel ociekało złotymi łańcuchami, perłami i zdobnymi guzikami. W gronie mistrzów zaskoczeń i modowej zabawy nie sposób pominąć Christiana Lacroix czy Thierry'ego Muglera, którzy podobnie jak projektanci w obecnym sezonie nie szczędzili środków wyrazu.

Co jeszcze łączy współczesny głośny luksus z tamtą dekadą? Niepewność. W czasach kryzysów, inflacji czy niestabilności politycznej moda często skręca w stronę ostentacji i maksymalizmu. W latach 20., ➤

STELLA MCCARTNEY w kolekcji SS26 obok oversize'owych garniturów i trenczy pokazała figlarne sukienki ozdobione kolorową rafią oraz roślinnymi piórami.



eprasa.pl d94a2fd4b4



W latach 80. **KARL LAGERFELD** promował styl pełny przepychu, szczególnie za pomocą wyrazistej biżuterii.

po traumie wojny, ubiór zaczął uosabiać radość i zabawę przez frędzle, cekiny i koraliki. Podobnie stało się w latach 80. – choć dla wielu kapitalistów był to okres boomu, w tle istniały napięcia społeczne, recesja, kryzys naftowy i zimna wojna. W tak niepewnym świecie luksus stał się bardziej widoczny, a demonstracja była narzędziem do potwierdzenia statusu. Ten schemat działa i dziś. Brak pokoju i globalnej stabilności sprawia, że moda ponownie przybiera formę eskapizmu. Nadmiar ma komunikować, że sytuacja wcale nie jest zła, a bogactwo form i kolorów – gwarantować wizualną przyjemność.

OSTATECZNIE LOUD LUXURY sprowadza się do zabawy konwencją. Według raportu „The State of Fashion 2026" 81 proc. klientów poniżej 35. roku życia wskazuje design i kreatywność jako główny czynnik decydujący o zakupach. To oznacza, że domy mody nie mogą polegać wyłącznie na logo. – Loud luxury zobowiązuje, by umiejętnie żonglować markami. To nie jest pogoń za logomanią, która była silnym zjawiskiem w 2017 roku. Wybieramy charakterystyczne modele, które z daleka są nie tylko widoczne, ale przede wszystkim rozpoznawalne. To one dźwigają status, który ma krzyczeć – mówi stylistka Alicja Werniewicz. Zapytana o stylizacje w tym tonie, dodaje: – Gdy chcemy się wyróżnić, sięgamy po jakościowe tkaniny: jedwab, kaszmir, welur, skórę, futro. Wyraziste kolory stawiamy ramię w ramię z monochromatycznymi. Całość uzupełniamy mocnymi dodatkami: złotą biżuterią, diamentami, zegarkami – Audemars Piguet Royal Oak, Patek Philippe czy Cartier. Na koniec okulary przeciwsłoneczne od Chanel, Saint Laurent, Phoebe Philo.

Biżuteria, jak zauważyła Alicja Werniewicz, staje się dziś jednym z najważniejszych nośników loud luxury. Według wymienionego wyżej raportu jej sprzedaż rośnie szybciej niż rzeczy z innych kategorii mody. Natalia Kopiszka, projektantka i właścicielka marki Kopi, chętnie wykorzystuje trend na maksymalizm w swoich projektach. Jej najnowsza kolekcja sygnetów Grandma w pełni to odzwierciedla: okazałe kamienie, mieniące się cyrkonie, odważne formy. – Kluczowe jest, by nie bać się eksperymentować! Ja uwielbiam nosić wiele pierścionków i kilka kolczyków w uszach, bo to dodaje charakteru moim stylizacjom. Biżuteria to sposób na wyrażenie siebie, więc warto bawić się kolorami, kształtami i różnorodnymi materiałami – mówi.

Podobną rolę odgrywa makijaż, który coraz częściej staje się narzędziem osobistej ekspresji. Niedoścignięty wzór „clean girl" zaczyna męczyć kobiety poszukujące ciekawszych rozwiązań niż idealnie wygładzony kok i make-up no make-up. Pinterest zauważył, że coraz popularniejsze są tematy dotyczące ekscentrycznych makijaży i różnokolorowych paznokci. Dlatego w swoim raporcie trendów na 2026 rok uwzględnił „glitchy glam", który można interpretować jako nieidealny glamour. Jego cechą charakterystyczną jest wolność: niedopasowane paznokcie, dwukolorowe szminki, jaskrawe cienie do powiek. W miejscu kremu i różu pojawia się kolorowa mascara i słoiczek z brokatem, atrybuty stylu loud.

Jest wiele dowodów na to, że dyskrecja wychodzi z mody. Najbardziej widocznym są pióra i frędzle na wybiegach – od The Row, przez Balenciagę, po Ferragamo. Mimo to echo cichego luksusu nie zniknie: jedwabne koszule, kaszmirowe swetry i perfekcyjnie skrojone płaszcze stanowią w końcu fundament praktycznej garderoby. Czasem jednak minimalizm jest niewystarczający. Od mody wymaga się dziś emocji, które budzi bogactwo kolorów, kształtów i faktur. Wszystko wskazuje więc na to, że najlepiej sprawdzi się miks klasyki i szaleństwa, bo, jak głosi hymn lat 80.: „Girls just wanna have fun". ●



W serialu **DYNASTIA** tygodniowy budżet na tworzenie kostiumów wynosił 35 tysięcy dolarów, co na ekranie przełożyło się na garderobę pełną splendoru.





Styl **LOUD LUXURY** w dużej mierze opiera się na odważnych akcesoriach, takich jak przeskalowana biżuteria, zdobne torebki czy krzykliwe okulary.

Zdjęcia: Guy Marineau/Penske Media, Bob D'Amico/Disney General Entertainment Content via Getty Images; dzięki uprzejmości Givenchy. Launchmetrics.com/Spotlight

eprasa.pl d94a2fd4b4



RÓŻNE PIĘKNA



Wisiorek, W.KRUK, Kwiaty Nocy, złoto, topaz, 1990 zł

Chusta, W.KRUK, Kwiaty Nocy, jedwab, 399 zł



W NOWEJ ODSŁONIE KOLEKCJI KWIATY NOCY W.KRUK SIĘGA PO MOTYWY WIŚNI I BORÓWEK, TWORZĄC SUBTELNĄ OPOWIEŚĆ O INDYWIDUALNOŚCI, RYTMIE NATURY I PIĘKNIE, KTÓRE NIE MA JEDNEJ DEFINICJI.

Marka W.KRUKopowiada o różnorodności językiem biżuterii, kolekcja Kwiaty Nocy staje się metaforą współczesnego świata. Delikatne kwiaty wiśni przypominają o ulotności chwili. Owoce borówek przypominają o cierpliwości i procesie dojrzewania. W kolekcji znajdziemy 24 srebrne formy inspirowane kwiatami wiśni oraz 18 złotych modeli z motywem borówek, wykonanych z 14-karatowego żółtego złota. Każdy z elementów funkcjonuje samodzielnie, a razem tworzą one pełną narrację o różnorodności form, kolorów i emocji. Ponadczasowe projekty pozwalają na swobodne łączenie – na co dzień i od święta.

Biżuteria z kolekcji Kwiaty Nocy Wiśnie & Borówki jest dostępna w salonach oraz w sklepie internetowym wkruk.pl od 6 marca.

Pierścionek, W.KRUK, Kwiaty Nocy, złoto, szafiry, topazy, 4790 zł





Nausznica, W.KRUK, Kwiaty Nocy, srebro, 699 zł



Pierścionek, W.KRUK, Kwiaty Nocy, srebro, 399 zł



Kolczyki, W.KRUK, złoto, szafiry, topazy, 2490 zł





Kolczyki, W.KRUK, Kwiaty Nocy, złoto, topazy, 3390 zł



Bransoletka, W.KRUK, Kwiaty Nocy, srebro, 499 zł



Kolczyki, W.KRUK, Kwiaty Nocy, złoto, topazy, 3490 zł

W.KRUK 1840

eprasa.pl d94a2fd4b4



WIĘCEJ NIŻ *wygląd*

POKAZY MODY PRZYPOMINAJĄ TELENOWELĘ. JUŻ NIE TYLKO WYMIARY, LECZ TAKŻE BIOGRAFIA MODELKI DECYDUJĄ O TYM, CZY STANIE SIĘ BOHATERKĄ SHOW. KIEDY DOMY MODY WALCZĄ O WIARYGODNOŚĆ, CASTING NIE SZUKA JUŻ IDEALNEJ TWARZY, LECZ IDEALNEJ HISTORII.

tekst AREK ZAGATA

eprasa.pl d94a2fd4b4


CHANEL

Zdjęcia: dzięki uprzejmości Chanel

Grudniowy wieczór na Manhattanie. Peron stacji Bowery, zazwyczaj wypełniony hałasem nowojorskiej codzienności, zamienił się w scenografię dla pokazu Chanel Métiers d'Art. W podziemnym chłodzie goście, otuleni w tweed, czekają na pierwszy look. Ciszę przecina metaliczny jazgot wjeżdżającego pociągu, a chwilę później schodami schodzi dziewczyna. W dżinsach i beżowym swetrze z suwakiem. Idzie pewnie, z ręką w kieszeni, jakby w pośpiechu, by zdążyć na zajęcia na NYU.

Dziewczyna to Bhavitha Mandava, pierwsza hinduska modelka, która otworzyła pokaz Chanel, a scena to rekonstrukcja. Dokładnie rok wcześniej, na tym samym peronie, Mandava, jeszcze studentka architektury i projektowania produktu, w podobnym stroju czekała na pociąg i została zaczepiona przez skouta. Przystała na jego propozycję dopiero, gdy zapewnił, że dzięki modelingowi spłaci kredyt studencki. Zespół Matthieu Blazy'ego wiernie odtworzył to spotkanie, pisząc nowy mit marki zaczerpnięty z historii Bhavithy, a social media poniosły go dalej. Najpopularniejszym materiałem na profilu modelki jest wideo, na którym jej rodzice płaczą ze wzruszenia w rodzinnym Hajdarabadzie. Bo dziś casting to już nie tylko poszukiwania idealnej twarzy. To poszukiwania idealnej historii.

To, co jeszcze dekadę temu było romantyczną opowieścią o „odkryciu na ulicy", dziś jest elementem dobrze naoliwionej machiny. Mateusz Rogenbuk, CEO Selective Models, agencji odpowiedzialnej za kariery takich modelek jak Maja Zimnoch czy Hanna Leszek, mówi mi, że casting przestał być wyłącznie selekcją urody, a stał się selekcją wiarygodności. – Dziś nie wystarczy już „dobry look". Oczywiście wygląd jest punktem wyjścia, ale realnie decyduje połączenie autentyczności, gotowości do pracy i umiejętności funkcjonowania w bardzo dynamicznym świecie – mówi.

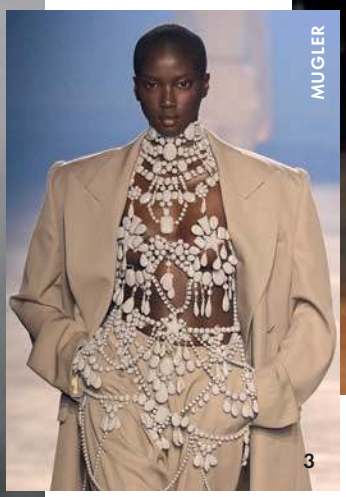
TO, CO WIDAĆ. TO, CO WAŻNE.

To odejście od aspiracyjnej logiki lat 90. i 2000., kiedy casting był przede wszystkim poszukiwaniem chodzącego ideału. Dziś, mówi Mateusz, chodzi o wiarygodność i wytrzymałość na presję. – Marki i casting directorzy widzą setki twarzy. Zatrzymują się przy tych, które mają w sobie coś prawdziwego, nie wyuczonego – tłumaczy, dodając, że zainteresowanie potrafi pojawić się nagle i równie szybko zniknąć. – Prawdziwym testem jest to, czy ktoś potrafi funkcjonować pod presją i adaptować się do zmieniających się oczekiwań – mówi. Znaczenie ma również to, czy dana osoba potrafi wzbudzić zaufanie w świecie, w którym luksus po serii skandali musi odbudować ➤

eprasa.pl d94a2fd4b4









swoją wiarygodność. A sięganie po wybiegowych debiutantów to dla marek proste narzędzie resetu. – New face to sygnał zmiany: nowego otwarcia, odejścia od powtarzalnych schematów – mówi Rogenbuk.

Statystyki serwisu Models.com wskazują na coś jeszcze: wzrost zainteresowania tymi debiutantkami, których profil zawodowy wykracza poza sam modeling. Przykładem są m.in. Precious Obijekwu, historyczka i badaczka procesów społecznych Afryki Zachodniej, czy Tindi Mar, specjalistka ds. rolnictwa zrównoważonego. To nowa fala modelek, które podobnie jak Bhavitha Mandava wnoszą do branży kapitał intelektualny i doświadczenie życia poza modą.

CASTING NARRACYJNY

To najsilniejszy trend castingowy ostatnich lat. Celine, jeszcze za czasów panowania eksdyrektora kreatywnego Hediego Slimane'a, wybierało skejtów z paryskich i londyńskich ekip, np. Tino Razo z Le Dôme. Z kolei Miu Miu idzie w „dziewczyńskie intelektualistki": młode pisarki, piosenkarki i aktywistki, m.in. ikonę południowego gotyku Ethel Cain, niebinarną aktywistkę Emmę Corin czy pisarkę Tavi Gevinson. To tzw. casting narracyjny, w którym obsadzana osoba staje się postacią odgrywającą określoną rolę w uniwersum marki.

Ten typ castingu nadaje tym historiom realną siłę. – Moda nie sprzedaje dziś wyłącznie ubrań, lecz znaczenia i identyfikację – mówi Rogenbuk. – Kiedy modelka lub model mają realne życie poza modą, marka zyskuje wiarygodność i głębię. Casting nie odpowiada już na pytanie, kto wygląda właściwie, lecz na pytanie, czyja historia uniesie narrację marki.

W grze o atencję branża mody operuje precyzyjnym repertuarem ról. Z jednej strony są „nowe supermodelki": cyfrowe gigantki Kendall Jenner, Hailey Bieber czy siostry Hadid, których obecność działa jak pomost między luksusem a popkulturową masowością. Obok nich kroczy nowa arystokracja, czyli nepo babies: od córki Kate Moss, Lili, i dziedziczki włoskiego stylu Devy Cassel (dziecka Moniki Bellucci i Vincenta Cassela) po debiutującą u boku matki Sunday Rose Kidman-Urban czy córkę Naomi Watts, Kai Schreiber. Ich nazwiska niosą z sobą czytelną w świecie algorytmów fabułę.

Jeszcze większą rolę odgrywa przynależność do „cool gangu". To modelki takie jak ikona nowej generacji Anok Yai, duńsko-etiopskie objawienie Mona Tougaard czy muza Karla Lagerfelda, Vittoria Ceretti, które pozycję budują na unikatowej energii i performansie. W tym nurcie mieści się też transpłciowa gwiazda Alex Consani, obśmiewająca absurdy branży na swoim TikToku. One nie tylko „są" na wybiegu. One wiedzą, jak ten wybieg „rozegrać".

Jeśli powyższe przykłady polegają na projektowaniu „roli" modelki, podej-

1. DEVA CASSEL, córka Moniki Bellucci, pracuje z największymi domami mody – od Jacquemusa, przez Diora, po Fendi.

2. KENDALL JENNER to modelka, która ma największą liczbę obserwatorów na Instagramie – śledzi ją 284 miliony osób!

3. ANOK YAI po sezonie pełnym pokazów i kampanii została wybrana Modelką Roku 2025 przez British Fashion Council.

4. ALEX CONSANI jako transpłciowa modelka stanowi duże wsparcie dla młodych osób LGBT+.

5. SUNDAY ROSE KIDMAN-URBAN, zaliczana do grona nepo babies, stała się nową gwiazdą Diora, biorąc udział w debiutanckim pokazie i kampanii Jonathana Andersona.

Zdjęcia: dzięki uprzejmości Jacquemus, Carlo Scarpato, Paolo Lanzi/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

ście, które obrał założyciel Pinokio Models, Wojciech Tubaja, można nazwać czystą anarchią. Sam określa je inaczej: poszukiwaniem prawdy. – „Prawda" to dla mnie moment intuicyjnej fascynacji, poczucie, że ktoś niesie w sobie tajemnicę – mówi. Modelki i modele Pinokio to ulubieńcy najbardziej „cool" marek: Leonidas Małolepszy (Loewe), Igor Dmuchowski (Miu Miu) czy Izabela Godel (Vetements). Zamiast dopasowywać ludzi do schematów, interesuje go surowa obecność i performatyka człowieka: sposób wejścia do pomieszczenia, energia, kontakt. To, jak mówi, coraz rzadsze podejście. – Castingowiec ma na każdego modela dosłownie kilka sekund. Otrzymuje setki zgłoszeń i musi podjąć decyzję niemal natychmiast – mówi.

W tym przyspieszonym obiegu trudno o realną zmianę w logice obsadzania.

DOMY MODY SZUKAJĄ DZIŚ AKTYWISTEK, NEPO BABIES CZY CZŁONKÓW NISZOWYCH *subkultur*. POTRZEBUJĄ ICH, BY PRZEBIĆ SIĘ PRZEZ SZUM I ZATRZYMAĆ SPOJRZENIE.

– Różnorodność w castingach pokazowych jest dziś raczej wyjątkiem niż normą – podkreśla Tubaja. Dowodem na to niech będzie kwestia modelek plus size. Według tegorocznego raportu „Size Inclusivity" przygotowanego przez Vogue Business, aż 97,7 proc. sylwetek w pokazach na jesień–zimę 2025/2026 należało do modelek w rozmiarze 32––36. I choć w rankingach Models.com błyszczą ikony plus age, jak Maggie Rizer czy Kristen McMenamy, a Alex Consani została pierwszą w historii transpłciową Modelką Roku Models.com, większość marek stawia na sprawdzone kody sprzed lat. – Marki nie chcą dziś podejmować ryzyka. Były dwa sezony, kiedy był to duży temat, a potem wszystko wróciło na stare tory – dodaje Tubaja.

Źródeł tej zachowawczości Tubaja nie upatruje wyłącznie w estetycznych trendach. Jego zdaniem problem zaczyna się wcześniej, na etapie samego procesu decyzyjnego. – Casting, który przygotowujemy, nie zawsze trafia bezpośrednio do projektantów. Selekcja na poziomie casting directorów jest bardzo bezpieczna – tłumaczy. Ryzyko bywa odfiltrowane, zanim w ogóle ma szansę stać się realną opcją.

WALKA O ATENCJĘ

Konsekwencją tej zmiany jest obsesja świeżości. – Jeszcze się nie zamknął tydzień mody, a ja już dostaję mejle z prośbą o „nowe twarze". Mam ochotę odpisać: „Przecież nie wykorzystaliście jeszcze tych twarzy, nadal są nowe" – mówi Tubaja, dodając, że nawet najmocniejsze debiuty nie gwarantują kariery. – Kiedyś debiut u Prady oznaczał, że potem ktoś robił większość pokazów w Paryżu. Dziś zdarza się, że po Pradzie branża już nudzi się tą osobą – mówi. Znane z show-biznesu pięć minut sławy w modelingu bywa dziś raczej pięcioma sekundami. Świat rozrywki nie jest tu przywołany przypadkowo. – Moda i telewizja przenikają się tak bardzo, że dziś trudno powiedzieć, kto kogo naśladuje – mówi Kasia Sokołowska, reżyserka pokazów mody i jurorka „Top Model", od lat działająca w obszarach mody i mediów. – Poszłabym nawet dalej. Media społecznościowe działają według schematu telewizyjnego show: bycia widocznym, rozpoznawalnym, zapamiętanym – dodaje.

To przesunięcie widać również w samym castingu. W świecie, w którym uwaga stała się walutą, obsadzanie ludzi coraz częściej to nie tyle decyzja estetyczna, ile dobór bohaterów. – Minęły czasy jednego modelu urody. Dziś dużo większą rolę odgrywa osobowość, temperament, energia, coś, co przyciąga uwagę i potrafi ją utrzymać – mówi Sokołowska. Co to jest? – Niedoskonałość. W niej kryje się oryginalność, nieprzewidywalne piękno i coś, czego nie da się zaprogramować. Klonów mamy pod dostatkiem – mówi.

Choć AI, algorytmy i wirtualne formaty z powodów czysto ekonomicznych zaczynają przejmować część rynku, jedno pozostaje niezmienne. – Żaden casting online nie zastąpi spotkania na żywo. W realnym kontakcie widać niepowtarzalną energię, której nie da się wygenerować – podkreśla Sokołowska. W zderzeniu ze sztuczną perfekcją żywy człowiek ze swoją nieprzewidywalnością zaczyna działać jak wartość premium.

Każdy pokaz mody, tak jak każdy telewizyjny show, walczy o atencję. Dlatego domy mody szukają dziś aktywistek, nepo babies czy członków niszowych subkultur. Potrzebują ich, by przebić się przez szum i choć na chwilę zatrzymać nasze spojrzenie. Castingowcy stają się dramaturgami świata mody. Niezbędnymi, bo w tym globalnym show ubrania to tylko kostiumy. To człowiek pozostaje powodem, dla którego wciąż czekamy na nowy odcinek. ●



5 DIOR

eprasa.pl d94a2fd4b4



ZALIA
Czyli Julia Zarzecka – kompozytorka i autorka tekstów. Debiutowała albumem „Kocham i tęsknię" (2022), a na płycie „Serce" (2025) rozwinęła intymny, nowoczesny język popu skupiony na emocjach i relacjach. Wiosną premierę będzie miał singiel zapowiadający nową płytę.

eprasa.pl d94a2fd4b4



Skórzana marynarka
LEO SEASON
body
UNDRESS CODE

ZAPIS *chwili*

PIĘKNO JEST DLA NIEJ ENERGIĄ. TO W NIEJ SIĘ ZAKOCHUJE. SKÓRA? ELEMENT LUDZKI, NAWET JEŚLI NIEDOSKONAŁY, JEST PO TO, BY CZŁOWIEKA UZIEMIĆ. **ZALIA**, CZYLI JULIA ZARZECKA, KOMPOZYTORKA, AUTORKA TEKSTÓW, NADZIEJA POLSKIEGO POPU – SUROWEGO, AUTORSKIEGO, AUTENTYCZNEGO. W KOŃCU!

zdjęcia ZUZA KRAJEWSKA stylizacja KAROL MŁODZIŃSKI rozmawia MAJA CHITRO

eprasa.pl d94a2fd4b4



Suknia **GOSIA BACZYŃSKA**
pierścionki **TOUS**

eprasa.pl/...a2fd4b4

Zalia, piszesz pamiętniki?

ZALIA: Piszę. Wróciłam do nich po latach, bo pisałam już jako dziecko – było w nich wtedy mniej treści, a więcej pamiątek, jak przyklejony na taśmę kamień z obozu czy papierek po ulubionym cukierku, który kupiłyśmy z mamą w Hiszpanii. Lubię pisać, bo nic mi wtedy nie umyka. Dziś mój pamiętnik wygląda jeszcze inaczej niż przy powstawaniu drugiej płyty „Serce". Bardziej doraźnie. Spełnia funkcję terapeutyczną.

Piszesz codziennie?

Nie, raz na kilka dni, raz na tydzień. Pozwala mi to przyjrzeć się temu, co się działo, znaleźć esencję i nie pisać głupot. Wychodzi z tego czasami pomysł na piosenkę albo fajne zdanie. Gdy szukam konkretów do moich tekstów, często wracam do pamiętnika. Tak było w „Nie mam dla ciebie nic" – jest tam fragment: „Już nie będziemy oglądać »The Walking Dead«/ I w aucie śpiewaj sam Alabama Shakes". W pamiętniku pewnego dnia zapisałam: „Z kim ja teraz będę oglądać »The Walking Dead«?". Pojedyncze myśli, zdania są jak żaróweczki, które zapalają się w odpowiednim momencie.

Popularność teraz zdobywają dzienniki wdzięczności.

Nawet kupiłam sobie jeden, gdy studiowałam w Londynie. Użyłam go dwa razy. Leży i się kurzy. To dobra rzecz dla kogoś, kto nie ma w sobie naturalnej umiejętności pielęgnowania wdzięczności, by mógł nauczyć się tego schematu. Ja na co dzień szukam w życiu pozytywów, dziękuję za coś, co się wydarzyło, dostrzegam małe szczęścia. Fajnie jest od tego zaczynać dzień. Czasami budzę się, siadam po turecku i zamykam oczy. Szczególnie jak świeci słońce. I myślę: „Fajny dzień".

Lubisz wstawać wcześnie i mieć dla siebie czas?

Mam dwie osobowości. Są dni, kiedy wstaję wcześnie, zmuszam się do tego, bo wiem, że to będzie ładny dzień. Medytuję, robię trening, a potem jem dobre śniadanie. Ale muszę mieć do tego motywację – wystarczy np. dobra granola, którą sobie kupiłam. Inaczej to za duże wyzwanie. Chyba że wiem, że dzień będzie wypełniony pracą, wtedy szukam chwili dla siebie rano. Niedawno powiedziałam mojej terapeutce, że strasznie szybko leci mi czas – ucieka mi przez palce. Na co odpowiedziała: „Julka, jeśli jesteś w wiecznym stresie, pozostajesz w procesie szukania, myślenia. Brakuje ci oddechu. Spokój czas wydłuża, stres go skraca". Wzięłam to sobie do serca i uczę się, by dać sobie oddech, choćby miał trwać trzy minuty. Chodzi o to, żeby zadbać o swój komfort psychiczny. Stąd próby odnalezienia w tym szaleństwie pozytywów. Tego, co dobre.

To cenne, bo my, Polacy, lubimy narzekać.
I jesteśmy w tym całkiem nieźli.

Odkąd pamiętam, zakochiwałam się w pięknych momentach i jednocześnie przeżywałam, że się za chwilę skończą. Cały czas przeżywam, na bieżąco. Jest więc we mnie uwielbienie życia, a jednocześnie strach i FOMO, że to, co dobre, zaraz się skończy albo mnie ominie. Mam dużo takich dwoistych myśli, że coś mnie cieszy, a zarazem stresuje. Dlatego lubię chwytać momenty. Kocham np. nagrywać filmiki, robię to cały czas. Stąd pewnie też pamiętniki – z potrzeby zapisywania momentu i nasycenia się nim.

Podobno nie wychodzisz z domu bez aparatu...
Jesteś analogowa?

Na maksa. Większość zdjęć zrobiłam analogami. Tak powstała wizualna koncepcja mojej płyty „Serce" – zdjęcia zrobiłyśmy polaroidem. Mają swoją charakterystyczną jakość, dotykasz ich fizycznie. Lubię brak manipulacji w fotografii, niedoskonałość. Jedna klatka, robisz zdjęcie, potem okazuje się, że ktoś ma zamknięte oczy, innemu wylewa się drink – udało się uchwycić ten jeden moment. To nie jest szukanie najlepszego ujęcia ze 150 w telefonie, a potem wyrzucanie wszystkiego do kosza, bo nic się nie udało. Fakt, że na kliszy masz 24 albo 36 zdjęć, sprawia, że bardziej skupiasz się na tym, co na nich zapisujesz. Kiedyś pilnowałam, żeby wszystko było idealne, clean. Miałam 16 lat i wpadłam w erę Tumblra i jego estetyki. Po dwudziestce wszystko wywróciło się do góry nogami. Przestałam podążać za trendami, choć pewnie w niektóre się wpisuję. Cyfrowość unifikuje – wszystko staje się podobne, trudne do odróżnienia. Stąd powrót do VHS czy digitalowych kamer. Szukamy innej jakości. Najzdrowiej dla wszystkich byłoby, gdyby telefon znów był od dzwonienia, aparat od robienia zdjęć...

A walkman od słuchania muzyki?

Wiesz, że jakiś czas temu dostałam odtwarzacz na kasety? Znalazłam słuchawki swojego chłopaka z wtyczką jack i katuję na nim Lolę Young, bo to moja jedyna kaseta... Zauważyłam, że mój mózg zaczął się skupiać na jednej czynności – walkmanie i słuchaniu muzyki. Zupełnie inaczej niż przy odtwarzaniu przez telefon, gdy jednocześnie odpisuję na 10 wiadomości, ➤

eprasa.pl d94a2fd4b4



Spódnica, body **INTIMISSIMI**
buty **WESTERN AFFAIR**
bransoleta i pierścionek
HERMÈS

epresa.pl d9482fd4b4



piszę mejla, w tle leci serial lub podcast, a ja przeglądam zdjęcia do akceptu. Analogowość pozwala mi się skupić. Żyjemy w nienaturalnym środowisku dla człowieka, kiedy wymaga się robienia od nas 50 rzeczy naraz, najlepiej w telefonie, który stał się naszym centrum dowodzenia.

W socjologii istnieje pojęcie nostalgii tłumaczonej jako sentymentalna tęsknota za wyidealizowaną przeszłością będąca mechanizmem obrony przed przyspieszeniem świata, za którym nie nadążamy.

Męczące jest też to, że w pewnym momencie wszystko zaczęło wyglądać tak samo. Mam w swoim kręgu przyjaciół wielu artystów – fotografów, muzyków, grafików i wszyscy szukamy jakiejś drogi ucieczki. Nowych, innych jakości, które pomogą jakkolwiek uniknąć nieustającej powtarzalności. Poza tym nadmierne wykorzystywanie technologii w życiu rozleniwia – możesz przez cały dzień nie ruszyć się z kanapy i załatwisz wszystko. Stąd powrót do autentyczności, korzeni, fachu. Analogowości szukam też w sprzętach muzycznych, przepuszczaniu rzeczy przez taśmę, organicznym brzmieniu, skazach...

Starsze pokolenia zawsze powtarzają: dziś już nie ma takiej muzyki jak kiedyś... Ale może coś w tym jest?

To, co do nas trafia, często jest tak wyczyszczone, że brzmi identycznie. Był moment, całkiem niedawno, że trudno było rozróżnić muzykę i głosy nowych wokalistów. W latach 90. po jednej nucie rozpoznawaliśmy Lipnicką, Nosowską, Bartosiewicz, Kowalską...

Bo ludzie nie bali się oryginalnych brzmień. Stąd moja fascynacja Makiem DeMarco – dziś superpopularnym, ale gdy odkryłam go na Spotify, był facetem wyglądającym jak rybak grający na starym syntezatorze z lat 80. Ale to było inne. Wiem, o jakim czasie mówisz, o drugiej dekadzie XXI wieku – wszystko wyczyszczone, wokale skompresowane identycznie. Całość ujednolicona pod jedną normę radiową, żadnych gatunków muzycznych. Dziś czuję, że w muzyce następuje odrodzenie, coraz większa odwaga w brzmieniach, wraca się do oryginalności. Choćby Rosalía, która nagrała numer z Londyńską Orkiestrą Symfoniczną, Björk i Yvesem Tumorem. Ludzie szukają nieoczywistych połączeń i rozwiązań muzycznych, świat znów tego potrzebuje. Słychać to też w moich świeżo napisanych piosenkach. W kwietniu planuję premierę nowego singla z nadchodzącej, już trzeciej płyty. Cały czas rozwijam swój głos, szukam w nim nowych brzmień, tekstur, żeby się nie przyzwyczajać, ewoluować. Oczywiście są specyficzne, osobiste brzmienia, z których nie warto rezygnować, ale odnajdywanie nowej siebie jest ważne. W swoim wokalu mam dużo „piachu", „brudu" i to jest super, nie chciałabym, żeby ktoś mi ten głos ucinał.

O swój „brud" dbała też Amy Winehouse, ale po niej, na długo, z oryginalności w popie zostało niewiele.

To była moja ulubiona wokalistka. Stylizowałam się na Amy jako dziecko! Śpiewałam jej piosenki na wszystkich konkursach aż do momentu, gdy jako 11- czy 12-latka zostałam zdyskwalifikowana, bo wyśpiewałam w drugim wersie „Back to black" – „Kept his di*k wet"... Lubiłam też Beatlesów, a potem słuchałam dużo Lennona solo. Byłam zauroczona faktem, że napisał piosenkę „Julia" – uważałam, że w poprzednim wcieleniu na pewno był moim mężem.

Może nieszczególnie najmilszym, za to zdolnym. Czyli drużyna Beatlesów, nie Stonesów?

Wtedy tak, choć „Wild Horses" lubiłam. Pamiętam składankę, którą mama przygotowała na moje urodziny – byli tam Beatlesi, Amy Winehouse, Stonesi, Aretha Franklin, Joan Jett & the Blackhearts z „I love Rock 'n' Roll"...

Piękno jest dla mnie *energią*. Nie da się **ZAKOCHAĆ** w czyjejś urodzie. Energia pokazuje wszystko – niektórzy po prostu *świecą*, w rozmowie pojawia się słońce.

Czyli to mama podsuwała Ci muzykę?

Amy znalazłam na YouTubie, na którym dużo siedziałam, szukałam piosenek, które usłyszałam w radiu. Czasem zajmowało mi to sporo czasu, jak przy Tomie Odellu i jego „Another Love", które początkowo wzięłam za „I'm Not Alone". Mama od zawsze była melomanką, a także pasjonatką polskiej muzyki. Maanam np. bardzo mi się z nią kojarzy, dlatego podczas trasy zaśpiewałam „Ta noc do innych jest niepodobna", bo to jej ulubiony utwór. Miałyśmy wspólne rytuały słuchania muzyki, gdy odwoziła mnie do szkoły. Z muzyką jest tak, że jest w tobie od małego, ciągnie cię do niej. Ja tak miałam. Powiedziałam, że nie pójdę do podstawówki, jeśli nie zapisze mnie do szkoły muzycznej. Wiedziałam, że chcę grać na skrzypcach – to było moje ultimatum. Tak się wszystko zaczęło i trwa do dzisiaj.

Bycie muzykiem to trudny zawód. Artyści są oceniani – od szkoły po scenę. Definiuje się ich muzykę, a także ich samych. Ciekawi mnie, czym dla Ciebie jest piękno?

Energią. Od zawsze powtarzam, że nie da się zakochać w czyjejś urodzie. O drugim człowieku, jeśli podoba mi się fizycznie, mówię raczej, że jest atrakcyjny, bo piękno kojarzy ➤

eprasa.pl d94a2fd4b4



Sukienka **MONIKA MODRZEJEWSKA**
stanik **INTIMISSIMI**
buty **VANDA NOVAK**

eprasa.pl d94a2fd4b4



Sukienka **LÜMP-X**
Biustonosz **AGENT PROVOCATEUR**

ZDJĘCIA Zuza Krajewska
STYLIZACJA Karol Młodziński
MAKIJAŻ Aga Wilk **WŁOSY** Kamil Pecka
SCENOGRAFIA Paulina Ramlau
ASYSTENTKA STYLISTY Maria Poniatowska **ASYSTENCI FOTOGRAFKI** Igor Rębiś i Wojtek Kacprzak
PRODUKCJA Jagoda Komenda i Urszula Karczmarczyk-Wieczorkowska

eprasa.pl d94a2fd4b4

mi się z wnętrzem. Energia pokazuje wszystko, niektórzy po prostu świecą, mają w oku blask, w rozmowie pojawia się słońce. A ja zakochuję się w słońcu, bo sama mam je w sobie. Dlatego aplikacje randkowe, jak Tinder, nie mają dla mnie za bardzo racji bytu – nie rozpoznasz energii. Dla mnie ważne jest to, jak ktoś się zachowuje, jak mówi, jaki ma tembr głosu – to wszystko magia składająca się na urodę. Bez związku z wizualną powłoką.

A kiedy myślisz o sobie, że jesteś piękna?

Gdy coś mi się udaje. W momentach sprawczości łatwiej dostrzegam w sobie wartość i harmonię – szczególnie gdy jestem w sprzyjającej mi sytuacji.

Co to za sytuacja?

Gdy ktoś bardzo mnie polubi, piękna czuję się podczas rozmowy, gdy wiem, że jestem wysłuchana. Albo gdy napiszę dobrą piosenkę. Muszę też dodać, że większość życia zmagałam się z trądzikiem. To nadal trudny dla mnie temat, ale powoli zaczynam mówić o nim głośno. Gdy opowiedziałam swojemu chłopakowi o tym, że bardzo przejmuję się swoją cerą i odejmuje mi to pewności siebie, odpowiedział, że to przecież mój element ludzki. Coś, co mnie uziemia, przypomina, że jestem tylko człowiekiem, jest to rzecz zupełnie normalna. I że to tylko skóra, mało istotna, biorąc pod uwagę, jakim człowiekiem jest jej właściciel. Przypominam sobie o tym za każdym razem, gdy budzę się z gorszą cerą. Powtarzam sobie, że przemówił mój ludzki pierwiastek i czas się uziemić.

Ładne.

Nie ma ludzi idealnych. Wiem, że trądzik potrafi utrudnić życie, twarz to przecież pierwsze, co widzisz. Ale czasami przesadzamy, wyolbrzymiamy. Ja lubię o siebie dbać, patrzeć na swoje ciało jak na świątynię. Niedawno zrobiłam sobie miesiąc odpoczynku, po raz pierwszy, odkąd pamiętam. Poczułam, że to idealny czas, by zająć się ciałem, otulić je, dać mu trochę więcej wyrozumiałości i odpocząć. Że podpuchnięte oczy, gorsza cera to efekt pracy, zmęczenia i koszt, który płacę za życie, jakie prowadzę. Kocham grać koncerty, chodzić spać późno, dużo pracować, ale przez to mam wysoki kortyzol, co od razu widać na skórze. Wszystko jest z sobą powiązane. Coś za coś.

Pozwól, że wrócę do poczucia piękna po napisaniu super piosenki. Skończyłaś studia w Londynie na kierunku występy wokalne i pisanie tekstów. Trudno pisze się tekst?

Tak. To najtrudniejsza część pracy nad utworem i jestem pod tym względem dla siebie najmniej wyrozumiała. Muzycznie ufam sobie w stu procentach, z wykształcenia jestem muzykiem i to tym zajmuję się od dziecka. Patrząc na staż – tekściarstwo to dla mnie jeszcze nowość, którą staram się rozwijać.

W jaki sposób więc piszesz?

Szukam esencji, wypisując sobie np. 100 zdań na jakiś temat. Układam je potem jak puzzle. Podobno David Bowie losował zapisane na karteczkach słowa. To technika patchworkowa. Czasem ją wykorzystuję. Ale pisanie jest jak matematyka, musisz myśleć klarownie. Masz kilkadziesiąt różnych opcji, co bywa frustrujące. Poza tym do tekstów nie można podchodzić po macoszemu. Miłość? „Ty mnie kochasz, ja ciebie nie..." – taki tekst mogę stworzyć w 15 minut, ale to nie zadziała. Ktoś mi powiedział, że pisanie to ciągłe myślenie o tekście, w każdej rozmowie jesteś wrażliwy na słowa. W głowie cały czas piszesz.

Brzmi męcząco.

To jest męczące, ale też bardzo fajne. Dużo piszę z moim przyjacielem, Jankiem Bąkiem. Czasami wystarczy, że ktoś cię odbije od jakiejś myśli, popchnie, wskaże inną perspektywę. Lubię mieć takie lustro w drugiej osobie. Wszystkie teksty są jak kartki z mojego pamiętnika. Nie wyobrażam sobie nie śpiewać swoich słów i nieswoich historii.

W tym tkwi prawda, której w muzyce szukamy. Rozmawiamy świeżo po rozdaniu nagród Grammy. Najważniejszą, za płytę roku, zgarnął Bad Bunny – jego „Debí tirar más fotos" to manifest list miłosny do Portoryko. Myślisz, że muzyka, za którą stoi historia, jest właśnie tą, która się w dzisiejszych czasach wybroni?

Nagrody mówią same za siebie. Najlepszą nową artystką została Olivia Dean, której słucham od lat. Jeszcze dwa lata temu niewielu o niej mówiło, a dziś dostaje Grammy. Świat muzyczny obraca się w kierunku oryginalności, spójności, jakości. Kolejna wygrana to Lola Young, jej „Messy" jest genialny pod względem tekstowym: „You told me get a job, then you asked where the hell I've been". Jak ja żałuję, że tego nie napisałam! No i Bad Bunny śpiewający swoją własną historię. Kocham ten kierunek. Tym bardziej, że ich wygrana jest także ważna na poziomie społeczno-politycznym. Dean wspomniała, że jest wnuczką imigranta, Benito to pierwszy w historii latynoski artysta z Grammy za hispanojęzyczną płytę. Mają coś do powiedzenia. Po co inaczej wchodzić do studia? Trzeba mieć na siebie pomysł i wiedzieć, o czym chce się opowiadać.

W oczekiwaniu na Twoją nową płytę pozostaję w erze „Serca". A nawiązując do jej tytułu, Saint-Exupéry w „Małym Księciu" pisał, że „dobrze widzi się tylko sercem, najważniejsze jest niewidoczne dla oczu". Co jest dziś dla Ciebie najważniejsze?

Miłość. Bardzo dużo jej daję, ale równie dużo potrzebuję. Spokój wewnętrzny też jest ważny. Harmonia. I słuchanie swoich potrzeb. Nawet jeśli nie będą estetyczne instagramowo. Nie szkodzi, życie to nie Instagram. Uczę się, by traktować siebie z większą wyrozumiałością. To trudne, bo jestem absolutnym people pleaserem i nigdy nikomu nie chcę sprawić przykrości, jednocześnie dając sobie za mało przestrzeni. Ale gdy potrzebuję pobyć w ciszy, umiem już to powiedzieć najbliższym przyjaciołom. Nie chcę gonić i porównywać swojej produktywności do cudzej. Do niczego to nie prowadzi. Wszystko można poukładać, trzeba się tylko przemóc. ●

eprasa.pl d94a2fd4b4



ESTETYKA RODEM Z AMERYKAŃSKICH KAMPUSÓW OCZAROWAŁA EUROPEJSKIE DOMY MODY, KTÓRE NADAJĄ JEJ DZIŚ NOWOCZESNY CHARAKTER. ECHO STYLU PREPPY WYRAŹNIE POBRZMIEWA W DEBIUTANCKIEJ KOLEKCJI MICHAELA RIDERA DLA CELINE – PERFEKCYJNIE SKROJONE MARYNARKI, JEDWABNE CHUSTY I WYPOLEROWANE LOAFERSY DEFINIUJĄ NOWY, POŻĄDANY „MUNDUREK".

NOWA ELITA

zdjęcia MARC DE GROOT
stylizacja JENNY KENNEDY

eprasa.pl d94a2fd4b4



Całość **GUCCI**

PO LEWEJ:
płaszcz i buty **CHLOÉ**
kolczyki **PANDORA**



eprasa.pl d94a2fd4b4



Sweter i apaszka **TOD'S**
kolczyki **PANDORA**

PO LEWEJ:
marynarka, koszula
i kombinezon
LOUIS VUITTON
buty **JUDE**
kolczyki **PANDORA**



Sukienka, szal i buty
FERRAGAMO
kolczyki **PANDORA**

eprasa.pl d94a2fd4b4





Kurtka i spodnie **CELINE**
kolczyki **PANDORA**

PO PRAWEJ:
bomberka, dżinsy i buty
ALEXANDER MCQUEEN
kolczyki **PANDORA**



epr...pl d94a2fd4b4



Marynarka, bluzka, koszula
i spódnica **LOEWE**
kolczyki **PANDORA**

PO PRAWEJ:
płaszcz i bluzka **FENDI**
buty **JUDE**

eprasa.pl d94



ZDJĘCIA Marc de Groot **STYLIZACJA** Jenny Kennedy **DYREKTORKA MODY** Alexandra Bernard/ELLE International
ASYSTENTKI STYLISTKI Sabrina Leina, Maëva Mallier **WŁOSY** Bastien Zorzetto **MAKIJAŻ** Victoria Reuter
MODELKA Adhel Bol/Linden Staub London **ASYSTENT ŚWIATŁA** Joris Rossi **TECHNIK CYFROWY** Josh Carr-Hummerston
PRODUKCJA Yannick Selva/ELLE International

eprasa.pl

HORYZONT



W SERCU HISZPAŃSKICH KANARÓW LEŻY TENERYFA – NAJWIĘKSZA I NAJLUDNIEJSZA WYSPA ARCHIPELAGU. JEJ KRAJOBRAZ ROZPOŚCIERA SIĘ MIĘDZY GRANATEM OCEANU ATLANTYCKIEGO A SUROWĄ LINIĄ SKALISTYCH GÓR. CHOĆ JEST MOCNO TURYSTYCZNA, MAJESTAT JEJ NATURY PRZYNOSI WYCISZENIE I SPOKÓJ. TĘ ATMOSFERĘ ODDAJE TEŻ MODA – PRZEZ MIĘKKIE FAKTURY, GŁADKIE TKANINY I MINIMALISTYCZNĄ PALETĘ KOLORÓW.

zdjęcia RAMI HANNA/HA/NA PRODUCTIONS
stylizacja HANNA MW/HA/NA PRODUCTIONS

eprasa.pl d94a2fd4b4



CISZY

Całość **TOTEME**

PO LEWEJ:
top i spódnica **COS**
top **FORZA COLLECTIVE**
płaszcz **FILIPPA K**
buty **TOTEME**

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



Top **WŁASNOŚĆ STYLISTKI**

PO LEWEJ:
sukienka i spódnica
FORZA COLLECTIVE
buty **JIL SANDER**

eprasa.pl d94a2fd4b4



Całość **TOTEME**

PO PRAWEJ:
koszula i top
WŁASNOŚĆ STYLISTKI
spodnie **COS**
spódnica **JIL SANDER**

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



Całość **LOEWE**

PO PRAWEJ:
żakiet **LOUIS VUITTON**

eprasa.pl d94a2fd4b4



ZDJĘCIA Rami Hanna/Ha/Na Productions **STYLIZACJA** Hanna MW/Ha/Na Productions **ASYSTENTKA STYLISTKI** Eveline Kotakidou/Ha/Na Productions
MAKIJAŻ I WŁOSY Heidi Garcia Andersson **MODELKA** Alba Moreira/Blow Models **KIEROWNIK PROJEKTU** Hedda Ejelöv/Ha/Na Productions

eprasa.pl d94a2fd4b4



CZARNO *na białym*

Czerń i biel spotykają się w modowej rozgrywce. Tu każdy detal ma znaczenie, gdyż gra w kontrasty wymaga przemyślanej strategii. Bo to połączenie nie lubi towarzystwa innych kolorów z wyjątkiem srebra i złota. Szach-mat!

1. Kolczyki **TOUS** 1499 zł **2.** Torebka **ALEKSANDRA SEWERYNIAK** 1590 zł **3.** Szpilki **FURLA/ANSWEAR.COM** 1059,90 zł **4.** Sukienka **GUESS** 475 zł **5.** Zegarek **LONGINES** 13 100 zł **6.** Bransoletka **LILOU** 389 zł **7.** Spodnie **GUESS** 475 zł **8.** Torebka **LACOSTE/ANSWEAR.COM** 1249,90 zł **9.** Koszula **SOLAR** 299 zł **10.** Wisiorek **TOUS** 299 zł **11.** Szpilki **AQUAZZURA** 3359 zł **12.** Spodnie **SOLAR** 349 zł **13.** Torebka **BALENCIAGA** 11 350 zł **14.** Pierścionek **LILOU** 389 zł **15.** Zegarek **CARTIER/W.KRUK** 43 000 zł **16.** Szorty z paskiem **RESERVED** 119,99 zł **17.** Bluza **DEHA/S'PORTOFINO** 575 zł

Zdjęcia: dzięki uprzejmości Givenchy, Carlo Scarpato/Launchmetrics.com/Spotlight, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

SOLAR

Doskonałość to pojęcie, za którym gonimy z przyzwyczajenia — bez jasnej odpowiedzi, po co i co właściwie miałoby nas tam czekać... Kolekcja Wenus porusza się między symbolem a codziennością, łącząc różne języki kobiecej garderoby w jedną opowieść.





To Wenus współczesna — niejednoznaczna, wymykająca się jednej interpretacji. Zamiast tego pokazuje nas — kobiety — jako zbiór wielu prawd, współistniejących, równorzędnych, równie ważnych.



Autorski print Wenus — widoczny na chuście i t-shircie — jest wizualnym zapisem różnorodności: fragmenty twarzy i szkicowe linie budują piękną kompozycję, która odzwierciedla wizerunek kobiecości jako zbioru detali, bo każda z nas nosi w sobie więcej niż jedną historię i więcej niż jedną wersję siebie.

Na zdjęciach zachowano naturalną fakturę skóry, wraz z jej zmarszczkami i przebarwieniami.

eprasa.pl d94a2fd4b4



Na pełnym PRINCIE

Motywy roślinne pną się i splatają w misterne gobeliny. Kwieciste wzory zwiastują powrót boho w duchu barwnego nomadyzmu. Więcej znaczy więcej, więc śmiało łącz desenie z wyrazistą biżuterią i akcesoriami.

1. Chusta **MAX MARA** 1538 zł **2.** Zegarek **LONGINES** 8600 zł **3.** Torebka **VALENTINO GARAVANI** 7586 zł **4.** Koszula z aplikacjami **VALENTINO** 29 500 zł **5.** Bluzka **ISABEL MARANT** 1160 zł **6.** Okulary przeciwsłoneczne **BOTTEGA VENETA** 2234 zł **7.** Spódnica **CHLOÉ** 5019 zł **8.** Pierścionek **W.KRUK** 399 zł **9.** Torebka **TOUS** 999 zł **10.** Pierścionek **APART** 930 zł **11.** Zegarek **CHOPARD/W.KRUK** 88 990 zł **12.** Koszula **ALEMAIS/S'PORTOFINO** 2230 zł **13.** Nausznica **APART** 969,99 zł **14.** Torebka **DIOR** 14 500 zł **15.** Wzorzyste kimono **RESERVED** 219,99 zł **16.** Nausznica **W.KRUK** 699 zł **17.** Buty **ETRO** 3174 zł **18.** Bluzka **ETRO** 4380 zł **19.** Bransoletka **DALL'ACQUA** 25 450 zł **20.** Pierścionek **DALL'ACQUA** 6066 zł

Zdjęcia: Launchmetrics.com/Spotlight (2), serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

ASTRATEX



Spacer 3D Lady Grace. Komfort zaczyna się pod ubraniem.

eprasa.pl d94a2fd4b4

KTÓRĄ NISZOWĄ AURĘ WYBIERASZ?



AGATA BŁAZIŃSKA
GENERAL FRAGRANCE EXPERT DOUGLAS

Aura wzbudza podziw, oznacza emanowanie charyzmą, tajemniczością, wyjątkowym urokiem. Perfumy niosą za sobą emocje, które wpływają na odbiór naszej osoby przez otoczenie. Niszowe kompozycje, zwiastujące wiosnę, prezentują różnorodne odcienie. Która aura będzie Twoją w tym sezonie?



1

1. ATKINSONS Midnight Scented Dream
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura Szekspirowskiego „Snu nocy letniej". Zmysłowe doznania momentów między nocą a świtem. Hipnotyzujący jaśmin, kremowy, biały migdał i uzależniająca wanilia otulone ciepłem bursztynowej ambry. Sen utkany z marzeń, 100 ml, **ok. 1365 zł**



2

2. BRUNELLO CUCINELLI Soffio Zenit
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura „cichego luksusu". Śródziemnomorska figa dosmakowana chłodną nutą lawendy i aromatycznego rozmarynu rozbrzmiewa pobudzona słodyczą skórzanego charakteru labdanum. Eteryczna esencja darów ziemi, 100 ml, **ok. 1389 zł**



4

4. CHLOÉ Atelier des Fleurs Plage du Figuier
Aura południowej, francuskiej plaży. Kwiat, owoc i miąższ figi. Śródziemnomorska soczystość wyrażona nutą kwiatów pomarańczy. Ciepło i solarny charakter pełen łagodności i równowagi. Relaksująca kąpiel w promieniach słońca, 50 ml, **ok. 659 zł**



3

3. CREED Wild Vetiver
DOSTĘPNY OD 17 MARCA 2026
Aura arystokratycznego ogrodu. Swobodna atmosfera pikniku i stąpania boso po trawie. Rześkie i musujące jagody Timur prowadzą do serca zapachu: ziemistego geranium i owocowej róży stulistnej. Szlachetny wetiwer ożywia całość swą zielonością niczym lekki wietrzyk, 100 ml, **ok. 1376 zł**

WELCOME TO BEAUTIFUL.

eprasa.pl d94a2fd4b4

5. CARON Musc Oli
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura zmysłowego komfortu. Intymność czystych nut kaszmirowych otula wraz z uziemiającym uściskiem kremowego drewna sandałowego. Poczucie spokoju i delikatna zapachowa pieszczota, 100 ml, **ok. 1129 zł**



5



7

7. THE MERCHANT OF VENICE Eternal Sunrise
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura Starożytnego Egiptu. Dymne i szlachetne Kyphi przeplecione drzewną nutą papirusu oraz słodyczą bobu tonka. Kadzidlane akcenty oraz żywice nadają całości balsamiczny efekt. Kompozycja przenosząca zmysły do świata rytuałów, 100 ml, **ok. 1590 zł**

8. KILIAN Love Don't Be Shy
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Niewinna aura pierwszej miłości. Pierwszy dotyk to wibrujący i zielony absolut kwiatu pomarańczy. Kolejne zbliżenie: luksusowa róża i nietuzinkowy wiciokrzew muśnięte słodyczą apetycznej pianki marshmallow. Następny krok to pulsująca zmysłowość ambry – definicja dogłębnego poznania, 50 ml, **ok. 1240 zł**



8



9

9. BOHOBOCO Plum Spray Paint
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura eksplozji. Dojrzała śliwka eksploduje pod wpływem swej obfitości, spadając z drzewa. Farba w sprayu opowiada twórczą historię, rozpryskując się i rozlewając po płótnie. Perfumy dosmakowane szafranem, nutami skóry i whisky zostawiają dymny ślad, niemożliwy do usunięcia, 50 ml, **ok. 719 zł**



6

6. VELVETVELO Archimède In Love
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura skradzionego pocałunku. Pobudzająca emocje soczysta malina zestawiona z absolutem róży nadają mu świeży, wyrazisty charakter. Mariaż liści i kwiatowych płatków (geranium, fiołek, magnolia, jaśmin i mimoza) przyciąga uwagę, podkreśla indywidualność i na długo pozostaje w pamięci, 100 ml, **ok. 499 zł**



10

10. BOHOBOCO Mango Yuzu Gasoline
WYŁĄCZNIE W DOUGLAS
Aura obsesji. Pełne słodkiej soczystości mango ochłodzono świetlistym yuzu, cytrusowym, lecz z charakterystyczną goryczką. Te tropikalne owoce zderzone zostały z narkotycznymi oparami benzyny. To połączenie jest niepokojącą i zmysłową obsesją, 50 ml, **ok. 719 zł**

PERFUMY NISZOWE
ZNAJDZIESZ JE W PERFUMERIACH DOUGLAS I NA DOUGLAS.PL.
ZESKANUJ KOD I DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ!

DOUGLAS

eprasa.pl d94a2fd4b4



LAURA DERN
Amerykańska aktorka o niezwykłej rozpiętości ról – od kina autorskiego po produkcje hollywoodzkie. Pochodzi z rodziny aktorskiej. Jedna z ulubionych artystek Davida Lyncha, stworzyła w jego obrazach kultowe kreacje, m.in. w „Twin Peaks", „Blue Velvet" i „Inland Empire". Wielką międzynarodową popularność przyniosły jej role w serii „Park Jurajski", a potem kolejnych filmach kinowych i serialach telewizyjnych, choćby „Wielkich kłamstewkach". W 2020 roku otrzymała Oscara za najlepszą rolę drugoplanową w „Historii małżeńskiej". Na swoim koncie ma nagrody Emmy, Złoty Glob oraz statuetki Gildii Aktorów Ekranowych, a jej kariera uchodzi za jedną z najbardziej konsekwentnych i artystycznie odważnych w kinie amerykańskim.

ELLE

redaguje MAJA CHITRO

Kultura



Zdjęcie: Jason McDonald/© 2025 Searchlight Pictures

eprasa.pl d94a2fd4b4



Po swojemu

– LUBIĘ ODSŁONIĆ SIĘ PRZED PARTNEREM JAKO BOHATERKA MIERZĄCA SIĘ Z ODRZUCENIEM CZY ZDRADĄ – MÓWI **LAURA DERN**, IKONA HOLLYWOOD I OBRAZÓW LYNCHA. TYM RAZEM, W FILMIE „CZY MNIE SŁYCHAĆ?”, JEJ POSTAĆ TRACI GRUNT POD NOGAMI. I DOBRZE, BO ARTYSTKA SZUKA W KINIE ŻYWYCH EMOCJI.

rozmawia ARTUR ZABORSKI

Konsekwentnie przez ponad trzy dekady budowała pozycję jednej z najważniejszych aktorek amerykańskiego kina. Artystki, która nigdy nie bała się ryzyka, jakie niosą z sobą role niejednoznaczne i emocjonalnie niewygodne. Od przełomowych kreacji w filmach Davida Lyncha, przez oscarowe triumfy i współpracę z najwybitniejszymi reżyserami współczesnego kina, po role, które redefiniują sposób, w jaki na ekranie opowiada się o kobiecej sile, słabości i dojrzewaniu. Laura Dern nie gra bohaterek do lubienia. Wciela się w kobiety w procesie, w momencie, gdy stare narracje przestają działać.

Taka jest też Tess Novak, bohaterka najnowszego filmu Bradleya Coopera „Czy mnie słychać?", konfrontująca się z faktem, że małżeństwo, które wydawało się bezpieczne i pod kontrolą, wymyka się jej całkowicie. Tess nie jest jednak kolejną wariacją na temat porzuconej żony. To była sportsmenka, która całe życie podporządkowała jednemu celowi – igrzyskom olimpijskim – a potem z niego zrezygnowała na rzecz miłości i rodziny. Jej kryzys nie jest więc tylko rozpadem relacji, ale pytaniem o to, kim się jest, gdy dawne ambicje i wybory nagle domagają się rozliczenia.

To, co Pani ostatnio robi na ekranie, zapisuje się złotymi zgłoskami w historii kina. Najpierw była postać głuchej na emocje, specjalizującej się w rozwodach prawniczki w „Historii małżeńskiej". Potem cierpiąca na depresję kobieta, która nie potrafi poradzić sobie z rozwodem w „Synu". A teraz wciela się Pani w Tess, która przeżywa szok, gdy okazuje się, że małżeństwo wymknęło się jej zupełnie spod kontroli. Skala emocji, w które Pani w tych filmach wchodzi, jest powalająca.

LAURA DERN: Zazwyczaj najbardziej wymagające jest dla mnie to, z czym akurat się zmagam. Za każdym razem, kiedy wchodzę na plan, mam nadzieję, że aktualne wyzwanie będzie jednocześnie trudne i, paradoksalnie, naturalne, niemal bezwysiłkowe. Ekscytuje mnie docieranie do najbardziej wrażliwego miejsca we mnie samej. Lubię odsłonić się przed partnerem jako bohaterka, która mierzy się z odrzuceniem, lękiem, zdradą, zazdrością, niepewnością, tęsknotą – z całym emocjonalnym spektrum. Jednocześnie pociąga mnie opowiadanie historii o rozwodzie przez siłę. Lubię zarówno siłę wykreowaną, czyli taką jak w przypadku prawniczki rozwodowej w „Historii małżeńskiej", jak i siłę kobiety, która zna swoje mocne strony i w pełni akceptuje swoje słabości, jak to się dzieje w „Czy mnie słychać?". Zagrałam Tess Novak, kobietę, która w przeszłości miała jeden cel: zostać olimpijką. Ale go nie osiągnęła, bo wybrała związek, założyła rodzinę. To dla mnie wyjątkowa postać. Lubię taki typ bohaterki, bo wyłamuje się ze schematów.

W jaki sposób?

W klasycznej opowieści miłosnej często bywa tak, że to mężczyzna jest zamknięty emocjonalnie, a kobieta świadoma swoich uczuć. Tutaj jest inaczej. Tess jest zawodową sportsmenką, która od mniej więcej 10. roku życia zarządzała swoją emocjonalnością, dążąc konsekwentnie do igrzysk olimpijskich. Jest pragmatyczna, konkretna i skupiona na fizyczności. To bardzo ją ode mnie różni, dlatego czerpałam taką przyjemność z odgrywania tej roli. Zarazem bycie nią stało się dla mnie wyzwaniem.

Kiedy historia miłosna jest dla Pani dobra?

Wtedy, kiedy ostatecznie uświadamia nam, że w pierwszej kolejności trzeba pokochać siebie samych. Moja bohaterka Tess najpierw musi zrozumieć własne potrzeby, cele i ambicje, następnie o nie zadbać, a dopiero potem budować relację z kimś innym. Nasz film pozwala bohaterom na to, by w pewnym momencie stali się w pełni sobą, takimi, jakimi są naprawdę. I się z tym skonfrontowali. Mam wrażenie, że w prawdziwym życiu ciągle próbujemy wpasować się w powszechnie przyjęte schematy. A przecież nie jesteśmy do tego predestynowani, nie tak zostaliśmy zaprojektowani. Jesteśmy wielowymiarowi.

Mnie w Waszym filmie ujmuje to, jak podchodzicie do tematu rozpadu związku. Mówicie, że to nie musi być koniec świata, bo ludzie się zmieniają i czasami potem już do siebie nie pasują. Relacja w Waszym filmie ma termin ważności, ale jego upłynięcie, choć wywołuje wiele komplikacji i negatywnych emocji, to jeszcze nie katastrofa.

Film skupia się na komunikacji, a jej płynność jest uzależniona od zmiany. Czasami możemy dostać drugą, trzecią, czwartą, piątą, a nawet szóstą szansę, ale nasze relacje nie będą mogły rozkwitać, jeśli nie będziemy otwarci i życzliwi na zmianę drugiej osoby. Cenię „Czy mnie słychać?" za to, że jest dojrzałą historią miłosną, dzięki czemu wydaje się jeszcze bliższa rzeczywistości. Opowiada o możliwości bycia nieszczęśliwym w parze, a także z sobą samym – o całym tym bałaganie, który w nas jest. To nie jest jedna z tych romantycznych bajek, na której większość z nas się wychowała. Mity pozostają mitami nie bez powodu, nie powinny nawiedzać nas w prawdziwym życiu.

Żyjemy w dziwnych czasach, kiedy wszyscy się o wszystko obrażają. Bardzo trudno dziś żartować, bo ludzie mogą odebrać dowcip jako personalny atak. Wy pokazujecie, że kluby komediowe, w których można pożartować nie tylko ze swojego nieudanego życia seksualnego, lecz także wypalającego się związku, mogą stać się odskocznią dla naszych frustracji, dać nam oddech. Czy Pani lubi taki dowcip, niezważający choćby na poprawność polityczną? Komediowa scena Nowego Jorku odgrywa w filmie istotną rolę.

Bywałam w swoim życiu nieraz na takich występach komediowych. Nie jest to jednak środowisko, do którego chodzę ➤

Zdjęcie: Maarten De Boer/Getty Images for AARP

eprasa.pl d94a2fd4b4

regularnie ani które traktuję jako swoją bezpieczną przestrzeń. Miałam jednak przywilej oglądać niezwykły stand-up, pełny odwagi i radykalnej szczerości, w wykonaniu prawdziwych mistrzów, którzy dali nam swoją komedią niesamowity dar. W chodzeniu do takich miejsc, jak np. nowojorska Comedy Cellar, podoba mi się to, że w prezentowanych show nie chodzi wyłącznie o komedię, ale o znalezienie swojej wspólnoty, swoich ludzi, a to przecież coś, czego wszyscy w życiu potrzebujemy. Każdy z nas trafił kiedyś do miejsca, które stało się dla niego przystanią właśnie ze względu na spotykanych tam ludzi. Jeśli masz szczęście doświadczyć bycia częścią wspólnoty, która jest dla ciebie i służy twojemu rozwojowi – a nie jest to twoja rodzina czy partner – to zyskujesz solidne poczucie tożsamości i przynależności. Jedną z moich ulubionych scen w filmie jest moment, gdy Alex (postać męża Tess, w tę rolę wciela się Will Arnett – przyp. red.) wchodzi do klubu komediowego, kładzie się swobodnie na plecach obok Amy Sedaris (aktorka i komediantka – przyp. red.) i natychmiast staje się częścią tej kultury, tego świata ludzi, którzy go zamieszkują.

Ja z kolei lubię scenę, w której Alex zaczyna opowiadać dowcip, ale idzie mu opornie, więc widz coraz bardziej się spina. Nie wiemy, czy publiczność zacznie się śmiać, czy raczej bohater się ośmieszy. Trzeba mieć nerwy ze stali, by mierzyć się z taką niepewnością na scenie.

Bradley i Will wykonali ogrom pracy stand-upowej, przygotowując postać Alexa Novaka. Chodzili do klubów w Teksasie, Nowym Jorku, odwiedzali oczywiście wspomnianą Comedy Cellar, a także Village Underground, czyli naprawdę kultowe adresy. Mieliśmy okazję zobaczyć, jak Will Arnett, mój ekranowy mąż, występuje jako Alex Novak na scenie w tych miejscach, i było to wspaniałe doświadczenie. Cieszę się, że pozwolono nam uczestniczyć w części procesu filmowania i przygotowań. Świetnie się bawiłam, obserwując, jak Will nawiązuje kontakt z publicznością albo... jak zupełnie mu się to nie udaje, bo i takie sytuacje się zdarzały. Widzieliśmy jeden występ, który był fantastyczny – wszystko zagrało, publiczność go uwielbiała. A innym razem kompletnie nic nie wyszło, tak jak sobie zakładał. To doświadczenie sprawiło, że jeszcze bardziej zaczęłam doceniać komików. Są niezwykle inteligentnymi ludźmi, świadomymi swojego otoczenia i ogromu pracy, jaką muszą wykonać, by wszystko się udało. Nie zdawałam sobie sprawy, że potrafią zagrać trzy, cztery razy w jedną noc. To naprawdę harówka. Dla mnie doświadczenie podglądania tego środowiska było bezcenne. Doceniam w swojej pracy możliwość podpatrywania świata, do którego na co dzień nie mam dostępu.

Jak fakt, że Bradley Cooper jest nie tylko reżyserem, ale przede wszystkim uwielbianym aktorem, wpłynął na dynamikę Waszej współpracy na planie?

Jednym z najczęściej używanych przez niego w pracy słów jest „intymność". Bradley stworzył na planie niezwykle kameralną atmosferę, nie tylko między ekipą. Najważniejsza dla niego od początku była intymność, która miałaby się zrodzić między postaciami a wami, widzami. Chcieliśmy, byście podczas seansu czuli się częścią scen. Zupełnie jakbyście w tych wszystkich przestrzeniach byli razem z nami. I to jest dowód jego daru jako opowiadacza historii i reżysera. Ma podobne instynkty aktorskie do naszych, a jednocześnie doskonale rozumie, dokąd można te postacie zaprowadzić, jak je osadzić w przestrzeni. Bradley pozwolił nam przyjść na plan i po prostu być w pełni sobą. A fakt, że jednocześnie operował kamerą, reżyserował i grał, ustawił ton nie tylko dla naszych relacji, lecz także tych budowanych z wami jako widzami. Naprawdę to poczułam, kiedy po raz pierwszy zobaczyłam zmontowany obraz.

MAM WRAŻENIE, ŻE W ŻYCIU CIĄGLE PRÓBUJEMY WPASOWAĆ SIĘ W POWSZECHNIE PRZYJĘTE *schematy*. A PRZECIEŻ NIE JESTEŚMY DO TEGO STWORZENI.

Osobnym bohaterem filmu jest miasto, które nigdy nie śpi – Nowy Jork. Pani jest rodowitą Kalifornijką. Jak więc się Pani czuła na Wschodnim Wybrzeżu?

Nowy Jork to miejsce reinwencji, wymyślania siebie na nowo. To miasto marzeń, możliwości, eksploracji – trudno znaleźć dla niego jedno właściwe słowo. Nadało filmowi osobliwy dźwięk, tempo, ton, a także szorstkość, pewną chropowatość. Dla Bradleya to było ważne. Oczywiście jedną z przyczyn, dla których zdecydował się osadzić tam akcję, jest fakt, że jest mieszkańcem Nowego Jorku, co czyni miasto jeszcze bardziej osobistą przestrzenią. I to czuć, kręciliśmy podczas obchodów chińskiego Nowego Roku, nagrywaliśmy w prawdziwych miejscach, pracowaliśmy choćby w funkcjonującej szkole. Dzięki temu czuliśmy, że film jest surowy, wrażliwy, pozbawiony sentymentalizmu. Nowy Jork to miasto, do którego przynosi się marzenia, a także własne pęknięcia i zranienia. Przyjeżdża się tam z nadzieją, że człowieka spotka coś albo ktoś – kariera, a może miłość. Kryje się w tym ogromna obietnica, a kamera stała się nośnikiem tego rodzaju marzenia. Dawno już na dużym ekranie nie widziałam czegoś takiego – może nawet od czasów Johna Cassavetesa, filmowca, który mnie porwał, gdy zaczynałam zakochiwać się w kinie. Co ciekawe, był on także aktorem i reżyserem, który dbał o uchwycenie wrażliwości w postaciach. Bradley ma z nim wiele wspólnego. ●

CZY MNIE SŁYCHAĆ?, REŻ. BRADLEY COOPER *w kinach od 27 lutego*

eprasa.pl d94a2fd4b4

ZAMIAST POMNIKA

MARIA SKŁODOWSKA-CURIE WRACA DO ZBIOROWEJ ŚWIADOMOŚCI W ZASKAKUJĄCEJ FORMIE – JAKO BOHATERKA MURALI. ORLEN I WARSZAWSKIE MUZEUM NOBLISTKI ROZPOCZĘŁY W TEN SPOSÓB WSPÓŁPRACĘ, KTÓRA MA NADAĆ JEJ HISTORII NOWY, WSPÓŁCZESNY WYMIAR.



Zdjęcie: Dariusz Ossowski



Zdjęcie: Dariusz Ossowski



Zdjęcie: Krzysztof Szlezak

Nie każda opowieść o wybitnych jednostkach mieści się w podręcznikach. Niektóre – jak ta o Marii Skłodowskiej-Curie – domagają się nowych form wyrazu. Dwukrotna noblistka i kobieta zdecydowanie wyprzedzająca swój czas jest inspiracją w laboratoriach i aulach uniwersyteckich, a także w przestrzeni miejskiej.

11 lutego, w Międzynarodowy Dzień Kobiet i Dziewcząt w Nauce oraz w imieniny Marii, wystartowała Kampania muralowa informująca o partnerstwie ORLEN z Muzeum Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie, jedynym na świecie biograficznym muzeum noblistki. W Warszawie, Krakowie, Łodzi, Poznaniu, we Wrocławiu i w Płocku pojawiły się spektakularne fluorescencyjne malowidła. Za realizację koncepcji odpowiada agencja P/mint, a autorką ilustracji jest Aleksandra Marchocka-Denisiuk, Creative Director w P/mint. Murale zostały wykonane przez Good Looking Studio. W stolicy taką wielkoformatową pracę z dodatkowym efektem motion można zobaczyć przy ul. Jaworzyńskiej 11. „Murale funkcjonują w codziennej przestrzeni miasta, są otwarte dla wszystkich i nie wymagają wizyty w instytucji kultury. Dzięki temu idealnie wpisują się w strategię ORLEN, który szuka nowoczesnych sposobów popularyzacji nauki" – podkreśla Sylwia Snopkiewicz, Dyrektor Wykonawcza ORLEN ds. Sponsoringu.

Murale są wizualnym wstępem do współpracy, która jest rozpisana na większą skalę. To porozumienie stawia sobie za cel promowanie nauki i kultywowanie pamięci o jednej z najważniejszych polskich postaci w historii. Dla ORLEN, mecenasa kultury i nauki, to kolejny krok w kierunku budowania trwałych mostów między światem nauki a społeczeństwem. Do projektu dołączyło również kilka znanych artystek i influencerek o imieniu Maria, m.in. Maria Sadowska, Maria Dejmek, Maria Dębska, Mery Spolsky oraz Maria Astro, które w mediach społecznościowych przybliżają ideę współpracy, odwołując się do postaci Marii Skłodowskiej-Curie.

Muzeum mieści się przy ul. Freta 16 – w kamienicy, w której uczona przyszła na świat. Powstało w 1967 roku z inicjatywy Polskiego Towarzystwa Chemicznego. To miejsce gromadzące i chroniące dziedzictwo nie tylko samej Marii, lecz także całej jej rodziny.

Zbiory muzeum zawierają m.in. korespondencję, rysunki, fotografie, dokumenty oraz osobiste pamiątki przekazane przez siostry noblistki. Kolekcja jest systematycznie powiększana, tworząc unikatowy portret jednej z najwybitniejszych postaci nauki. Placówka nie tylko pielęgnuje pamięć o życiu i dokonaniach noblistki, lecz także coraz śmielej pojawia się poza swoimi murami. „Zależy nam na wychodzeniu z naszą bohaterką w przestrzeń publiczną. Dzięki muralom przełamujemy stereotypowy wizerunek Marii jako zamkniętej w laboratorium postaci i docieramy także do młodych, którym – co potwierdzają badania – Maria jest szczególnie bliska" – mówi Barbara Gołębiowska, Dyrektorka Muzeum.

19 lutego, w Dzień Nauki Polskiej, odbyło się wydarzenie promujące tę wyjątkową współpracę, podczas którego uhonorowano postać Marii Skłodowskiej-Curie – symbolu odwagi, intelektu i naukowej niezależności. To właśnie takie inicjatywy udowadniają, że wielkie umysły żyją wiecznie. Zarówno w muzeach, jak i w przestrzeniach, w których codziennie się poruszamy.

eprasa.pl d94a2fd4b4



W DUSZY GRA

– BEETHOVEN ŻYŁ W SWOIM ŚWIECIE, A JEDNOCZEŚNIE KOMPONOWAŁ, CO CHCIAŁ. FASCYNUJE MNIE TO – MÓWI O WIEDEŃSKIM KLASYKU ANDRZEJ GIZA, DYREKTOR WIELKANOCNEGO FESTIWALU LUDWIGA VAN BEETHOVENA, KTÓREGO 30. EDYCJA ROZPOCZNIE SIĘ JUŻ 22 MARCA.

rozmawia MAJA CHITRO

eprasa.pl d94a2fd4b4

Masz swój ulubiony utwór Beethovena?
ANDRZEJ GIZA: Mam ich wiele, choćby V i VII symfonię. Ale Beethoven fascynuje mnie nie tylko pod kątem muzycznym, lecz także plastycznym. Od samego początku istnienia Wielkanocnego Festiwalu Ludwiga van Beethovena, a więc od 30 lat, zajmuję się jego komunikacją. Udało mi się w tym czasie namówić grupę jednych z najwybitniejszych polskich współczesnych twórców sztuk wizualnych do współpracy w ramach Galerii Plakatu Festiwalowego. Większość z nich to melomani, tym większą przyjemność sprawiają wspólne rozmowy na temat sposobu pokazywania Beethovena na plakatach. Wiedeński kompozytor był w ogóle fenomenalnym bytem – człowiekiem, którego chętnie bym poznał. Ustawiał się wbrew wszystkim układom salonowym panującym na początku XIX wieku. Sam wybierał swoich zleceniodawców muzyki, był partnerem dla zamawiających – trzeba wiedzieć, że kompozytorzy w tym czasie funkcjonowali w zasadzie wyłącznie dzięki zamówieniom. A on? Komponował, co chciał, w przeciwieństwie do wielu innych. Poza tym Beethoven często pojawia się w moim życiu. W 2006 roku miałem zaszczyt odpowiadać za polską premierę filmu Agnieszki Holland „Kopia mistrza". W oczach reżyserki Beethoven wiódł życie niestandardowe, a jednocześnie miał potrzebę dzielenia się tym, co mu w duszy gra.

A za co cenisz muzykę klasyczną?

To odskocznia od rzeczywistości. Często chodzę na koncerty sam, szczególnie kiedy jestem w delegacjach poza Polską. Kupuję wtedy bilet do filharmonii czy opery, często nie patrząc nawet na program. Chcę się po prostu przenieść do innego świata. I tym jest dla mnie muzyka klasyczna – innym światem.

Na co dzień też słuchasz klasyki?

W samochodzie, prowadząc auto, wolę być na bieżąco z polityką, więc są to raczej stacje radiowe, podcasty.

A w jaki sposób dziś słucha się tzw. muzyki poważnej? Przy Wielkanocnym Festiwalu Ludwiga van Beethovena pracujesz od 30 lat, a więc od początku jego istnienia. Musiałeś w tym czasie zaobserwować jakieś zmiany. Najświeższe badania słuchalności mówią o tym, że generacja Z jest o wiele bliżej klasyki niż milenialsi.

Myślę, że jako społeczeństwo jesteśmy w tym interesującym punkcie, w którym obserwujemy dojrzewanie generacji funkcjonującej obok tej, która dorastała pod koniec poprzedniego stulecia i pamięta jeszcze czasy komunizmu. Przedstawiciele generacji Z, odkąd pamiętają, mogli jeździć bez przeszkód po świecie, mają międzynarodowe grono przyjaciół, szukają możliwości samorozwoju, są grupą aspirującą. Wybierają takie miejsca, w których warto być, na które jest moda. A dziś panuje moda na sale koncertowe, opery. Generacja Z jednocześnie ceni swój wolny czas i dokonuje świadomych wyborów – czyta więc o utworach przed pójściem do filharmonii, o ich kontekstach. Dlatego w naszej festiwalowej gazecie „Beethoven Magazine", nad którą pracujemy z Anną Dębowską, podprowadzamy publiczność, zachęcamy do otwarcia się na muzykę klasyczną, posługując się przystępną formą i językiem.

Skoro o młodości – festiwal zainicjowany przez panią Elżbietę Pendereckę jest z jednej strony wciąż młody, bo 30-letni. Z drugiej – są to aż trzy dekady, a więc wiek całkiem słuszny. Jak skrzyżowały się drogi pani Pendereckiej i Twoja? Od czego się zaczęło?

Jako student historii sztuki Uniwersytetu Jagiellońskiego pracowałem w dwóch redakcjach – radiowej i popołudniowego dziennika „Echo Krakowa", w którym w sekcji kultury opisywałem portrety. Rozmawiałem m.in. z Violettą Villas, Czesławem Niemenem, którego zresztą – żeby rozwiać napięcie na początku wywiadu – zapytałem, czy zawsze chodzi w dwóch różnych skarpetkach. Szybko zrozumiałem, że takie pytania ciekawie otwierają rozmowę. Oprócz gwiazd pop miałem też okazję rozmawiać z prof. Jackiem Purchlą, ówczesnym dyrektorem Międzynarodowego Centrum Kultury, który opowiedział mi o planach, by Kraków starał się o tytuł Europejskiej Stolicy Kultury 2000. Zbiegło się to w czasie z moim wyjazdem do Nowego Jorku, na półroczną asystenturę do architekta, który zapraszał do siebie osoby z różnych kręgów kulturalnych. Spojrzenie z dystansu, a także nowojorskie doświadczenie pomogły mi podjąć decyzję, że chcę brać czynny udział w projektach kulturalnych. Po powrocie kilkanaście razy umawiałem się na rozmowę wstępną do Biura Festiwalowego Kraków 2000. W końcu się udało, zostałem wolontariuszem, a na próbę zlecono mi przygotowanie kilku strategii. Wkrótce okazało się, że pani Penderecka – wówczas szefowa rady programowej – poszukuje osoby z Biura Festiwalowego, która przygotuje założenia do promocji Roku Krzysztofa Pendereckiego, który miał przypaść na 1998. Z panią Penderecką od razu złapaliśmy dobry kontakt. I tak się zaczęło. Powstał festiwal, którego program artystyczny układała pani Elżbieta. W 2004 roku przenieśliśmy go z Krakowa do Warszawy. Musiałem podjąć wówczas decyzję, czy dalej chcę pracować w bezpiecznym biurze festiwalowym w strukturach miejskich, czy wspólnie z panią Penderecką i grupą osób budujemy organizację pozarządową – stowarzyszenie, które będzie się samo finansowało.

Festiwal był pomysłem zmarłej w ubiegłym roku pani Pendereckiej. Jej duch na stałe pozostał jego częścią. Jakie postawiliście sobie cele i jakie Ty stawiasz dziś?

O wizji festiwalu rozmawialiśmy z panią Elżbietą bardzo często. Pierwsze założenia programowe powstawały z prof. Mieczysławem Tomaszewskim, jednym z najwybitniejszych specjalistów od Chopina. Celem było skierowanie festiwalu do publiczności aspirującej. Dziś wracam z przyjemnością ➤

Zdjęcie: grafika autorstwa Marcina Maciejowskiego

eprasa.pl d94a2fd4b4

do tych założeń, mam konkretną wizję rozwoju wydarzenia. I zawsze pamiętam o tym, że jest to festiwal pani Pendereckiej, który ma promować młodych twórców. Poza tym chciałbym jeszcze większej dostępności programowej dla publiczności.

To, co zwraca moją uwagę, to tematy festiwalowe – np. „Beethoven. Muzyka i literatura" albo „Beethoven i jego Wiedeń". Temat tegoroczny to „Beethoven. Przełom klasycyzmu i romantyzmu".

Gdy festiwal urodził się pod koniec lat 90. XX wieku, był jedynym tego typu wydarzeniem festiwalowym w Polsce, które zostało zbudowane wokół tematu przewodniego. Beethoven miał być kontrastowany z jakimś zagadnieniem. W tym roku, z okazji jubileuszu, celebrujemy Beethovena jedną nogą stojącego w klasycyzmie, drugą już w romantyzmie.

Na co czekasz najbardziej podczas tej 30. edycji?

Jako że chciałbym, by na festiwalu częściej występowały dyrygentki, w tym roku koncert inauguracyjny – IX symfonię Beethovena – poprowadzi Marzena Diakun, która od sezonu 2026/2027 obejmuje stanowisko głównego dyrygenta Staatsorchester Rheinische Philharmonie w Koblencji i której udało się jakimś cudem przesunąć próby w Tonhalle w Zurychu. To jedna z niewielu zmian programowych wprowadzonych przeze mnie w tym roku, bo w 90 proc. to program przygotowany przez panią Penderecką. Na zakończenie usłyszymy „Pasję według św. Łukasza" Krzysztofa Pendereckiego, która zrobiła ogromny ferwor w świecie artystycznym po premierze w 1966 roku. Była bardzo ważnym utworem dla kompozytora. Coś, co nas wyróżnia, to cykl mało znanych lub rzadko wykonywanych oper, który od lat przygotowuje dla nas maestro Łukasz Borowicz. Czekam tak naprawdę na każdy koncert.



DR ANDRZEJ GIZA
Historyk sztuki, prezes zarządu Stowarzyszenia im. Ludwiga van Beethovena oraz dyrektor generalny Wielkanocnego Festiwalu Ludwiga van Beethovena. Odznaczony Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Przygotowanie takiego festiwalu to duży stres?

Duży, nie ma co oszukiwać, że jest inaczej. Jestem w tym projekcie od trzech dekad, ale zdarza się, że wciąż, podczas zagranicznych spotkań z najważniejszymi agencjami muzycznymi na świecie, muszę budować wszystko od nowa. Świat muzyki klasycznej jest trudny – żeby się do niego dostać, trzeba mieć aprobatę liderów, wielkich artystów, agencji, dyrektorów orkiestr. Jakość festiwalu sygnują artyści, którzy na nim występują, a tych rezerwuje się kilka lat do przodu, takie są terminy. Tym bardziej, że świat muzyki w ostatnim czasie coraz chętniej przenosi się do Azji. I układanka komplikuje się dodatkowo ze względu na kolejny kontynent i różnice czasu.

Wy jako Stowarzyszenie im. Ludwiga van Beethovena organizujecie nie tylko festiwal beethovenowski, lecz także promujecie młodych artystów na świecie, m.in. podczas Festiwalu Kultury Polskiej w Chinach. Co jest siłą polskich muzyków w starciach na światowych scenach?

Krzysztof Penderecki przez dziesiątki lat podróżował po Chinach, współpracował z największymi chińskimi zespołami, dawał kursy mistrzowskie i pamięć o artyście jest tam wciąż żywa. Publiczność na miejscu dopisuje, bo zainteresowanie wysoką kulturą jest tam ogromne. Promowanie młodych artystów jest inwestycją w promocję i popularyzację polskiej muzyki, bo Azja Wschodnia jest ciekawa i głodna europejskich artystów. To wspaniała publiczność, a i sami muzycy, którzy odnoszą sukcesy międzynarodowe – wystarczy przyjrzeć się temu, ilu chińskich pianistów zakwalifikowało się do Konkursu Chopinowskiego. W Chinach żyje 300 milionów osób, które grają na instrumentach muzycznych...

Na ile festiwale w ogóle mogą dziś realnie kształtować gust muzyczny społeczeństwa?

Mogą podtrzymywać mody, a także edukować, a więc wskazywać nowe kompozycje, nowych twórców wartych uwagi, nowe interpretacje dawno niewykonywanych prac.

A gdybyś miał wymarzyć sobie artystę, którego chciałbyś zobaczyć na scenie festiwalowej?

Jeśli odpowiedziałbym ci na to pytanie, to pewnie marzenie by się nie spełniło. A marzeń mam sporo i chcę je realizować. Liczę, że w krótkim czasie, a w muzyce klasycznej jest to okres około pięciu lat, uda nam się zapraszać na festiwal największych, najbardziej pożądanych artystów na świecie. Rozwijamy stronę internetową, która będzie funkcjonować przez cały rok, odświeżamy social media. Jestem wykładowcą akademickim i na co dzień podczas zajęć z zarządzania kulturą prowadzę z młodymi ludźmi inspirujące rozmowy, pozwalające mi wyrobić sobie zdanie na różnego rodzaju kwestie związane z pozycjonowaniem muzyki klasycznej. Stąd m.in. w programie organizowanym z Centrum Kultury Koreańskiej koncert uczestników Konkursu Chopinowskiego, braci Hyo i Hyuka Lee, obserwowanych przez tysiące młodych miłośników muzyki. Zaczyna się nowy rozdział, kontynuacja dzieła pani Pendereckiej, a także odpowiadanie na potrzeby świata i budowanie nowego. Nie boję się wyzwań. ●

Zdjęcie: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



ORGANIZACJA
Stowarzyszenie im. Ludwiga van Beethovena
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Narodowy Instytut Muzyki i Tańca
Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury w ramach programu „Muzyka", realizowanego przez Instytut Muzyki i Tańca
projekt współfinansuje miasto stołeczne Warszawa
PARTNER GŁÓWNY
LOTTO
MECENAS
ORLEN
PARTNER
City
poleca ELLE

eprasa.pl d94a2fd4b4



Wiolonczelistka

DOBRAWA CZOCHER TWIERDZI, ŻE SPOKÓJ TO NAJWIĘKSZY LUKSUS, O JAKI WARTO ZABIEGAĆ. WIE, CO MÓWI. JEST PERFEKCJONISTKĄ, WYKSZTAŁCONĄ KLASYCZNIE. A TAKŻE WIOLONCZELISTKĄ POSZUKUJĄCĄ: OD AMBIENTU PO TEATR I OPERĘ. W KAŻDYM ZE SWOICH WCIELEŃ JEST CZUŁA. TAK JAK CZUŁE SĄ JEJ STRUNY.

rozmawia MAJA CHITRO

Muzyka ma potężną moc oddziaływania, docierania do odbiorcy głębiej niż na poziomie świadomym. Kreuje atmosferę, która może wprowadzać w różne stany i emocjonalne przeżycia, a tym samym skłaniać do refleksji – mówi Dobrawa Czocher. To jedna z najważniejszych i najczulszych polskich wiolonczelistek, którą za granicą można usłyszeć równie często jak w Polsce. Przyglądając się jej na scenie, człowiek zatapia się w muzyce razem z nią. To estrada. A prywatnie? – Nie ma we mnie już ani krzty poczucia, że to, jak gram na wiolonczeli, definiuje mnie jako osobę. Nie porównuję się z innymi wykonawcami. Ale droga do zrozumienia tego była długa.

Dobrawa zaczęła klasycznie – jako siedmiolatka w szkole muzycznej w rodzinnym Tczewie, potem w Gdańsku. Następnie była Warszawa i studia na Uniwersytecie Muzycznym Fryderyka Chopina. Wiolonczela jest jednym z najbardziej sensualnych instrumentów. Na scenach filharmonii hipnotyzuje słuchaczy, ale Czocher od początku czuła, że na wygrywaniu słynnych „Łabędzia" Saint-Saënsa, suit Bacha czy sonat Beethovena się nie skończy. Ciągnęło ją w stronę eksperymentu, ambientu. Jeszcze w szkole średniej poznała pianistkę Hanię Rani, z którą szybko zaczęły razem występować. Ich wspólne poszukiwania zmaterializowały się fizycznie po raz pierwszy na albumie „Biała flaga" z aranżacjami utworów Grzegorza Ciechowskiego. W międzyczasie pracowała na etacie w orkiestrze. Sześć lat później, w 2021 roku, wydały kolejny krążek, „Inner Symphonies", i to pod szyldem legendarnej wytwórni Deutsche Grammophon. Punktem wyjścia było dla nich pytanie: „Czym w ogóle jest muzyka?". A gdy o muzykę pytam Dobrawę dziś, odpowiada: – Choć to abstrakcyjna materia, można zbudować ją tak, by poruszała pewne określone emocje. Przykładem jest muzyka filmowa, która często na podświadomym poziomie kieruje odbiorcę ku pewnym doznaniom. Jednocześnie to wszystko odbywa się na zasadzie wrażeniowości, bo tam, gdzie nie ma słowa, możemy jedynie opierać się na własnych odczuciach i interpretacjach. To właściwość muzyki instrumentalnej, którą szczerze uwielbiam.

Czułość Dobrawy słychać wyraźnie na pierwszym solowym albumie z 2023 roku. „Dreamscapes" ucieka pędzącemu światu, istnieje jakby wbrew niemu. Za to mocno działa na podświadomość, eksploruje ją. – W mojej muzyce słychać to, kim jestem i co mnie zajmuje – tłumaczy Czocher. – I choć tematów jest wiele, zmieniają się w zależności od projektu, nad którym pracuję, czy miejsca, w którym jestem w życiu, to nadrzędnym lejtmotywem wybrzmiewającym w mojej twórczości jest szeroko rozumiana duchowość i potrzeba kontaktu człowieka z transcendencją, metafizyką. Fascynuje mnie, ile odkryliśmy i ile nadal pozostało nam do odkrycia. I to, że choć żyjemy na tej samej planecie, myślimy o świecie zupełnie inaczej – dodaje. Osobisty margines rozumienia rzeczywistości zostawia słuchaczom w swoich onirycznych pejzażach dźwiękowych. A te malują się w różnych odsłonach.

W 2024 roku Dobrawa napisała muzykę do opery „D'Arc" w reż. Krystiana Lady, w której zadebiutowała też jako aktorka. Rok później grała muzykę na żywo w Holandii, w spektaklu „Graan/Zerno". Czy praca nad muzyką teatralną i operową mocno różni się od pracy nad albumem? – Spektakl to budowanie wyobrażonego świata od podstaw, muzyka go dopełnia. W teatrze pracujemy na podświadomości, czasem jej nawet nie zauważamy – mówi artystka. – Podążamy za historią, a muzyka buduje napięcie bądź odwrotnie, kreuje stagnację czy pozwala na oddech. W przypadku „D'Arc" miałam skomponować utwór solowy na wiolonczelę, bo postać, w którą się wcielałam, była wiolonczelistką. Ważne było dla mnie stworzenie dla niej dzieła, które zobrazowałoby targające nią uczucia. Myślałam o konkretnych emocjach i czasie, w którym żyła, ponieważ sztuka poruszała temat powstania warszawskiego. Moja bohaterka miała wielkie ideały i marzenia, ale rzeczywistość brutalnie ją łamała. Jeśli chodzi o „Graan/Zerno", poproszono mnie o stworzenie muzyki, którą będę przez cały spektakl wykonywać na żywo. Ponieważ na scenie znajdowały się trzy postacie, które praktycznie nieustająco z sobą rozmawiały, musiałam znaleźć sposób, by swoją obecnością im nie przeszkadzać, tylko pomagać. To największa frajda komponowania muzyki do spektakli, każdy jest inny i wymaga ode mnie innej gimnastyki intelektualnej.

Doświadczenia te stały się swego rodzaju przełamaniem schematu, do której muzyczka była przyzwyczajona. Kontrola każdego ruchu. Dyscyplina. Perfekcjonizm. – To była dotąd moja codzienność – opowiada. – Wyrażenie czegoś za pomocą innej dziedziny sztuki, w tym wypadku aktorskiej, pokazało mi, że gdzieś po drodze, zdobywając kolejne cele jako wiolonczelistka, zagubiłam to, o co w sztuce chodzi – pełną obecność. Muzycy klasyczni są wychowani w kulcie perfekcjonizmu. A ja dałam sobie przyzwolenie na bycie nieidealną. Pomogło to w czerpaniu radości z bycia na scenie.

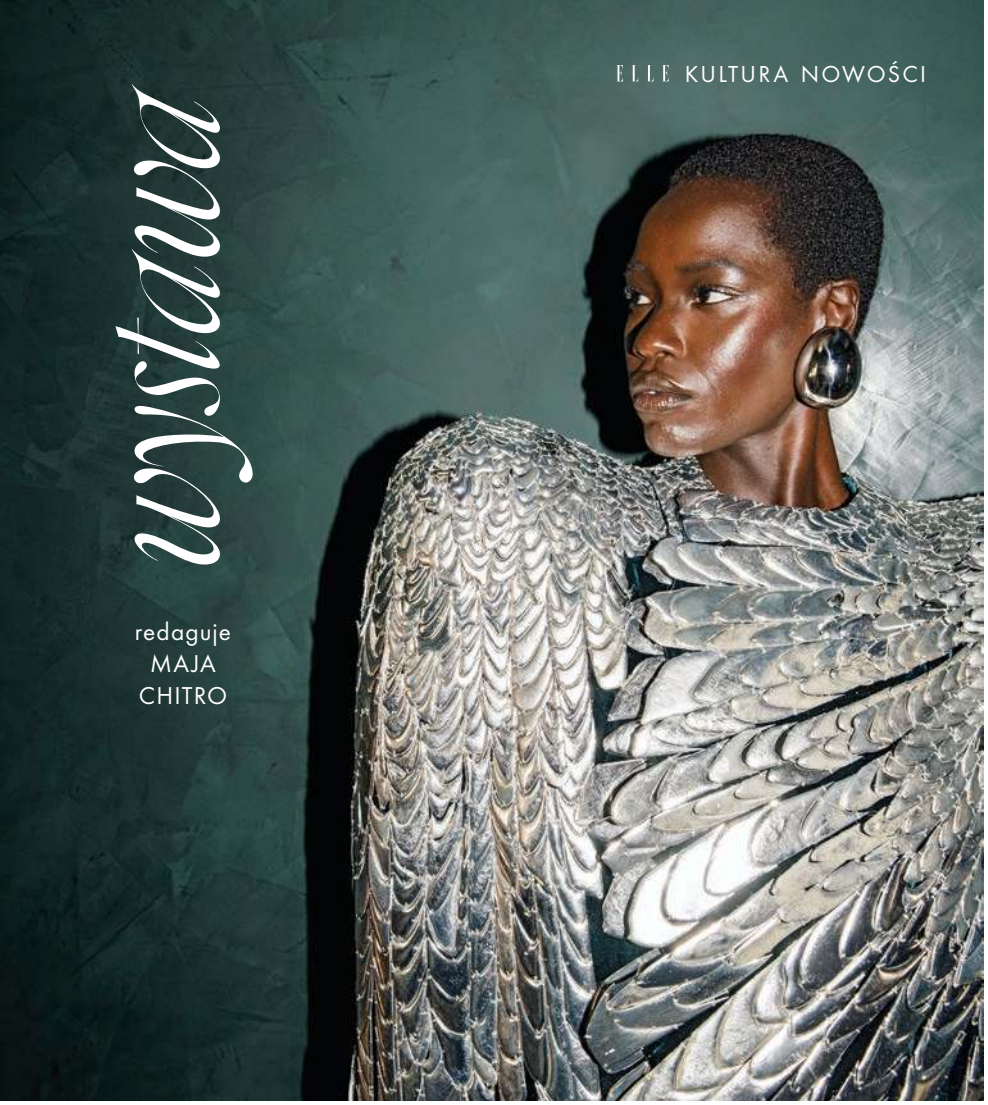
W marcu nakładem brytyjskiej wytwórni FatCat/130701 ukaże się najnowszy album Dobrawy, „State of Matter". – Inspiracją była woda, którą przez cały rok obserwowałam przez okno mieszkania w Sopocie. W sensie fizycznym, z jej strukturą, kolorami, zapachem. A także metaforycznie, jako asumpt do tego, by zastanowić się: „Co znajduje się po drugiej stronie?". Skąd mamy potrzebę zadawania takich pytań? „State of Matter" to podróż na drugą stronę, przez morze. To, czy odnajdziemy tam skarb, to sprawa drugorzędna, bo samo doświadczenie wyruszenia w nieznane wzbogaca nas najbardziej – mówi Dobrawa. A co dziś ją wzbogaca? – Moja kreatywna część osobowości jest obecnie syta. To zmiana postrzegania, która przyniosła w moim życiu spokój, a spokój to chyba w ogóle największy luksus, o jaki warto zabiegać.

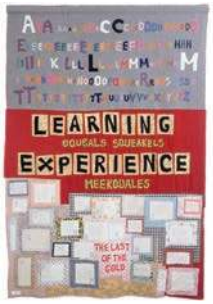
Zdjęcie: Barbara Liro

eprasa.pl d94a2fd4b4

wystawa

redaguje MAJA CHITRO





PROSTO Z ŁÓŻKA

Cztery dekady bezkompromisowej, konfesyjnej praktyki – od ikonicznych prac z lat 90. po nowe realizacje – podkreślają korzenie Tracey Emin, wywodzącej się z ruchu Young British Artists, w swojej sztuce łączącej autobiografię, cielesność i emocjonalną szczerość. To jedna z najważniejszych wystaw roku.

TRACEY EMIN. A SECOND LIFE
Tate Modern, Londyn, do 31.08

JEJ WYSOKOŚĆ ELSA

Według **ELSY SCHIAPARELLI** w modzie nigdy nie chodziło o trendy, ale *podkreślenie osobowości* i wzbudzanie zazdrości w innych kobietach. Jej wyobraźnią zachwycał się Picasso, przyjaźnią darzył Dalí, czas z przyjemnością spędzał Cocteau. Poświęcona Elsie londyńska retrospektywa pokaże, jak moda stała się polem prowokacji, żartu i artystycznego buntu wobec konwenansów XX i XXI wieku.

SCHIAPARELLI: FASHION BECOMES ART
Victoria & Albert Museum, Londyn, 21.03–1.11

muzyka

MELANCHOLIA

Jej albumy studyjne skupiają się na sennych marach czy istnieniu między jawą a letargiem. Oniryczne dźwięki zawieszone między neoklasyką, popem i subtelną elektroniką to znak rozpoznawczy Dunki, Agnes Obel. Artystka znana z hipnotycznej i kameralnej atmosfery występów wraca do Polski już latem.

AGNES OBEL
Opera Leśna, Sopot, 29.07



PŁYTA MIESIĄCA

Słyszę dzwonek roweru. Mam zamknięte oczy, nieopodal skrzypią drzwi baru. Niczym harmonijka. Raz są donośne, po chwili słabną. Dziecięco obłe dźwięki cymbałów przypominają znaną z czasów zaprzeszłych melodię auta rozwożącego lody. Jest gorąco... Mijają cztery minuty. Właśnie skończył się utwór „Warmy Dreamer" z albumu „Before Sunset", ja uświadamiam sobie, że zamiast w miasteczku na prowincji Japonii siedzę w Warszawie, a na zewnątrz rekordowe mrozy. Płyta, która ukazała się nakładem polskiej wytwórni, to wynik współpracy performera i twórcy instalacji dźwiękowych Asuny Arashiego i ambientowego weterana, Yosushiego Yamashity. Zaleca się na oderwanie od codzienności.

BEFORE SUNSET, STREET CORNER, CAFE FABRE
Yosushi Yamashita & Asuna, Kanu Kanu Recordings

Moda i popkultura z odrobiną surrealizmu, czyli czerwone chodaki-klocki – wynik współpracy **LEGO X CROCS** 630 zł



Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ

WYSTĘPUJĄ Bartłomiej Deklewa Izabella Dudziak Tymoteusz Rożynek Karolina Rzepa
SCENARIUSZ Emi Buchwald Karol Marczak REŻYSERIA Emi Buchwald
ZDJĘCIA Tomasz Gajewski MONTAŻ Anna Łuka SCENOGRAFIA Ewa Mroczkowska
Zofia Wilczkowska KOSTIUMY Hanka Podraza CHARAKTERYZACJA Kenaya Huanca-Villan
Kornel Kowalski DŹWIĘK Aleksandra Landsmann MUZYKA Katarzyna Gawlik
Jerzy Rogiewicz

KIEROWNICTWO PRODUKCJI Patrycja Kycia PRODUCENTKA
KREATYWNA Katarzyna Malinowska PRODUCENCI Jerzy Kapuściński
Magdalena Tomanek PRODUKCJA Studio Munka - Stowarzyszenie
Filmowców Polskich KOPRODUKCJA CANAL+ Polska S.A. Mazowiecki
i Warszawski Fundusz Filmowy Fireplace Fixafilm Dreamsound
WSPÓŁFINANSOWANIE Polski Instytut Sztuki Filmowej

FILM EMI BUCHWALD

50. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
NAGRODA DZIENNIKARZY I DZIENNIKAREK
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ
KONKURS GŁÓWNY

50. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
REŻYSERIA
EMI BUCHWALD
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ
KONKURS GŁÓWNY

50. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
DRUGOPLANOWA ROLA KOBIECA
KAROLINA RZEPA
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ
KONKURS GŁÓWNY

50. FESTIWAL POLSKICH FILMÓW FABULARNYCH
ZŁOTY PAZUR
NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ

„Odważny, pełen czułości”
Culture.pl, Bartosz Staszczyszyn



OD 13 MARCA TYLKO W KINACH

STUDIO MUNKA · Stowarzyszenie Filmowców Polskich · SZEŚĆDZIESIĄT MINUT · CANAL+ · MAZOWIECKI INSTYTUT KULTURY · MWFF · MAZOWIECKI WARSZAWSKI FUNDUSZ FILMOWY · Mazowsze. · Warszawa · FIREPLACE · FIXAFILM · DREAMSOUND · FILMOWY INSTYTUT SZTUKI FILMOWEJ · KINOŚWIAT

Trójka · K MAG · ELLE · onet · newonce · FILMWEB · stowarzyszenie kin studyjnych · patronat honorowy Prezydenta miasta stołecznego Warszawy

eprasa.pl d94a2fd4b4



film

KIERUNEK POŁUDNIE

Brazylia lat 70. Dyktatura wojskowa rządzi krajem za pomocą terroru, korupcji i miejskich legend. *Marcelo* (genialny **WAGNER MOURA**) nie jest rewolucjonistą ani opozycjonistą, lecz *solidnym naukowcem* wciągniętym w konflikt z ministrem, który chce przejąć jego odkrycia dla prywatnych interesów. Wkrótce polityk zleca *likwidację mężczyzny*. To film o zwyczajnym człowieku próbującym przetrwać w systemie mającym ludzkie życie za nic.

TAJNY AGENT
reż. Kleber Mendonça Filho, od 27.03



KĘDY DO ADAMCZYCHY?

Łatwego życia Jan Paweł Adamczewski nie ma. W drugiej połowie roku grany przez Bartłomieja Topę sarmata trafi w sam środek wielkiej polityki i rodzinnych konfliktów. Nowe odcinki serialu „1670" mają pokazać walkę o utracony status, bunt chłopów i intrygi na królewskim dworze. Kłody pod nogami biedaczyska się mnożą, a przecież to „swój chłop"...

1670 *Netflix*



Ukraińska marka, która przez etnograficzne badania i współpracę z rzemieślnikami tworzy współczesne przedmioty inspirowane folklorem, wykorzystując m.in. ceramikę, haft i ręcznie dmuchane szkło **GUNIA PROJECT** 510 zł



SPŁOWIAŁY OBRAZ KOBIETY

Nielinearna opowieść o czterech dziewczynach z różnych dekad, których losy splatają się w jednej przestrzeni farmy, gdzie pamięć i trauma osiadają w ciałach, dźwiękach i codziennych gestach. Film buduje zmysłową mozaikę dorastania naznaczonego przemocą, wstydem i powracającymi wzorcami, oddając głos kobietom przez pokolenia skazanym na milczenie.

WPATRUJĄC SIĘ W SŁOŃCE
reż. Mascha Schilinski, od 6.03



DOKUMENTALNIE

Jej artystyczna droga zaczęła się na dobre w musicalu „Metro", a przełom przyniosło historyczne drugie miejsce na Eurowizji. Teraz powstaje dwuczęściowy film dokumentalny o Edycie Górniak. Produkcja ma odsłonić kulisy kariery artystki, pokazując cenę sławy, trudne wybory i momenty, które ukształtowały jej życie na scenie i poza nią.

EDYTA GÓRNIAK
SkyShowtime



NIE MA

Nie taki straszny ten Dusiołek, jak go malują. Szczególnie w baśniowo realnej opowieści o rodzeństwie, lękach trapiących młodych ludzi, pękających rodzinnych więziach i próbie zrozumienia tego, co dzieje się wokół. Skupienie na emocjach najwyższej próby i zasłużona nagroda w Gdyni.

NIE MA DUCHÓW W MIESZKANIU NA DOBREJ *reż. Emi Buchwald, od 13.03*

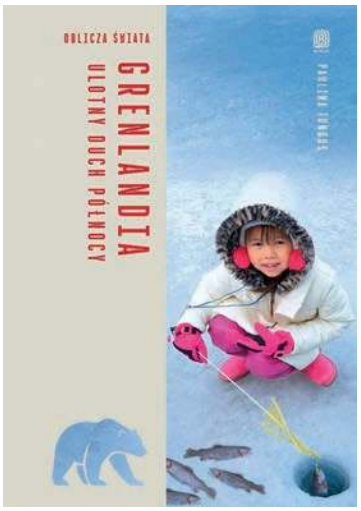
Zdjęcia: Julia Kaczorowska, Krzysztof Wiktor/Netflix, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4


ale! KEN
ale!KEN łączy rytm Warszawy z naturą.
Ursynów. Bezpośrednio przy stacji metra Imielin.
GH DEVELOPMENT POLSKA
+48 572 836 056
+48 572 634 450
aleken.pl

ELLE BOOK CLUB

tekst MAJA CHITRO



KSIĄŻKA MIESIĄCA

Przyszło nam żyć w czasach niespokojnych, gdy wzmożone zainteresowanie mocarstw (szczególnie przywódców) autonomicznymi krajami może skończyć się kolejnym globalnym konfliktem. Jednym z punktów zapalnych stała się Grenlandia, wyspa o bogatej inuickiej kulturze, strategicznym położeniu, do tego pełna – co najbardziej wabiące dla obcych polityków – rzadkich złóż naturalnych. O wadze tej ziemi pisze Paulina Tondos, przypominając, że pierwsze pomysły Amerykanów, by kupić Grenlandię, sięgają już XIX wieku, choć wtedy jeszcze Kongres uznawał je za niedorzeczne... To krótka, bo niespełna 200-stronicowa przeprawa przez historię wyspy, jej makabryczne legendy, dziedzictwo Inuitów, nastawienie wobec Duńczyków, sytuację młodych i praktyczne informacje, jak te, że imigranci stanowią 4,3 proc. ludności i najwięcej znajdziemy tu przybyszów z Filipin, Tajlandii i... Polski. Zakończenie jest otwarte, bo przecież historia wyspy może się zmienić w mgnieniu oka. Warto wiedzieć dlaczego.

GRENLANDIA. ULOTNY DUCH PÓŁNOCY
Paulina Tondos, Bezdroża









Niewydany dotąd w Polsce debiut Erpenbeck czyta się dziś jak zapowiedź całej jej twórczości: chłodna opowieść o mówiącej niewiele dziewczynie bez przeszłości. Dostajemy studium przetrwania, milczenia, podporządkowania i pragnienia zniknięcia z pola widzenia. Powojenna rzeczywistość tylko wzmacnia pytanie o tożsamość, której bohaterka nie chce odnaleźć, a którą inni próbują jej narzucić, co zresztą przeżyła realna postać, francuska filozofka Sarah Kofman. Niepokojąca proza o pamięci i o tym, jak wiele człowiek potrafi unieść.

OPOWIEŚĆ O STARYM DZIECKU
Jenny Erpenbeck, Znak Literanova

„Jaś i Małgosia", „Muzykanci z Bremy"... Kogo w dzieciństwie nie raczono baśniami braci Grimm? Dopiero z wiekiem zaczyna się dostrzegać makabrę ukrytą pod skórką – przypominamy sobie o obciętych palcach i tryskającej z nich krwi w „Kopciuszku" czy paleniu bohaterów żywcem. Kim więc byli ich mroczni autorzy? To wyjaśnia biografia panów Grimm autorstwa Ann Schmiesing. Bracia – uczeni (jeden odkrył prawa zmian głosek, a razem napisali gigantyczny słownik) – traktowali baśnie niczym materiał odzwierciedlający społeczne lęki, a także szansę na niemiecką wspólnotę. Arcyciekawa podróż przez epoki i dalekie od baśni życiorysy.

BRACIA GRIMM. BIOGRAFIA
Ann Schmiesing, Wydawnictwo Poznańskie

Jako wielbicielka koreańskiego kina i K-dram czekałam na tę powieść, mimo że za czytanie romansów biorę się rzadko. Pisarka Lee Do-Woo prowadzi powolną narrację o Hae-Won, zmęczonej Seulem młodej kobiecie, która wraca do miasteczka, do domu rodzinnego od zawsze prowadzonego przez kobiety. Szybko trafia tam na księgarnię swojego dawnego znajomego ze szkoły, Un-sopa. I już wiadomo, że miłość odnajduje nas nawet w beznadziei i zostaje, mimo że nie wiemy, jak nazwać uczucie. Jest tu samotność, przebaczenie, zupełnie inne podejście do wyrażania uczuć, niż przyzwyczaiła nas kultura zachodnia, i dużo czułości. To historia o powrocie do siebie możliwym dopiero wtedy, gdy ktoś ma odwagę poczekać i nie zmusza do natychmiastowego szczęścia.

SPOTKAJMY SIĘ, KIEDY BĘDZIE ŁADNA POGODA
Lee Do-Woo, W.A.B.

Pytanie podstawowe: udało ci się kiedykolwiek spotkać zrelaksowaną kobietę? Hobbs przygląda się kobietom żyjącym w napięciu i ciągłym poczuciu bycia niewystarczającymi, łącząc wiedzę psychologiczną z doświadczeniami pacjentek, pokazuje, że odpoczynek jest podstawą zdrowia, a nie nagrodą za produktywność. To ważna książka o odzyskiwaniu łagodności wobec siebie i budowaniu życia opartego na własnych potrzebach. Lektura obowiązkowa!

KOBIETA ZRELAKSOWANA
Nicola Jane Hobbs, PWN

Jak plotkowali na swój temat kompozytorzy? Jaki jest kolor muzyki i co dzieje się z naszym ciałem, gdy doświadczamy synestezji? Jak to możliwe, że podczas koncertu w La Scali dyrygentowi Muhaiowi Tangowi spadły spodnie? Jakie były inne muzyczne katastrofy? Fantastyczny alternatywny przewodnik po muzyce klasycznej i pop.

ORKIESTRA SZALEŃCA
Edward Brooke-Hitching, Rebis



Podpórka do książki niczym szklana rzeźba porządkująca półkę i przyciągająca wzrok **REFLECTIONS COPENHAGEN** 1912 zł

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



© 2026 SkyShowtime Limited. All rights reserved.

SKYSHOWTIME

od **24,99 zł** miesięcznie

Subskrypcja odnawia się automatycznie co miesiąc, chyba że ją anulujesz. Obowiązuje regulamin.

eprasa.pl d94a2fd4b4

Rozmowy kontrolowane

GRA W TEATRZE I FILMIE. PISZE SCENARIUSZE. REŻYSERUJE. KATARZYNA WARNKE TO JEDNA Z NAJODWAŻNIEJSZYCH KOBIET W POLSKIM KINIE. POD PRĄD, ZAWSZE NA SWOICH WARUNKACH.

ilustracja MARTYNA BERGER rozmawia HANNA LIS

Dziś to już nasze drugie podejście. Umówiłyśmy się na rozmowę w zatłoczonej knajpie. A że warunki dźwiękowe unicestwiły nagrywanie, to sobie pojadłyśmy i przez dwie godziny gadałyśmy o życiu. Teraz, na kanapie, kontynuujemy. Ty lubisz rozmawiać, prawda?

KATARZYNA WARNKE: Rozmowa, bycie z drugim człowiekiem jeden na jeden, są tak ożywcze, jakbym się podłączyła do ładowarki. Nie ma innego sposobu na to, żeby mieć prawdziwą relację ze światem. Jeżeli trafię na kogoś, kto nie boi się bliskości, kontaktu, wejścia głębiej, rozmowa staje się życiowym afrodyzjakiem.

Ludzie coraz mniej rozmawiają.

Dużo o tym ostatnio myślę, bo w jednym z warszawskich teatrów reżyseruję spektakl, w którym pojawia się mocny element AI. Zastanawiam się, dlaczego tak łatwo topimy się w sztucznej inteligencji, zatracamy w czatach, które potrafią dzieci doprowadzić do samobójstwa? Dlaczego tak łatwo jest nas wciągnąć w tę matnię, która sprawia, że mimo wszystko stajemy się coraz bardziej samotni? Moja odpowiedź jest taka, że drugi człowiek, choć nie jest łatwy i bywa przeszkodą, pozostaje jedyną szansą na rozwój. Ja i ty jesteśmy inne i już to samo w sobie jest wyzwaniem. Nie przewidzisz, co mogłabym zrobić, ani ja nie przewidzę twojej reakcji na to. I te wszystkie niewiadome, zagadki są integralną częścią międzyludzkich relacji. Uczymy się samych siebie w kontakcie z drugim człowiekiem, a że bywają to niełatwe lekcje, często wolimy iść na łatwiznę. Taka już ludzka natura.

Nie wydaję mi się, żeby chodzenie na łatwiznę było częścią Twojej natury.

Dlatego nie używam Chata GPT do niczego, po prostu czuję naturalny wstręt. Wolę przeglądać się w ludzkich oczach. Komunikacja w dobie nowoczesnych technologii jest wbrew pozorom ograniczona. My, ludzie, komunikujemy się przecież nie tylko werbalnie, lecz także zapachem, gestami, dotykiem, ciszą między słowami. To wręcz magiczne. Jestem analogowa na maksa, wolę rozmawiać.

I głośno mówić o sprawach, które dla Ciebie są ważne. Usłyszałam kiedyś od wybitnego reżysera, że aktorki nie powinny mówić własnym tekstem. Seksistowskie, bo wcale nie chodziło mu o improwizację na scenie...

Na scenie zdarzyło mi się raz mówić własnym tekstem. W spektaklu Krystiana Lupy „Factory 2" zaimprowizowałam ogromny monolog. I to było na tyle mocne, że tekst został spisany i wręczony mi na papierze. Krystian powiedział: ➤

Ilustracja: Martyna Berger/@mart.berger_collage, zdjęcie Katarzyny Warnke: Marlena Matuszak, zdjęcie Hanny Lis: Łukasz Bartyzel, stylizacja: Maja Naskręt ska, makijaż: Kasia Biały/Van Dorsen Artists, włosy: Piotr Wasiński/Van Dorsen Artists, produkcja: Urszula Karczmarczyk-Wieczorkowska

eprasa.pl d94a2fd4b4



KATARZYNA WARNKE
Wielokrotnie nagradzana aktorka teatralna i filmowa, znana z psychologicznie złożonych ról oraz zaangażowania w tworzenie własnych projektów.

HANNA LIS
Dziennikarka i prezenterka telewizyjna.

eprasa.pl d94a2fd4b4

„Przygotuj to". Spędziłam długie godziny w ciemnej sali prób, pracując sama z sobą. To było jedno z moich najtrudniejszych wyzwań aktorskich, ale urodziła się piękna scena, o samotności właśnie. Wydać na świat coś, co jest naturalne, bo po prostu wypływa z ciebie, jest najbliżej zdjęcia maski, prawda?

Ale Ty nie masz problemu ze zdjęciem maski. I – nawiązując do uwagi słynnego reżysera – lubisz mówić własnym tekstem swoją prawdę. Ale ona nie zawsze jest wygodna, bywa kontrowersyjna. Mówiłaś otwarcie o tym, że nie planowałaś założyć rodziny, że nie chciałaś karmić piersią. Dostałaś za to łomot?

Zdarzało mi się w relacjach, związkach dostać niezłego sierpowego. Ale w sferze publicznej? Kompletnie tego nie odczuwam. Może dlatego, że od początku mam do niej zdrowy stosunek. Dosyć późno weszłam w tę przestrzeń, więc dużo rzeczy miałam już poukładanych w głowie. Nigdy niczego publicznie nie powiedziałam przypadkowo. Ponoszę jakieś konsekwencje swoich słów, ale nie jest to obciążające, bo czuję w sobie swego rodzaju misję. Nam, kobietom, bardzo wiele nie wypada w porównaniu do mężczyzn...

Zwłaszcza nam, matkom, bo wciąż jak topór wisi nad nami archetyp Matki Polki poświęcającej się i cierpiącej w godnym milczeniu. Sama dostałam łomot po tym, jak uczciwie powiedziałam, że moje ciąże były „z piekła rodem". Obie od początku do końca zagrożone, wykończyły mnie zarówno fizycznie, jak i psychicznie. A o ciąży kobietom wolno mówić albo cudownie, albo wcale. Czasami upominam siebie samą: „Kurczę, nie gadaj tyle, zamknij się".

Wierzę w naszą misję mówienia prawdy o różnych aspektach kobiecości czy macierzyństwa. Przyznawałam się do trudności związanych z byciem w ciąży, w połogu, z życiem z małym dzieckiem, byciem matką. Z przesunięciem swoich potrzeb albo nawet ich odrzuceniem. Tyle kobiet się do mnie odezwało, podchodziły na ulicy. I to były wzruszające spotkania. Skoro jesteśmy publicznie widoczne i słyszalne, to mówmy do rzeczy. Nawet jeżeli ktoś poczuł się dotknięty, że rozbijam mit Matki Polki, to może gdzieś w konsekwencji...

...ktoś poczuł ulgę, że nie jest sam?

Tak, może jakaś dziewczyna nie będzie sobie wyrzucać, że jest jej ciężko, kiedy cały świat mówi, że powinno jej być wspaniale. Każda z nas ma te wątpliwości.

Analogowa Kasia ma plan na wychowanie Heleny?

Oswajam ją z sytuacją, że telefon będzie po 16. roku życia. I już to przyjęła. Wytłumaczyłam, że jest dużo brzydkich rzeczy, niedobrych ludzi i że dzieci pozostawione same sobie w tym świecie nie są bezpieczne. Tu jesteśmy zgodni z Piotrkiem. Chciałabym też ochronić ją przed niepotrzebnym stresem. Z przerażeniem obserwowałam, jak pięcioletnie dzieci były egzaminowane do zerówki. Ba, nawet rodzice zdawali egzamin, czy pasują do tej szkoły. Dorośli ludzie rozpaczający, że ich maleńkie dzieci nie miały wystarczających wyników z matematyki czy z polskiego – zastanawiające. Cóż, o ile pamiętam, to ja w wieku pięciu lat nic nie wiedziałam. W wieku sześciu też nic. A Helena zaczęła się w tym roku uczyć drugiego języka. Chciałabym ochronić jej dzieciństwo. Żeby miała tak zwany luz w gaciach, jeżeli chodzi o naukę. Bo moim zdaniem nic z tego wyścigu nie wynika. Od zawsze dawałam sobie wybór. Miałam najgorsze oceny z matmy i w ogóle się tym nie przejmowałam, bo interesowała mnie historia i polski, wiedziałam, na czym mi zależy.

Ale to niecodzienne podejście do sprawy. Dziś ludzie planują przyszłość swoich dzieci już in utero.

Nie rozumiem tych, którzy robią z dzieci projekty. Codziennie zajęcia dodatkowe: karate, pianino, taniec itd. Jak można mieć oczekiwania w stosunku do pięciolatka? Dzieci muszą mieć czas, żeby się nudzić, stać się kreatywne, same siebie poznać. Jeżeli Helena ma zostać biolożką, to nią zostanie. Jak będzie chciała prowadzić tramwaj, to sobie będzie prowadzić tramwaj. I nigdy jej nie powiem: „Nie spełniłaś moich oczekiwań". Nie jestem osobą, która czerpie niesamowite przyjemności z bycia matką. Ja czerpię przyjemność z tego, że moje dziecko jest szczęśliwe.

Jakbyś miała nakreślić dla Heli najważniejsze drogowskazy na życie, wartości, to co by to było?

Wierzę, że żyjemy po to, by się cieszyć światem, korzystać z życia, które jest darem. Trochę jak Grek Zorba. A drogowskazy? Poczucie własnej wartości, stawianie granic, miłość. Wierzę, że jeśli mamy zdrową relację z samym sobą – akceptujemy siebie, kochamy, dbamy – to w naturalny sposób układają się też relacje z innymi. Stojąc pewnie na własnych nogach, nie stajemy się obciążeniem, ale też nie damy sobie wejść na głowę.

A antywartości?

Nie chciałabym, żeby moja córka nadmiernie wierzyła w magię pieniędzy.

eprasa.pl d94a2fd4b4

W to, że gromadzenie ich jest wartością samą w sobie. Bo pieniądze nie gwarantują ani szczęścia, ani stylu, ani tym bardziej kręgosłupa moralnego, widzimy to ostatnio wyraźnie na przykładzie akt Epsteina. Chciałabym, żeby nie gardziła prostym człowiekiem. Pochodzę z przeciętnej rodziny, od prostych ludzi, którzy mieli w sercu mocno ugruntowany etos pracy, i uważam, że to człowieka kształtuje i ratuje, wyznaczając mu granice. Dyscyplina, rodzaj wiary w to, że możemy własnymi rękoma – mój tata bardzo lubił to wyrażenie – wnieść coś dobrego w świat. Bo kiedy widzimy, że zrobiliśmy coś własnymi rękoma, coś drugiemu człowiekowi daliśmy, to w naturalny sposób pojawia się poczucie sensu życia. Chciałabym, żeby Helena zawsze wierzyła, że żyjemy po to, żeby się zachwycać światem.

LUBIĘ GOTOWAĆ, DBAĆ O DOM. ALE TO MUSI BYĆ NA *moich* WARUNKACH. TO MUSI BYĆ DLATEGO, ŻE JA TAK CHCĘ.

Trudno zachwycać się światem, kiedy słyszymy z ust prominentnych polityków, że idealna kobieta to „słaba, młoda i bez przebiegu" albo że ból porodowy jest wymysłem telewizji.

Mnie się wydaje, że to jest wojna obyczajowa, narzędzie polityczne: bazowanie na lęku i wykorzystywanie kryzysu męskości.

Czym się ten kryzys wyraża?

Odpowiem z perspektywy mojego ogródka. W sztuce jest zupełna zapaść tematów dla mężczyzn jako artystów. W malarstwie czy rzeźbie jest mnóstwo nazwisk kobiecych, facetów jak na lekarstwo. Feminizm, czy szerzej pojęta kobiecość, stały się modne i zdominowały przestrzenie sztuki. Także w filmie czy teatrze zauważa się ten skręt. Nigdy jeszcze nie było tak dobrych czasów dla nas.

No nie wiem. Płacimy wysoki rachunek za te dobre czasy. Gabor Maté wyliczył ostatnio, że 80 proc. cierpiących na choroby autoimmunologiczne to kobiety. Dwa razy więcej kobiet niż mężczyzn cierpi na PTSD, trzy razy więcej na stwardnienie rozsiane. Maté nie ma wątpliwości – stres zżera nam zdrowie.

Znam te badania. Jesteśmy emocjonalnie bardziej zniuansowane i bardziej zaawansowane w budowaniu relacji, więc emocjonalnie musimy nieść całe rodziny na swoich barkach.

Ktoś nazwał kobiety społecznym zderzakiem na współczesne problemy. Tak zostałyśmy zaprogramowane – na bycie opiekunkami. Ale teraz bierzemy na siebie kolejne role: zarabiamy na dom, robimy karierę. Obowiązków przybywa, stresu także.

Prawda, ale ja z moją konstytucją, moimi potrzebami umarłabym w domu. Jeżeli nie mogłabym wyrażać własnych myśli, tworzyć, byłabym tak strasznie nieszczęśliwa, że albo bym skończyła w wariatkowie, albo walnęłabym samobója. Nie nadaję się do bycia kobietą domową. Jestem mentalnie osobna. Nie zrozum mnie źle: lubię być w tandemie, być czyjąś kobietą, obrączka jest fajną rzeczą. Lubię gotować, dbać o dom, wiesz, kwiatki w wazonie ułożyć itd. Ale to musi być na moich warunkach. To musi być dlatego, że ja tak chcę. Nie dlatego, że ktoś mi coś każe. Bo jeśli mi każe, to jest koniec zabawy.

Ciężko z takim podejściem zbudować relację?

To jest wyzwanie, bo oczekuję partnerstwa. Tego, że ktoś będzie sam się regulował emocjonalnie, bo ja już nigdy nie chcę się tym zajmować. Że będzie dostępny, otwarty i że będzie umiał się cieszyć życiem. Czyli że sami ogarniamy własne kuwety. Ktoś pięknie powiedział, że jak spotyka się dwoje dojrzałych ludzi, to mogą w swoją stronę wypuścić dzieci, które w sobie noszą. Chciałabym, żeby obcowanie z sobą, ze swoim ciałami, wspólne zachwycanie się światem, podróżowanie czy zwykłe oglądanie filmu na kanapie zawsze miało aspekt takiej dziecięcej radości. Odkąd pamiętam, moje wyobrażenie o idyllicznym związku było takie, że razem spędzamy czas, będąc jednak trochę osobno. Że druga osoba ma swój odrębny świat, pasje.

Wolność – to chyba jedno z Twoich ulubionych słów. Powiedziałaś dziś o sobie, że jesteś wyspą. Czyli?

Bardzo potrzebuję samotności. Szczególnie kiedy piszę, a piszę ostatnio dużo, potrzebuję czasu dla siebie. Jeśli jesteś niezależną osobą, to szukasz drugiej niezależnej osoby. Takiej, z którą można stworzyć bezpieczną przestrzeń, i wtedy nie ma znaczenia, że cały dzień do siebie nie dzwonicie, bo i tak jesteście połączeni. Bo to jest na tyle bezpieczne, że możecie być nie tylko razem, lecz także osobno i nie upatrywać w tym zagrożenia.

To „osobno" chyba wygrywa. Za kilka lat blisko połowa kobiet będzie singielkami. Z wyboru. ➤

eprasa.pl d94a2fd4b4

Kobiety boją się obciążeń, których już nie chcą brać na siebie. Jesteśmy niezależne finansowo, mamy swoje życie, pasje, pracę, znajomych i nie chcemy nieść cudzego ciężaru, być czyjąś psycholożką, kucharką czy sprzątaczką. Staram się to przekazać Heli.

Kiedy na Ciebie patrzę, widzę kobietę niesamowicie silną, a jednocześnie kruchą, wrażliwą. Masz w sobie wewnętrznego krytyka?

Miałam. Przeszłam sporo terapii. I w jednym z bloków terapeutycznych znalazłam tego „gościa".

„Gościa"?

Tak, to był facet, wstrętny typ, grubawy, z zarostem na klacie, menel – taki, co to leje żonę i jara peta. Obrzydliwy gość, który mówił wstrętne rzeczy na mój temat. Żyłam w takim środowisku wewnętrznym przez długi czas. Gdy odnosiłam sukces, mówiłam sobie: „Jakoś się udało". Na przykład po premierze „Lwa w zimie" w reżyserii Jarzyny w Burgtheater w Wiedniu, w której grałam po niemiecku na ogromnej scenie, miałam tylko chwilkę satysfakcji. Zaraz potem pojawiała się lękliwa myśl: co dalej? Bo oczekiwania tego menela z petem w stosunku do mnie były tak ogromne, że nie sposób było im sprostać.

Skąd się ten „gość" wziął w Kaśce?

Wytworzyła go moja psychika. Wyzwania mojego dzieciństwa momentami były tak duże, że rozumiałam, że tylko bycie najlepszą w tym, w czym mogę być, wyprowadzi mnie z błędnego koła. Z prowincji, na której nie chciałam pozostać. Paradoksalnie ten menel jest współtwórcą jakości, którą udało mi się osiągnąć w sztuce. Są w nas takie postacie, które zostały stworzone po to, żeby nas uchronić przed czymś albo gdzieś poprowadzić. To był rodzaj mobilizacji: menel-trener. Dzisiaj już niepotrzebnej i szkodliwej.

Wiele kobiet ma w sobie takiego menela-trenera. I potrafi on być mocno destrukcyjny. Jak się go pozbyć?

Tylko miłość nas może uratować! Miłość do siebie, cierpliwe okazywanie sobie czułości, wsłuchiwanie się w ten delikatny wewnętrzny głos. Trzeba się stać swoją najlepszą przyjaciółką po prostu.

Grasz, piszesz scenariusze, reżyserujesz. Masz potrzebę kontrolowania całego procesu artystycznego? Może Ty jesteś control freakiem?

Jestem freakiem jakościowym. Trudno mi z pozycji aktorki wymagać jakości, bo wychodzenie przed szereg jest nienaturalne i może być też szkodliwe dla zespołu i końcowego dzieła. A bycie reżyserką, pisanie swoich rzeczy sprawia, że mam większy wpływ na cały proces twórczy. Ponoszę odpowiedzialność, ryzyko, ale jest też większa szansa, że uzyskam jakość, o którą mi chodzi.

W „Rzeczach niezbędnych " jesteś współautorką scenariusza i wcielasz się w rolę ofiary molestowania seksualnego. I choć nie ma w tym filmie ani jednej dosłownej sceny molestowania, to jest tak mocny, że siedzi w człowieku długo po napisach końcowych. Trudno wyjść z takiej roli?

No właśnie nie do końca się da. Myślę, że ta historia we mnie śpi. Cały czas mam w głowie obrazy, które wytworzyłam. Żeby wejść w postać Roksany, musiałam ulepić w sobie jej wspomnienia, bo – tak jak powiedziałaś – w filmie nie ma scen molestowania. Częścią roli były więc zdarzenia, których w ogóle nie ma w scenariuszu. A także doświadczenia ludzi, których znam, a którzy przeszli przez podobne piekło – miałam ich cały czas z tyłu głowy. Takie podejście do zawodu powoduje, że nieuchronnie traci się trochę energii życiowej przy każdym z projektów, bo pewnych rzeczy nie da się odzobaczyć. Dzięki temu filmowi i tej roli nie tylko miałam okazję do zapoznania się z opiniami mojego środowiska, lecz także mogłam porozmawiać z ludźmi, których tragiczne historie nigdy nie zostały wysłuchane.

ODKĄD PAMIĘTAM, MOJE WYOBRAŻENIE O *idyllicznym związku* BYŁO TAKIE, ŻE RAZEM SPĘDZAMY CZAS, BĘDĄC JEDNAK TROCHĘ OSOBNO. ŻE DRUGA OSOBA MA SWÓJ ŚWIAT.

Jakie historie chciałabyś opowiadać?

Spektakularne. Bardzo kocham kostium, fantastykę. Wydaje mi się, że potrzebujemy czasem odkleić się od świata, w którym żyjemy, żeby złapać dystans, oddech. Ta kryza czy koronka daje nie tylko estetyczną satysfakcję, lecz także pozwala pokazać ludzki los jako przypowieść, metaforę. Czasami mi się wydaje, że na te wszystkie pomysły nie starczy mi życia. Więc muszę teraz naprawdę zakasać rękawy i działać. ●

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2

REWOLUCJA W KREMIE

CZAS NIE MUSI ZOSTAWIAĆ ŚLADU NA SKÓRZE, JEŚLI POWIERZYMY JĄ NAUCE I TECHNOLOGII. W NOWYM EXO YOUTH CREAM MARKI BABOR NAJNOWSZE ODKRYCIA BIOTECHNOLOGII SPOTYKAJĄ SIĘ Z LUKSUSEM PIELĘGNACJI – BY SKUTECZNIE PRZYWRÓCIĆ SKÓRZE JĘDRNOŚĆ, WITALNOŚĆ I PROMIENNY BLASK.

W poszukiwaniu piękna coraz częściej zwracamy się ku innowacyjnym, zaawansowanym rozwiązaniom, które nie tylko pielęgnują lecz także realnie wpływają na strukturę skóry. To właśnie na styku nauki, doświadczenia i nowoczesnego podejścia powstała linia DOCTOR BABOR PRO – a jej niekwestionowanym bestsellerem jest Exo Youth Cream.



EKSPERCI W SŁUŻBIE PIĘKNA

Marka BABOR od siedmiu dekad wyznacza standardy w dziedzinie profesjonalnej pielęgnacji. Założona w Niemczech w 1956 r. przez dr. Michaela Babora, od początku łączy w sobie precyzję badań naukowych z ekskluzywnym podejściem do piękna. Wszystkie formuły powstają w nowoczesnych laboratoriach w Akwizgranie i są oparte na trzech filarach marki: skuteczności, luksusie, zrównoważonym rozwoju. Ich podstawą są jakość, efektywność składników i odpowiedzialność środowiskowa. Linia DOCTOR BABOR PRO to odpowiedź na potrzeby skóry dojrzałej, reaktywnej, z widocznymi przebarwieniami. Tworzona przez ponad 100 ekspertów, powstała z myślą o holistycznej regeneracji skóry i bazuje na przełomowych składnikach aktywnych.

SKONCENTROWANA SKUTECZNOŚĆ

Exo Youth Cream to krem o wzmacniającej, wielozadaniowej formule, który przywraca skórze jędrność, witalność i promienny wygląd. Jego siłą jest zaawansowany PRO-SIRT-NAD$^+$ Collagen-Peptide Plant Complex o stężeniu 13,5%, wspierający syntezę kolagenu i aktywność egzosomów – naturalnych nośników komunikacji komórkowej. Efekt? Wyraźnie gładsza, bardziej napięta i sprężysta cera, a także redukcja drobnych linii i zmarszczek. Krem wykorzystuje również biosacharydy PRO-SIRT stymulujące aktywność sirtuin (tzw. białek młodości), odpowiedzialnych za regenerację i strukturę skóry. Ekstrakty z roślinnych komórek macierzystych wspomagają syntezę NAD$^+$ – kluczowego koenzymu dla odnowy komórkowej.

WIDOCZNE ODMŁODZENIE SKÓRY

+13%
poprawa jędrności*

+8%
poprawa elastyczności*

TECHNOLOGIA NA STRAŻY MŁODOŚCI

Największym przełomem w Exo Youth Cream jest zastosowanie potrójnej ochrony antyoksydacyjnej TRPF (Triple Radical Protection Factor), opartej na 70 latach badań nad teorią wolnych rodników. Składa się ona z trzech składników: SOD (dysmutazy ponadtlenkowej), która neutralizuje rodniki tlenowe, tiotainy – chroniącej błony mitochondrialne, oraz EGCG, antyoksydantu z zielonej herbaty, który regeneruje komórki po ekspozycji na promieniowanie UV i stres oksydacyjny. A to właśnie ten ostatni jest jednym z głównych winowajców przedwczesnego starzenia skóry. Dzięki TRPF krem działa i na powierzchni, i w głębszych warstwach skóry, wspierając naturalne mechanizmy obronne oraz odporność na czynniki środowiskowe. Po 28 dniach stosowania Exo Youth Cream dwa razy dziennie zauważono: wzrost jędrności skóry o 13%*, elastyczności o 8%*, a także redukcję głębokości zmarszczek o 13%*. Poziom nawilżenia skóry wzrósł za to aż o 40%**. To nie tylko liczby – to dowód, że biotechnologia w pielęgnacji skóry naprawdę działa.

LUKSUSOWA PIELĘGNACJA PRZYSZŁOŚCI

Filozofia marki BABOR opiera się na transparentności, precyzji i zaufaniu do nauki. Exo Youth Cream wpisuje się w ten koncept, odpowiadając na potrzeby skóry dojrzałej i pozbawionej blasku. To luksusowy i zgodny z naturalnym rytmem skóry rytuał, który przywraca jej młodzieńczy wygląd i równowagę. Z precyzją godną najlepszych laboratoriów. I z rezultatem, który widać w lustrze.

* Wynik uśredniony, kliniczne badanie w kierunku redukcji głębokości zmarszczek oraz zwiększenia jędrności i elastyczności skóry, 20 uczestników testu, pomiar instrumentalny po 28 dniach stosowania dwa razy dziennie.

** Wynik uśredniony, kliniczne badanie w kierunku zwiększenia nawilżenia skóry, 20 uczestników testu, pomiar instrumentalny po 28 dniach stosowania dwa razy dziennie.

eprasa.pl d94a2fd4b4

DOCTOR BABOR PRO



PROFESJONALNE ROZWIĄZANIA DLA SKÓRY – OPARTE NA WIEDZY NAUKOWEJ

DOCTOR BABOR PRO aktywuje i optymalizuje naturalne mechanizmy skóry przez wzmacnianie jej potencjału i hamowanie niekorzystnych procesów – dla kompleksowej transformacji skóry.

Zawiera TRPF – POTRÓJNY CZYNNIK OCHRONNY PRZED WOLNYMI RODNIKAMI, czyli kompleks trzech skutecznych antyoksydantów: SOD, tiotainy i EGCG, wspierających ochronę skóry oraz jej odporność na procesy starzenia.

Linia dostępna wyłącznie w gabinetach kosmetycznych i centrach dermatologii estetycznej.

Więcej informacji na babor.pl

EXPERT SKINCARE. MADE IN GERMANY.

BABOR

eprasa.pl d94a2fd4b4



Woda perfumowana
Neverending
THE HOUSE OF OUD
995 zł/75 ml
perfumeriaquality.pl

Bransoleta 2679 zł,
pierścionek 129 zł,
naszyjnik 199 zł
APART

eprasa.pl d94a2fd4b4

E E

Uroda



Woda perfumowana
La Bomba
CAROLINA HERRERA
559 zł/50 ml
sephora.pl

Naszyjnik 1056 zł,
pierścionek 425 zł
GUESS

redaguje MAJA MENDRASZEK-GOSER

eprasa.pl d94a2fd4b4

Woda perfumowana
Cape Wrath
BEAUFORT LONDON
595 zł/50 ml
houseofmerlo.pl

Chusta
W.KRUK 499 zł,
bransolety
BERRIES 185 zł/szt.,
naszyjnik
TSVITE TEREN 515 zł,
spinka do włosów
TOUS 379 zł



POCZUJ TO I BŁYSZCZ

Zmień rutynę. Strojenie zacznij od nałożenia na skórę perfum. Poczuj **EMOCJE**, *które obudzi w tobie zapach, a potem dopasuj do nich* **DODATKI**. *Moda i perfumy to duet, który lubi łamać zasady. Być może będzie to inspirująca odmiana...*

zdjęcia MARIUSZ TOKAJUK
stylizacja MAJA NASKRĘTSKA
tekst MAJA MENDRASZEK-GOSER



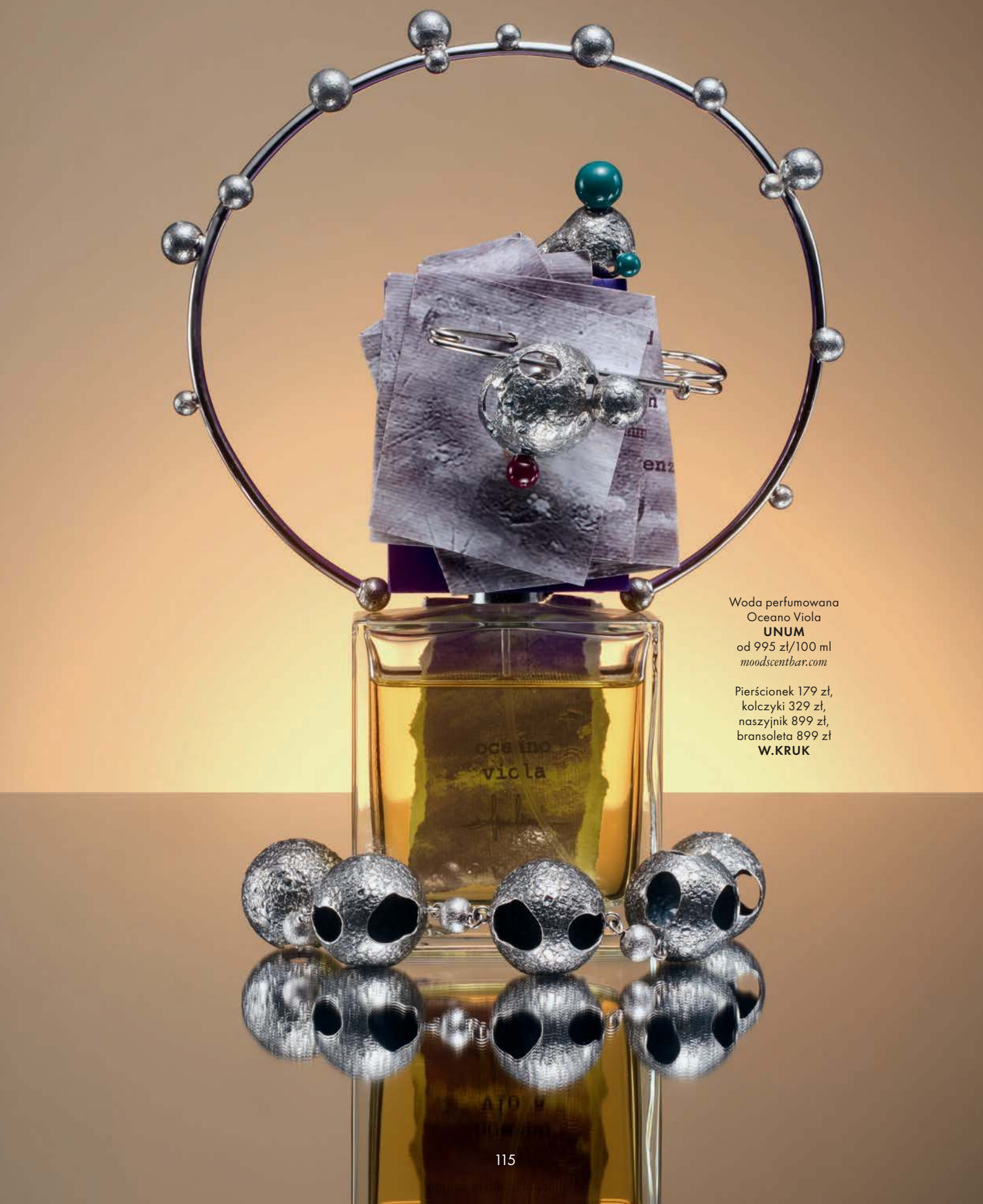
eprasa.pl d94a2fd4b4



Woda perfumowana
Courrèges
SLOGAN
689 zł/100 ml
douglas.pl

Pierścionek
APART 179 zł,
naszyjnik
ANDRES GALLARDO
1400 zł

eprasa.pl d94a2fd4b4



Woda perfumowana
Oceano Viola
UNUM
od 995 zł/100 ml
moodscentbar.com

Pierścionek 179 zł,
kolczyki 329 zł,
naszyjnik 899 zł,
bransoleta 899 zł
W.KRUK



Woda perfumowana
Miss Dior Essence
DIOR 719 zł/50 ml
dior.com

Bransoleta z kryształem
LILOU 279 zł,
bransolety cienkie 1290 zł/szt.,
bransolety grube
1199 zł/szt. **TOUS**
naszyjnik 559 zł,
charms serce 129 zł/szt.,
mini charms serce 89 zł/szt.,
charms lśniący 319 zł/szt.
PANDORA
pierścionek z kryształem
LILOU 229 zł,
pierścionek z kamieniem 599 zł,
pierścionki jednorzędowe
399 zł/szt. **PANDORA**



Zdjęcia: Mariusz Tokajuk, stylizacja: Maja Naskrętska, produkcja: Urszula Karczmarczyk-Wieczorkowska

Woda perfumowana
French Lover
EDITIONS DE PARFUMS FRÉDÉRIC MALLE
1040 zł/50 ml *galilu.pl*

Wisiorek
GUESS 458 zł,
kolczyki
YES 269 zł



Gotycki glam

WIODĄCYM PRZESŁANIEM TRENDÓW WIOSNA–LATO 2026 JEST AUTENTYCZNOŚĆ. MINIMALIZM JAKO ODPOWIEDŹ NA UPŁYW CZASU, NOWOCZESNE INTERPRETACJE MODY Z MINIONYCH DEKAD, ŁĄCZENIE RÓŻNYCH STYLÓW I TECHNIK. NAJMODNIEJSZE USTA ZNAJDUJĄ SIĘ MIĘDZY MROKIEM GOTYKU A BLASKIEM FLESZY. TY WYBIERASZ!

Zdjęcia: Filippo Fortis, Matteo Scarpellini, Matteo Valle (5)/Launchmetrics.com/Spotlight

eprasa.pl d94a2fd4b4

Dr Irena Eris



INSTITUTE SOLUTIONS | PEPTOSOME FILLER

NATYCHMIASTOWE WYGŁADZENIE SKÓRY

Regenerująca moc peptosomów i heksapeptydu-8
dla gładkiej, napiętej i rozświetlonej skóry.



Na fali bez zmian

PIĘKNE WŁOSY TO POWÓD DO DUMY. NAJMODNIEJSZE SĄ TE, KTÓRE WYGLĄDAJĄ PERFEKCYJNIE NATURALNIE, IDEALNIE DOPASOWANE DO KOLORU BRWI I KONIECZNIE PEŁNE BLASKU. KRÓTKO MÓWIĄC: W TYM SEZONIE WIZYTY W DOBRYM SALONIE FRYZJERSKIM BĘDĄ OBOWIĄZKOWE.





KORONA DLA KRÓLOWEJ

Jeśli matka natura nie obdarowała cię gęstymi puklami, wybierz bogactwo zdobnych opasek, grzebieni, spinek i biżuteryjnych akcesoriów niczym uczestniczka balu na królewskim dworze. Noś je od rana do wieczora i nie pozwól nikomu ograniczać swojej fantazji.





IM KRÓTSZA, TYM LEPSZA

Superkrótka grzywka jest jednocześnie niewinna i prowokująca. Odmładza i zwraca uwagę. Jest jednak wymagająca – cała stylizacja musi mieć przy niej zdecydowany charakter.

Zdjęcia: Matteo Scarpellini, Paolo Lanzi, Gianluca Carraro, Filippo Fortis/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight (3)

eprasa.pl d94a2fd4b4



PODWÓJNA MOC BLASKU

CLARINS OTWIERA NOWY ROZDZIAŁ W HISTORII MAKIJAŻU, ŁĄCZĄC PIELĘGNACJĘ I PODKŁAD. DOUBLE SERUM FOUNDATION NIE TYLKO UPIĘKSZA, LECZ TAKŻE WIDOCZNIE WSPIERA MŁODSZY WYGLĄD SKÓRY. KOSMETYK JEST DOSTĘPNY W PERFUMERII DOUGLAS.



Double Serum Foundation – podkład-serum o podwójnej formule, który łączy natychmiastowy blask makijażu z długotrwałą pielęgnacją skóry.

Laboratoria Clarins nie pozostawiają wątpliwości: blask jest jednym z kluczowych wskaźników młodości skóry. Po 60. roku życia może zmniejszyć się nawet o 40 proc. Co więcej, badania wykazały, że kobiety o bardziej promiennej cerze są postrzegane jako wyraźnie młodsze*.
To odkrycie stało się inspiracją dla Double Serum Foundation – podkładu-serum o podwójnej formule, który łączy pielęgnację i makijaż w jednym geście. Sekret tkwi w dwóch komorach – rozwiązaniu, którego dotąd nie zastosowano w żadnym podkładzie. To one pozwalają połączyć dwa światy: natychmiastowy efekt makijażu i długofalowe działanie pielęgnacyjne. Po jednej stronie – technologia A.U.R.A. (Advanced Ultra Radiance Amplifier), wzmacniająca odbicie światła dzięki mikrokryształkom, które nadają skórze wielowymiarowy blask i subtelną aurę. Po drugiej – skoncentrowana pielęgnacja oparta na 14 składnikach aktywnych: 9 ekstraktach roślinnych i 5 cząsteczkach o udowodnionym działaniu, w tym stabilizowanej papainie, która delikatnie złuszcza, wspiera odnowę naskórka i przywraca naturalny blask cery.

*Badanie typologiczne przeprowadzone przez Clarins na grupie ponad 100 kobiet.

eprasa.pl d94a2fd4b4



Różowy odlot

CHYBA ŻADEN INNY KOLOR RÓWNIE MOCNO NIE DEFINIUJE TEGO, JAK JESTEŚ POSTRZEGANA: KICZOWATA LALA, ROMANTYCZNA RUSAŁKA, NATURALNA PIĘKNOŚĆ CZY STARA PUDERNICA? ALE SZCZERZE MÓWIĄC: KOGO OBCHODZI, *co myślą inni*? JEDYNE, NAD CZYM WARTO SIĘ ZASTANOWIĆ, TO ODCIEŃ RÓŻU I MIEJSCE, KTÓRE CI DO NIEGO PASUJE.

Zdjęcia: Gianluca Carraro, Matteo Scarpellini (4), Filippo Fortis (2)/Launchmetrics.com/Spotlight

eprasa.pl d94a2fd4b4

IKONY PIĘKNA

KIEDY GWIAZDY PRZESTAJĄ BYĆ JEDYNIE TWARZAMI KAMPANII, A ZACZYNAJĄ PROJEKTOWAĆ WŁASNE RYTUAŁY PIĘKNA, RODZĄ SIĘ MARKI Z AMBICJĄ IKONY. W DOUGLAS SPOTYKAJĄ SIĘ TRZY NAZWISKA, TRZY ESTETYKI I TRZY BARDZO OSOBISTE WIZJE BEAUTY.

W świecie luksusowej urody autorskość staje się nową walutą prestiżu. Nie wystarczy już rekomendować – trzeba opowiadać własną historię. Halsey, Jennifer Aniston i Bella Hadid zrobiły to na swoich zasadach, tworząc marki, które są przedłużeniem ich stylu, wrażliwości i codziennych wyborów. Dziś dostępne na wyłączność w Douglas, wyznaczają trzy różne, ale spójnie nowoczesne kierunki w beauty.



cena ok. 85 zł

Halsey: makijaż jako manifest

ABOUT-FACE to makijażowa marka Halsey – odważna, bezkompromisowa i głęboko osadzona w estetyce pokolenia Z. Wegańskie formuły, czyste składy i intensywne pigmenty idą tu w parze z ideą makijażu jako formy ekspresji. Kultowy Matte Fluid Eye Paint zachwyca nasyceniem koloru i trwałością, pozwalając jednym gestem zbudować wyrazisty look. To kosmetyki dla tych, którzy nie pytają o zgodę, tylko podkreślają to, kim są.

Bella Hadid: zapach jako rytuał

Orebella, autorska marka perfum Belli Hadid, redefiniuje pojęcie zapachu. Dwufazowe kompozycje łączą aromat z pielęgnującym olejkiem, dzięki czemu rozwijają się indywidualnie na skórze i stają się częścią codziennego rytuału dobrostanu. Wegańskie, sensualne, zamknięte w rzeźbiarskich flakonach inspirowanych naturą, są zaproszeniem do chwili uważności.



cena ok. 150 zł/60 ml

Jennifer Aniston: luksus bez wysiłku

LOLAVIE to odpowiedź Jennifer Aniston na potrzebę świadomej, minimalistycznej pielęgnacji włosów. Marka inspirowana jej legendarną fryzurą z czasów „Friends" stawi na skuteczność, naturalny efekt i codzienny komfort. Formuły są proste, ale dopracowane – poprawiają kondycję włosów, dodają im blasku i miękkości bez zbędnej obietnicy spektaklu. To elegancja, która nie potrzebuje nadmiaru.

Trzy ikony, trzy autorskie narracje i jedno wspólne przesłanie: piękno, które wynika z tożsamości.

cena ok. 359 zł/50 ml



Dostępne w wybranych perfumeriach DOUGLAS i na douglas.pl

DOUGLAS

eprasa.pl d94a2fd4b4



NOŚ GŁOWĘ WYSOKO

Pomoże ci w tym odpowiednia fryzura. Wysoki kok (np. w stylu lat 50. i 60. XX wieku) sprawi, że będziesz traktowana poważniej. Noś włosy upięte na czubku głowy z kamienną twarzą i podziwiaj swoje odbicie w każdym lustrze. Przy okazji: takie uczesanie niesamowicie wydłuża szyję!

Zdjęcia: Salvatore Dragone, Luca Zanoni, Matteo Valle, Matteo Scarpellini, Armando Grillo (2)/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight

HDRÈY

Seria **Vitamin C** to zaawansowana pielęgnacja, która wyrównuje koloryt, intensywnie nawilża i wspiera regenerację.

7 form witaminy C

Najwyższe możliwe stężenie aż 27%!



SKLEPY **HDRÈY** STACJONARNE W WARSZAWIE:

HDRÈY Al. Jerozolimskie 44 (Widok Towers)
HDRÈY Westfield Arkadia
HDRÈY Westfield Mokotów
HDRÈY Galeria Młociny
HDRÈY Sadyba Best Mall
HDRÈY G City Promenada
HDRÈY G City Targówek
HDRÈY Wola Park

JUŻ WKRÓTCE:

HDRÈY Manufaktura Łódź (31.01.2026)
HDRÈY Port Łódź 14.02.2026
HDRÈY GALERIA KRAKOWSKA (04.03.2026)
HDRÈY BONARKA KRAKÓW (07.03.2026)
HDRÈY FORUM GDAŃSK (25.03.2026)

Wejdź na **hdrey.com**

dostępne na wyłączność w perfumeriach DOUGLAS na terenie całej Polski

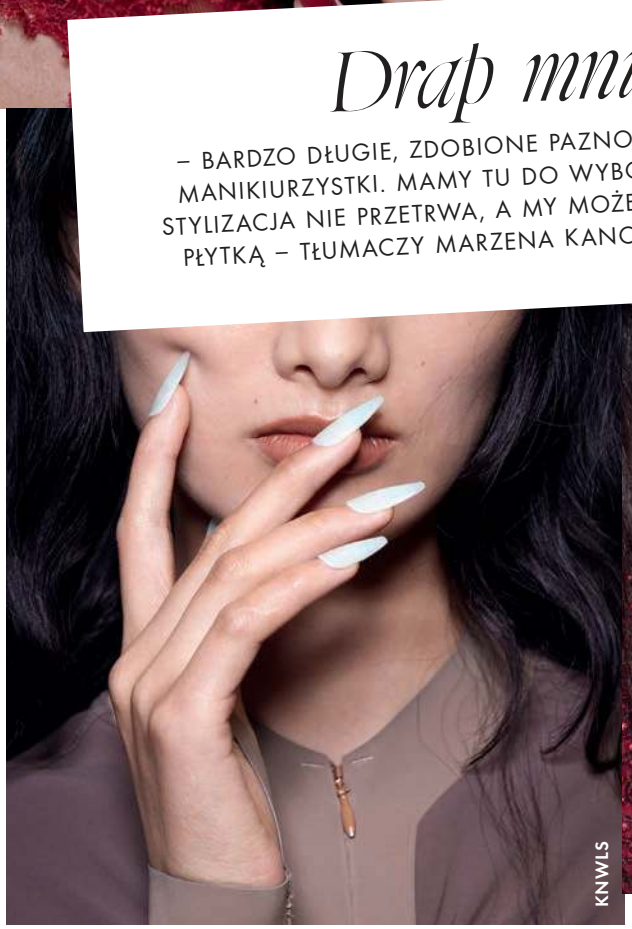
eprasa.pl d94a2fd4b4

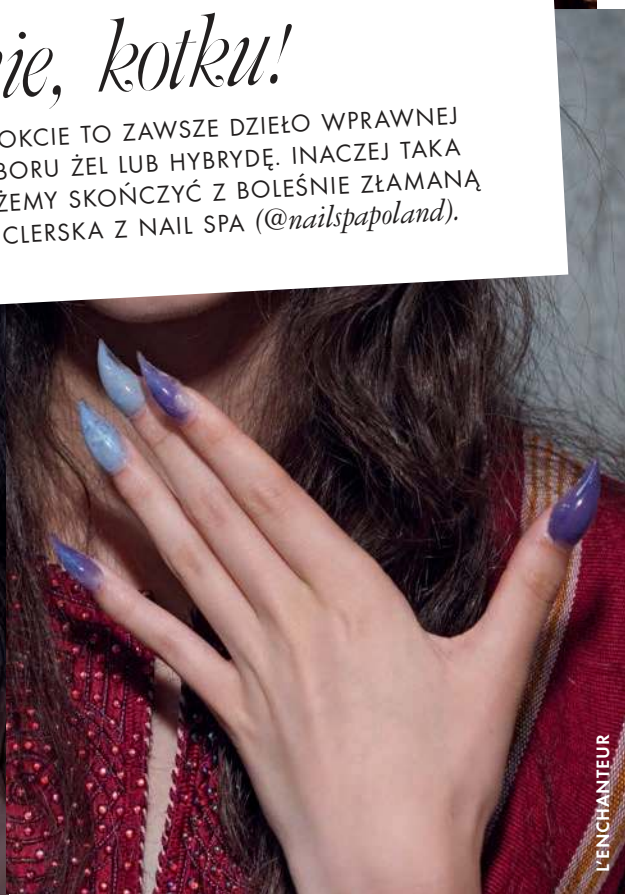

DREAMING ELI


PHILIPP PLEIN

Drap mnie, kotku!

– BARDZO DŁUGIE, ZDOBIONE PAZNOKCIE TO ZAWSZE DZIEŁO WPRAWNEJ MANIKIURZYSTKI. MAMY TU DO WYBORU ŻEL LUB HYBRYDĘ. INACZEJ TAKA STYLIZACJA NIE PRZETRWA, A MY MOŻEMY SKOŃCZYĆ Z BOLEŚNIE ZŁAMANĄ PŁYTKĄ – TŁUMACZY MARZENA KANCLERSKA Z NAIL SPA *(@nailspapoland).*


KNWLS


L'ENCHANTEUR

Zdjęcia: Matteo Valle/Launchmetrics.com/Spotlight (4)

eprasa.pl d94a2fd4b4

Warszawski Dom Perfumeryjny

prezentuje:



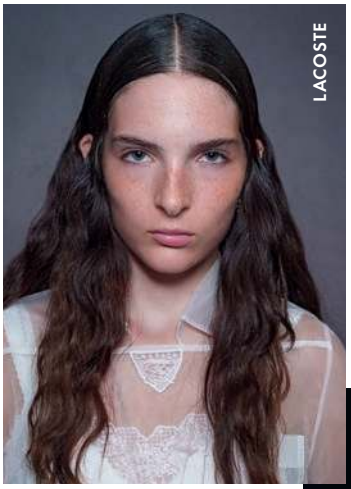
NOWY ZAPACH

Kwiatowo-ambrowe perfumy zainspirowane absolutem z mimozy i podróżą na Sycylię.

JAN BARBA
WARSZAWA

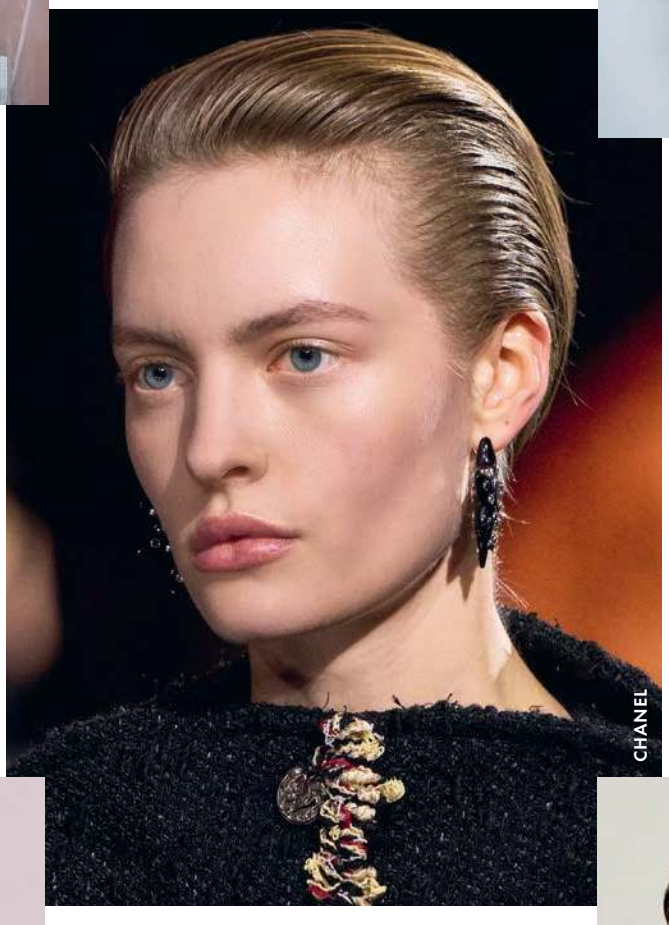
Perfumeria: JAN BARBA, ul. M. Kopernika 25, Warszawa. Online: www.janbarba.com

eprasa.pl d94a2fd4b4

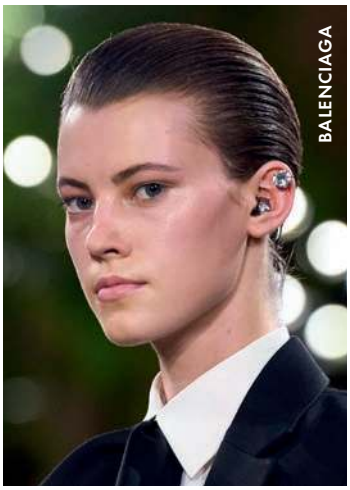

LACOSTE


LOEWE


CHRISTOPHER ESBER


CHANEL


YOHJI YAMAMOTO


BALENCIAGA


LOEWE


GIAMBATTISTA VALLI

SYRENA NA LĄDZIE

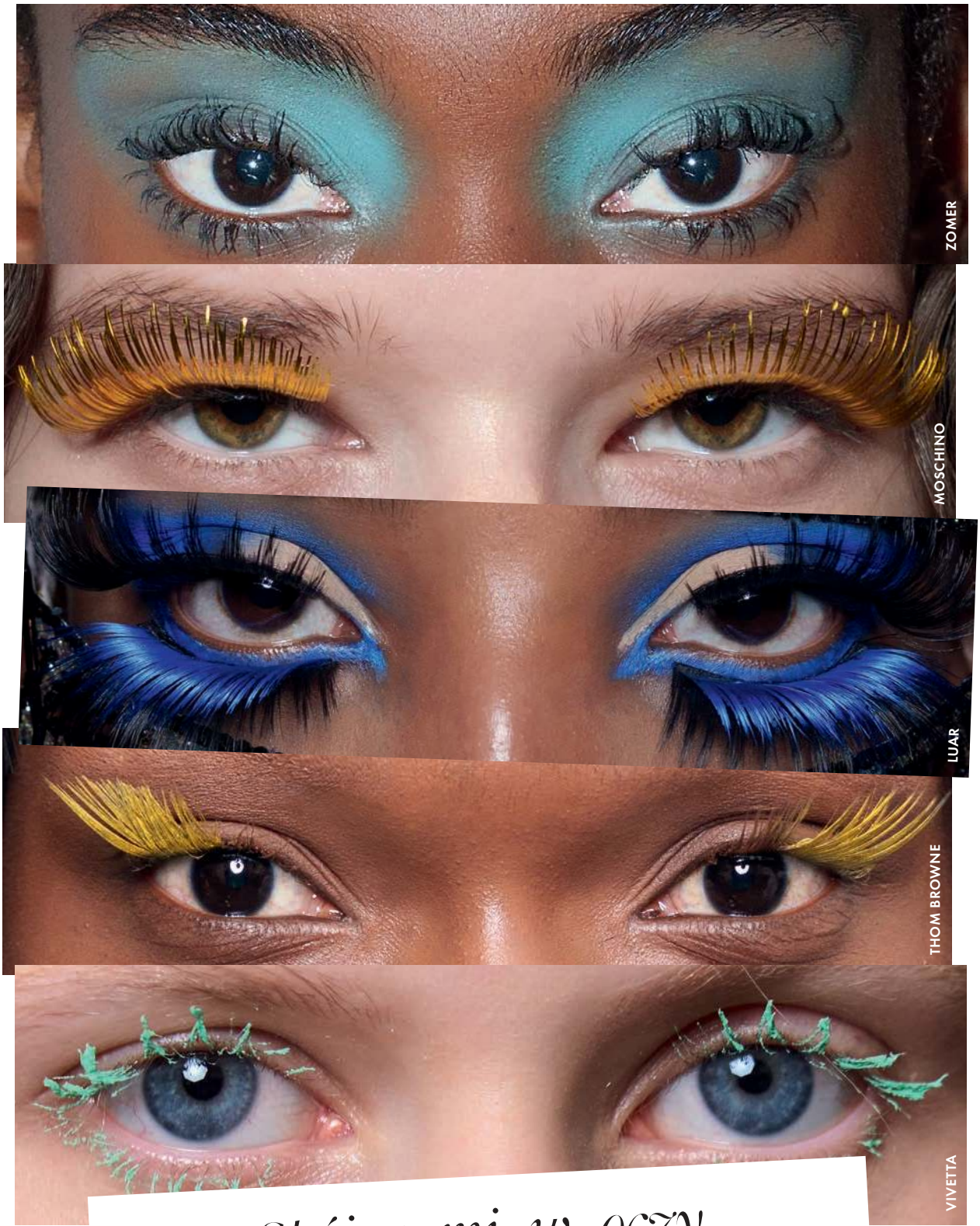
Gdyby obcy wylądowali w tym sezonie na Ziemi, odnieśliby z pewnością wrażenie, że istoty ludzkie (głównie te rodzaju żeńskiego) są po części także stworzeniami wodnymi. Ich włosy są mokre praktycznie przez cały dzień. My uważamy, że to niesamowicie seksowny look.

Zdjęcia: Matteo Valle, Matteo Scarpellini, Alessandro Viero, Paolo Lanzi/Launchmetrics.com/Spotlight; Launchmetrics.com/Spotlight (4)

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4



Spójrz mi w oczy

KOLOROWE, CZĘSTO TEATRALNE RZĘSY ORAZ TE ZUPEŁNIE NATURALNE, NIEPOMALOWANE (WIĘC PRAWIE NIEWIDOCZNE) – TO DWA KONTRASTOWE TRENDY, KTÓRE SPOTYKAJĄ SIĘ W TYM SEZONIE. TE PIERWSZE DZIAŁAJĄ HIPNOTYCZNIE, DRUGIE WYRAŹNIE ODMŁADZAJĄ.

Zdjęcia: Luisa Lanza, Matteo Valle, Filippo Fortis, Matteo Scarpellini (2)/Launchmetrics.com/Spotlight

eprasa.pl d94a2fd4b4





Mixa Skin Summit 2026: Ada Fijał, Agnes Ratajczak, Aleksandra Pawlik, Julia Śmigielska (juliyav), Jakub Leśniowski (lesnior), Dominika Uznańska, Michał Dudziński, Martyna Główczyk (zwyciężczyni konkursu z Rossmannem) oraz Marta Średnicka, redaktor naczelna Wizaz.pl





WRAŻLIWE PIĘKNO

PARYŻ STAŁ SIĘ SCENĄ, NA KTÓREJ MIXA POKAZAŁA, ŻE WRAŻLIWOŚĆ SKÓRY, NAUKOWA PRECYZJA I FRANCUSKI SZYK OD PONAD WIEKU TWORZĄ JEDNĄ, SPÓJNĄ OPOWIEŚĆ.

Tradycja, doświadczenie i skupienie na skórze wrażliwej sprawiają, że od ponad 100 lat francuska marka Mixa pielęgnuje ciała nie tylko Paryżanek. W podróż jej śladami wyruszyła polska delegacja: znani twórcy, dziennikarka oraz laureatka konkursu sieci Rossmann. Dziedzictwo przeplatające się z zaawansowaną nauką pokazało im miasto zupełnie na nowo. Specjalnie przygotowany Mixa Escape Room w nieszablonowy sposób odsłonił przed nimi nowości produktowe, a wizyta w Centrum Badawczym Mixa pozwoliła im w warunkach laboratoryjnych testować na własnej skórze, czym jest jej reaktywność. Wieczorne wyjście do legendarnego Moulin Rouge podkreśliło, że Mixa kocha i celebruje wszystkie ciała bez wyjątku. Te trzy intensywne dni udowodniły, że za każdą recepturą stoi nie tylko farmaceutyczny rygor, lecz także prawdziwie paryski szyk. To była lekcja wrażliwego piękna!

Nowość od Mixa prezentowana podczas wyjazdu

Serum kojące przeciw zaczerwienieniom do skóry reaktywnej Mixa Anti Reaction, 30 ml

Ulubione duo influencertów do twarzy od Mixa

Serum nawilżające z kwasem hialuronowym Mixa Hyalurogel, 30 ml

Bogaty krem intensywnie nawilżający Mixa Hyalurogel, 50 ml



Materiały prasowe Mixa, fot. Joanna Lemańska

eprasa.pl d94a2fd4b4



głowa pod ochroną

CORAZ WIĘCEJ URZĄDZEŃ DO DOMOWEGO UŻYTKU POPRAWIA UKRWIENIE I NAWILŻENIE SKÓRY GŁOWY. DZIAŁAJĄ SZYBKO I CZĘSTO NA DODATEK OSZCZĘDZAJĄ ENERGIĘ (PATRZ: TA SUSZARKA). WŁOSY SĄ WYPIELĘGNOWANE, ZDROWE I ROSNĄ BEZ PRZESZKÓD.



FLIP Play Advanced LED Light Hairbrush Bundle **FOREO** *foreo.com* AirLight Pro **L'ORÉAL PROFESSIONNEL** *lorealprofessionnel.com*



Serum Hyalu-Procollagene **THALGO** *thalgo.pl*

FOKUS NA KOLAGEN

Oprócz upływu czasu na obniżenie poziomu kolagenu wpływają przede wszystkim: światło słoneczne, palenie tytoniu i cukier. Dlatego kosmetyki z kolagenem (a także suplementy), które nawilżają i wygładzają naskórek, są dziś absolutnie wszędzie.

Exo Youth Cream **DOCTOR BABOR PRO** *babor.pl*



UWIERZ W ŚWIATŁO!

Najgorętszy trend longevity to wykorzystywanie nowoczesnych technologii LED, by poprawić zdrowie fizyczne i psychiczne oraz wydłużyć życie. Staje się ona coraz bardziej dostępna i łatwa w użyciu. Specjalny kask naświetlający mózg zwiększa jego ukrwienie i neuroregenerację, a energia fotonów z opaski na nadgarstek wnika do krwiobiegu, gdzie pobudza mitochondria komórek krwi, rozkręcając ich zdolność transportu tlenu i energii. Szybko, bezboleśnie i efektywnie!

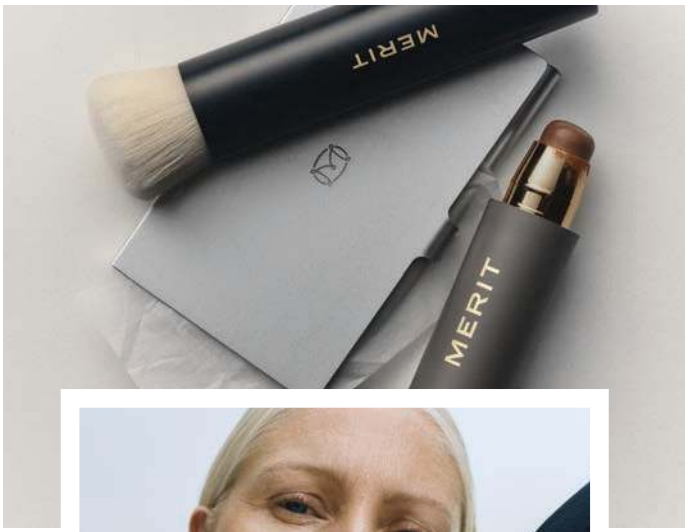
Kask do terapii przezczaszkowej IR/LED Brain **WEBER** *itpsa.pl* Opaska na rękę ze światłem czerwonym i IR **WEBER** *itpsa.pl*

Zdjęcia: Gianluca Carraro/Launchmetrics.com/Spotlight, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

ŚWIADOME PIĘKNO

AMERYKAŃSKA MARKA MERIT TWORZY KOSMETYKI DO PIELĘGNACJI I MAKIJAŻU, KTÓRE PRZYPOMINAJĄ MODOWĄ GARDEROBĘ. MINIMALISTYCZNĄ I JAKOŚCIOWĄ. BO JAK MÓWI BEAUTY CMO AILA MORIN: DLA MERIT PIĘKNO TO DUŻO WIĘCEJ NIŻ WYGLĄD.





Jaka jest filozofia tej marki?
W 2020 roku postanowiliśmy zmienić kierunek, w którym idzie branża beauty, i skończyć z promowaniem marki kosmetycznej przez influencerów i celebrytów. COVID-19 – i wszystko, co się wydarzyło w związku z nim – totalnie przebudował sposób myślenia kobiet o pielęgnacji. Zrozumieliśmy, że chcemy, by to nie był produkt celebrycki, ale taki, na który w pełni każda z nas zasługuje. Chcieliśmy, by nasze kosmetyki były jakościowe, łatwe w użyciu, a jednocześnie, by dawały wszystko, czego skóra potrzebuje. Co ważne: nie udajemy niczego. Wiarygodność też jest jedną z głównych cech MERIT.

Mamy, więc kosmetyki funkcjonalne, dopasowane do potrzeb i łatwe w użyciu. Taki rodzaj kosmetycznej kapsułowej garderoby. A kim jest kobieta, która ją nosi?
To kobieta, która skończyła 30 lat (już wkrótce będzie to gen Z!) i wie, kim jest, czego potrzebuje, a co jest dla niej zbędne. Badania pokazują, że kobiety w wieku 30–65 lat mają bardzo mało czasu dla siebie. Muszą łączyć różne obowiązki – dlatego dla nas było kluczowe, by rutyna pielęgnacyjna z jednej strony pozwalała oszczędzać czas, a z drugiej dawała maksimum przyjemności. Wszystko u nas jest transparentne, formuły można stopniować, są delikatne i nie zawierają składników zatykających pory.
Tworzymy kosmetyki powoli i bardzo starannie, stale udoskonalając ich skład. Niekiedy trwa to lata. I mamy nadzieję, że MERIT będzie towarzyszyć kobiecie przez długi czas.



Twoje ulubione produkty MERIT?
To zawsze najtrudniejsze pytanie, bo kocham wszystkie produkty MERIT. Ale codziennie używam Serum Great Skin. Mam bardzo wrażliwą skórę, a ono likwiduje wszystkie zaczerwienienia, głęboko nawilża i sprawia, że cera jest pełna zdrowego blasku. Dalej wymieniłabym The Minimalist Perfecting Complexion Stick. Kocham go, od czasu kiedy użyłam go po raz pierwszy kilka lat temu. Wystarczy rozprowadzić go pędzlem i skóra jest piękna, bez żadnego obciążenia czy efektu maski. Moja praca polega na tym, że próbuję też produktów konkurencji, żeby wiedzieć, co dzieje się w branży, wtedy przypominam sobie, za co kocham The Minimalist. Jako trzeci wymienię zapach. Retrospect (jego autorką jest perfumiarka Fanny Bal) jest dla mnie rytuałem, który przygotowuje mnie do wyjścia w świat. Spryskuję się nim i czuję, że jestem gotowa, bardziej pewna siebie, spokojniejsza. Kosmetyki, które dają taką moc, to moim zdaniem przyszłość beauty – te marki MERIT takie właśnie są.

A co jeszcze daje Ci siłę, relaksuje, wzmacnia?
Codziennie rano wychodzę na spacer z psem. To czas, kiedy mogę spokojnie wszystko sobie zaplanować, przemyśleć. Przestałam korzystać z mediów społecznościowych w telefonie, robię to wyłącznie na komputerze, uwierz mi to niesłychanie oczyszcza głowę i oszczędza czas. Inspiruję się rzeczami offline.

Marka MERIT będzie dostępna wyłącznie w perfumeriach SEPHORA.

eprasa.pl d94a2fd4b4



FAQ 402
FOREO
foreo.pl



Glow Serum:
Propolis
+ Niacinamide
BEAUTY BY JOSEON
sephora.pl

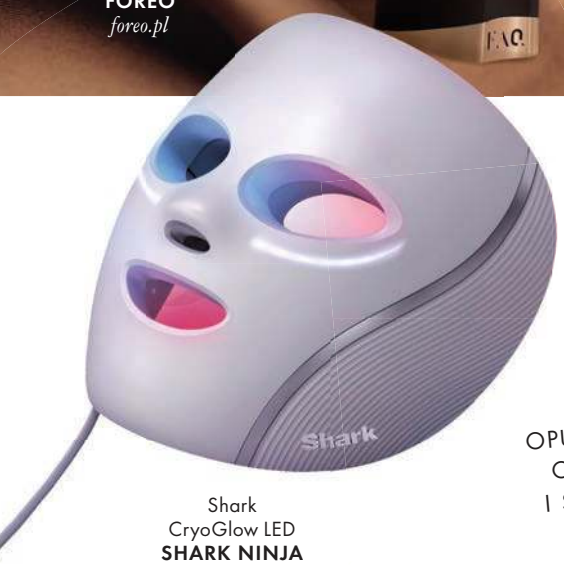
Odmładzająca emulsja matująca
CHANEL
chanel.com

GLASS & MAT

Skóra gładka i lśniąca jak szklana tafla? A może jednolita i aksamitnie satynowa? Dwa najmocniejsze trendy dotyczące cery wahają się między lukrowanym blaskiem a jedwabistym matem. Obie opcje bazują na starannie wypielęgnowanej skórze.

czas na profesjonalizm

RANO MASKA WYKORZYSTUJĄCA ZAAWANSOWANE TECHNOLOGIE, W TYM CZERWONE, NIEBIESKIE I GŁĘBOKIE *światło podczerwone*, ORAZ ZINTEGROWANY SYSTEM CHŁODZĄCY Z EFEKTEM PELTIERA UMIESZCZONY POD OCZAMI, KTÓRY NAPINA I REDUKUJE OPUCHLIZNĘ. A WIECZOREM „CZARODZIEJSKA RÓŻDŻKA", CZYLI URZĄDZENIE ODMŁADZAJĄCE I POPRAWIAJĄCE STAN SKÓRY DZIĘKI MIKROPRĄDOM I ŚWIATŁU LED. Z TAKIM ZESTAWEM PIĘKNA CERA GWARANTOWANA.



Shark
CryoGlow LED
SHARK NINJA
@sharkbeautypl

AVE, BAKTERIE!

W tym sezonie celebrujemy holistyczne podejście do zdrowia i urody. Badania nad mikrobiomem (i mikrobiotą) dowodzą, że dieta i zdrowa skóra mają z sobą wiele wspólnego. Dlatego wsparcie mikrobioty jelitowej za pomocą polifenoli, błonnika i suplementów traktujemy jak nowy element rutyny pielęgnacyjnej.



MIKROBIOM
aut. Claudia Musiał
wyd. PZWL



Suplement diety zawierający 20 miliardów CFU szczepu Lactobacillus crispatus M247 **CRISPACT**
apteki Dr Max



Funkcjonalny napój na bazie kefiru wodnego Ginger **FREST**
amabase.pl

FUNKCJA NAPOJU

Trend wellness na żywność i napoje funkcjonalne, czyli takie, które przywracają równowagę w organizmie, z roku na rok staje się coraz wyraźniejszy. Z każdym kolejnym kęsem i łykiem myśl o tym, co jesz i pijesz, nie tylko w kontekście kalorii, lecz także poprawy zdrowia. To naprawdę robi różnicę!



Matcha z grzybami adaptogennymi
SOLVE LABS
solvelabs.eu

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



BOTANICZNA PIELĘGNACJA OTRZYMYWANA DZIĘKI NAUCE.

W Oio Lab wykorzystujemy moc naturalnych składników o długiej historii stosowania, otrzymywanych przy użyciu zaawansowanej technologii, aby dostarczać widoczne, potwierdzone badaniami rezultaty dla Twojej skóry.

PETA APPROVED
Vegan | Global Animal Test Policy

@oiolab
www.oiolab.co

eprasa.pl d94a2fd4b4



VENTI4
wyłącznie na perfumeriaquality.pl

zapach 360°

W TYM ROKU NIE KUPUJEMY ZAPACHÓW OT TAK, ALE BUDUJEMY OLFAKTORYCZNE GARDEROBY. PRZETESTUJ *layering*, NAKŁADAJĄC RÓŻNE PRODUKTY JEDEN NA DRUGI *– od mydła, przez perfumy, po kadzidła.* ALBO WYPRÓBUJ WŁOSKĄ MARKĘ VENTI4 TWORZĄCĄ NIESAMOWITE ZAPACHY, KTÓRE NAKŁADA SIĘ NA OKREŚLONE MIEJSCA CIAŁA.



MAKIJAŻ GWIAZDY

Biżuteryjne opakowania pomadek, zestawy do makijażu inspirowane buduarami czy gwiazdozbiorami – sam makijaż może pozostać minimalistyczny i oszczędny, ale kosmetyki, których używasz, muszą być serwowane na bogato.

Pillow Talk Dreams Come True Set
CHARLOTTE TILBURY
sephora.pl



ROZKOSZ DLA CIAŁA

Pielęgnacja ciała staje się coraz bardziej zaawansowana. Produkty są mocno spersonalizowane, bazują na nowoczesnych technologiach i składnikach aktywnych podobnie jak w pielęgnacji twarzy. A do tego są bardzo luksusowe.

Perfumowany żel do mycia ciała i włosów Paris-Riviera **CHANEL** *chanel.com*
Perfumowany balsam do ciała Myrrh & Tonka **JO MALONE LONDON** *jomalone.eu*

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

DROGERIA
SUPER-PHARM
Recepta na piękno. Recepta na zdrowie.



1. TORRIDEN DIVE IN LOW MOLECULAR HYALURONIC ACID tonik do twarzy, 300 ml – 99,99 zł **2. PURITO MIGHTY BAMBOO** krem do twarzy z pantenolem, 100 ml – 114,99 zł **3. MEDIHEAL COLLAGEN AMPOULE PAD** płatki nasączone esencją kolagenową, 100 szt. – 139,99 zł **4. ANUA HEARTLEAF PORE CONTROL CLEANSING OIL** olejek do oczyszczania twarzy, 200 ml – 104,99 zł **5. HOLIKA HOLIKA ALOE WATERPROOF SUN CREAM** krem-żel do twarzy i ciała SPF 50+, 100 ml – 99,99 zł **6. D'ALBA WHITE TRUFFLE FIRST AROMATIC** nawilżające serum do twarzy w mgiełce, 120 ml – 169,99 zł **7. DR.ALTHEA 147 BARRIER CREAM** krem do twarzy, 50 ml – 109,99 zł **8. SKIN1004 MADAGASKAR CENTELLA** odżywcze serum do twarzy z wąkrotą azjatycką, 30 ml – 54,99 zł **9. BIODANCE BIO-COLLAGEN REAL DEEP MASK** maseczka do twarzy, 34 g – 19,99 zł **10. COSRX ADVANCED SNAIL 92 ALL IN ONE** krem do twarzy ze śluzem ślimaka, 100 g – 92,99 zł **11. BEAUTY OF JOSEON REVIVE EYE** serum Ginseng + Retinal serum pod oczy, 30 ml – 73,99 zł **12. ROUND LAB BIRCH JUICE MOISTURIZING SUNSCREEN SPF 50+** krem do twarzy, 50 ml – 99,99 zł

Podane ceny są cenami regularnymi.
Więcej w drogeriach Super-Pharm i na superpharm.pl

drogeria aplikacja superpharm.pl

Zeskanuj kod, pobierz aplikację
i odkrywaj więcej!

BĄDŹ Z NAMI W KONTAKCIE

eprasa.pl d94a2fd4b4

SIŁA TO TROSKA O SIEBIE

W ŻYCIU WAŻNE JEST TO, BY UMIEĆ DBAĆ O SWOJE POTRZEBY – ZARÓWNO EMOCJONALNE, JAK I TE ZWIĄZANE Z PIELĘGNACJĄ. CZY SIŁA MOŻE PRZYNOSIĆ WEWNĘTRZNY SPOKÓJ? OPOWIADA PAULINA KRUPIŃSKA, MODELKA I PREZENTERKA TELEWIZYJNA.



Czym dziś jest dla Ciebie siła?
To bardzo ciekawe pytanie, bo samo słowo „siła" może mieć wiele znaczeń. Dla mnie to umiejętność przyznania się do swoich słabości i pójścia dalej mimo wszystko. Siła to poczucie sprawczości i uważność na swoje potrzeby niezależnie od odgrywanej roli – zawodowej czy prywatnej. Jako młoda dziewczyna rozumiałam to pojęcie zupełnie inaczej – jako bunt. Teraz siłą jest dla mnie świadomość, że nie muszę nikomu nic udowadniać. I to daje ogromną wolność. Czasem największym przejawem siły jest powiedzenie: „nie mogę" albo „nie chcę".

Łączysz wiele ról. Co daje Ci siłę, gdy tempo życia przyspiesza?
Dbanie o balans i cieszenie się chwilą. Nauczyło mnie tego macierzyństwo. Moje dzieci przypomniały mi, jak cudowne są małe rzeczy – tęcza, deszcz, śnieg. Właśnie takie momenty przywracają mi spokój.

Czy w ciągu dnia znajdujesz czas na pielęgnację – także włosów?
Moim zdaniem pielęgnacja to nie tylko obowiązek, lecz także ogromna przyjemność i forma czułości dla siebie. Pracuję przed kamerą, a moje włosy nieustannie są poddawane różnym stylizacjom. Dlatego o nie dbam. Od lat stawiam na systematyczność, sprawdzone produkty i świadome podejście.

Kolagen to fundament mocnych włosów. Czy dobierając pielęgnację, szukasz konkretnych składników wspierających jego produkcję, by zapewnić im regenerację i siłę?
Od dawna interesują mnie składniki, które wspierają naturalne procesy zachodzące w skórze i włosach. Moim ostatnim odkryciem są peptydy prokolagenowe, które pomagają stymulować produkcję kolagenu, by docelowo – wzmocnić strukturę włosa.

Vichy Dercos Collagen 17 Filler to seria dermokosmetyczna, jednocześnie przyjemna w stosowaniu. Czy takie połączenie ma dla Ciebie znaczenie?
Uwielbiam produkty, które łączą skuteczność z przyjemnością stosowania. Vichy Dercos Collagen 17 Filler ma luksusowy zapach, a przy tym jest to seria skuteczna i przebadana dermatologicznie. Dla mnie to idealne połączenie.
Podstawą pielęgnacji jest regularność. Żadne cuda nie zdarzą się z dnia na dzień – trzeba być cierpliwą, konsekwentną, używać sprawdzonych, przebadanych produktów i dać włosom czas.

Co jest Twoją najważniejszą zasadą w pielęgnacji włosów?
Konsekwencja. Tak samo jak z pielęgnacją skóry – jeśli nie zadbamy o fundament, żaden nawet najdroższy krem nie przyniesie efektów. Tak samo jest z włosami – ich pielęgnacja zaczyna się przede wszystkim od skóry głowy. Jeśli będziemy systematyczne i damy włosom to, czego potrzebują – one naprawdę się odwdzięczą.

Podsumowując: mniej eksperymentów, więcej spokoju i świadomej troski?
Spokój, regularność, dopasowane kosmetyki i cierpliwość – to najlepsze, co możemy dać naszym włosom. I sobie.

eprasa.pl d94a2fd4b4

3 KROKI ULTRA-REGENERUJĄCEJ PIELĘGNACJI

PRZECIW WYPADANIU WŁOSÓW Z POWODU ŁAMLIWOŚCI

SKUTECZNOŚĆ UDOWODNIONA W BADANIACH







Dowiedz się więcej:

KROK 1

KURACJA PRZED SZAMPONEM

Regeneruje włosy na całej długości, od nasady aż po same końce.

KROK 2

SZAMPON

Doskonale oczyszcza i rewitalizuje włosy, od nasady aż po same końce.

KROK 3

ODŻYWKA

Nadaje włosom miękkość i blask, wygładza i ułatwia rozczesywanie.

„Osłabienie włosów rzadko ma jedną przyczynę. Stres, częsta stylizacja czy koloryzacja, a także starzenie się mieszka włosowego stopniowo wpływają na kondycję skóry głowy i strukturę włosa. Jednym z kluczowych elementów odpowiadających za jego siłę jest kolagen XVII – białko, które utrzymuje równowagę na skórze głowy oraz reguluje populację komórek macierzystych mieszka włosowego. Gdy jego poziom spada, włosy stają się cieńsze i bardziej podatne na łamliwość. Dlatego w nowoczesnej pielęgnacji tak ważne są składniki, które wspierają naturalną produkcję kolagenu, takie jak peptydy prokolagenowe czy kwas cytrynowy, eliminujący wewnętrzne osłabienia włókna włosowego. To podejście, które nie tylko poprawia wygląd włosów, lecz także realnie wzmacnia je od podstaw”.



Paulina Sobkowiak, kosmetolog, trycholog z ponad 12-letnim doświadczeniem klinicznym. Specjalizuje się w problemach skóry głowy i wypadania włosów, łącząc wiedzę z kosmetologii, fizjologii skóry i nowoczesnej trychologii.
W swojej pracy stawia na naukę, precyzyjną diagnostykę i holistyczne podejście do zdrowia włosów.

eprasa.pl d94a2fd4b4



małe WIELKIE KRÓLESTWO

KOLEJNE BADANIA WYKAZUJĄ, ŻE BAKTERIE STERUJĄ NASZYM ZDROWIEM, WYGLĄDEM, NAWET ZACHOWANIEM. NIE KAŻDY JEDNAK ZDAJE SOBIE SPRAWĘ, ŻE FASCYNUJĄCY MIKROŚWIAT MAMY NIE TYLKO W BRZUCHU. SEKRETY ŻYJĄCYCH Z NAMI MIKROORGANIZMÓW ODKRYWAMY Z DR N. MED. **CLAUDIĄ MUSIAŁ**, NAUKOWCZYNIĄ, KOSMETOLOŻKĄ BIOESTETYCZNĄ I TRYCHOLOŻKĄ, AUTORKĄ KSIĄŻEK O MIKROBIOMIE.

rozmawia ANNA AUGUSTYN-PROTAS

Nawet dwa kilogramy mikroorganizmów nosimy w jelitach. A co wiemy o bakteriach bytujących na naszej skórze?

CLAUDIA MUSIAŁ: Że to również tętniący życiem ogród. I każdy zakątek – twarz, stopy czy owłosiona skóra głowy – to strefa o innym składzie. Mamy tam miliardy bakterii, grzybów, wirusów chroniących nas przed patogenami, a także mogących przyczyniać się do powstawania problemów. W kosmetologii mówimy, że równowaga tego ogrodu jest kluczem do zdrowia i przedłużenia młodości skóry. Dokładnie tak jak mikrobiota jelitowa leży u podstaw długowieczności.

W porównaniu z jelitami nasza skóra jest jednak znacznie... uboższa?

Wiadomo, mikrobiom jelitowy jest liczniejszy, ale skórny jest równie istotny. Jego zaburzenia prowadzą do dermatoz i zwiększają ryzyko kancerogenezy komórek skóry. Im większa dysbioza, tym bliższe widmo zachorowania, a także zaostrzenia problemów już istniejących, takich jak łuszczyca, AZS, egzema. Dysbioza może również nasilać przetłuszczanie i wypadanie włosów. Zawsze zanim przejdziemy do leczenia łysienia, zaczynamy od przywracania równowagi w skórze głowy. Terapie i zabiegi są wtedy efektywniejsze.

Wiemy, że skóra i jelita są w kontakcie. W jaki sposób?

Łączy je oś jelito-skóra, która prowadzi przez układ odpornościowy. I jeśli jelita są w dysbiozie, brakuje w nich różnorodnych bakterii, to skóra to odczuwa. Gdy do krwiobiegu są uwalniane markery zapalne i toksyny, to na skórze manifestują się jako trądzik, rumień, suchość, zaostrzone ➤

Zdjęcie: Dusan Stankovic/Getty Images

eprasa.pl d94a2fd4b4

zmiany istniejące i szybsze starzenie się. Jelita są fabryką młodości, a skóra ich wizytówką. Jej mikrobiom jako przyszłość pielęgnacji to przewodni wątek mojej nowej książki.

A jak stan skóry przekłada się na jelita?

Za pośrednictwem układu odpornościowego, który reaguje na działanie stresu. Pod wpływem napięcia podnosi się poziom kortyzolu, co implikuje pojawienie się stanów zapalnych na poziomie skóry. A ta tą samą drogą śle sygnały zwrotne.

Jak to wygląda? Wypadają mi włosy, więc się stresuję, co podnosi mi poziom kortyzolu, który zmniejsza populację pożytecznych bakterii w jelitach?

Właśnie tak. Jest i działanie bezpośrednie, gdy patogeny ze skóry dostają się do jelit przez dłonie i usta. Kontakt jelita-skóra jest więc obustronny, choć z jelit do skóry znacznie silniejszy.

Jak dbać o mikrobiom skóry? Poza tym, żeby się nie stresować, zrezygnować z żywności przetworzonej, cukru, alkoholu, bo nie służą jelitom...

Kiedy jelita są w dysbiozie i brakuje w nich różnorodnych bakterii – skóra to odczuwa. Gdy do krwiobiegu są uwalniane markery zapalne i toksyny, to na skórze manifestują się one jako trądzik, rumień, suchość, zaostrzone zmiany istniejące i szybsze starzenie się.

Jedzmy błonnik i produkty fermentowane, także postbiotyki, np. Akkermansia muciniphila. Badania mówią, że liczebność tej bakterii z wiekiem spada, ale u osób długowiecznych utrzymuje się na wysokim poziomie. W naszym interesie jest ją uzupełniać – jest dostępna w postaci pasteryzowanego postbiotyku. Jak ta suplementacja wpływa na skórę i mikrobiom, piszę w poradniku „Wiecznie młoda skóra". I ważna jest pielęgnacja. Przez całe lata była dużo agresywniejsza. Koncentrowała się wokół eliminowania bakterii, zalecało się mocne złuszczanie. Dziś wiemy, że to uproszczone podejście. Doniesienia naukowe wskazują, że mikrobom pełni funkcję pierwszej obrony skóry, więc warto zadbać o jego równowagę biologiczną. O obecność takich bakterii jak Cutibacterium acnes.

To nie ona odpowiada za trądzik i jeszcze niedawno była tępiona?

Owszem, ale to już niezgodne z dzisiejszą wiedzą. Tak naprawdę to bardziej złożone mechanizmy zapalne przyczyniają się do trądziku, nie sama bakteria.

Które z naszych codziennych błędów są dla mikrobioty skóry najgorsze?

Stosowanie produktów maskujących objawy, a nie pielęgnujących, dobieranie ich przypadkiem, bo poleciła je koleżanka czy internet. Za częste zmienianie kosmetyków – żeby poznać ich działanie pielęgnacyjne, trzeba minimum 4–6 tygodni regularnego stosowania. Dalej: zbyt agresywne mycie skóry i używanie wielu produktów złuszczających jednocześnie. Retinoidy i kwasy są fantastyczne, ale korzystajmy z nich w odpowiednich interwałach czasowych. Pielęgnacja to nie tylko stymulacja i złuszczanie!

Jak w ćwiczeniu mięśni: ważny jest i trening, i regeneracja.

Otóż to. Musimy skupić się na homeostazie. I na ochronie górnej warstwy naskórka. Dobrym pomysłem jest stosowanie produktów z prebiotykami czy postbiotykami. Prebiotyki karmią bakterie w naszej skórze, a postbiotyki łagodzą stany zapalne, nawilżają i wzmacniają barierę hydrolipidową. Świetna pod tym kątem jest – bardzo zaawansowana technologicznie – pielęgnacja koreańska i japońska. Na szczęście pielęgnacja barierowa i u nas wkracza na salony. Obok antyoksydacji i filtrów UV to absolutny must.

Jakie składniki szczególnie wzmacniają barierę skóry?

Lipidy, cholesterol, ceramidy, skwalen, prebiotyki, postbiotyki, ektoina, która ma też działanie przeciwzapalne. Pamiętajmy także, że mikroorganizmy są wrażliwe na zmiany pH skóry. Zachowanie lekko kwaśnego środowiska jest jednym z najprostszych i najskuteczniejszych sposobów ich ochrony.

Pomaga w tym mycie twarzy rano samą wodą? Robi tak np. Salma Hayek, mówiła o tym w „The New York Times".

Może i u niektórych osób to się sprawdza. Ja jednak jestem za używaniem delikatnego środka myjącego. Potem warto zaaplikować tonik, np. mleczny, którego jestem fanką.

Czego jeszcze Pani używa? Co poleca?

Jeśli ktoś lubi naturalne metody, to zachęcam do pochylenia się nad właściwościami oleju z owsa. To fantastyczny, natural-

eprasa.pl d94a2fd4b4

ny emolient. Zimą dodaję go do kremu i balsamu, aplikuję na końcówki włosów. Ma działanie korzystne dla mikrobiomu: jest bogaty w ceramidy, fitosterole, kwasy tłuszczowe. Uszczelnia barierę skórną i obniża pH. Do tego zawiera awentramidy, antyoksydanty redukujące świąd, pieczenie, rumień, dzięki czemu mogą go stosować osoby z AZS. W mojej pracy z pacjentami onkologicznymi widzę, że sprawdza się także w ich przypadku, a w związku z toksycznością leczenia mają bardzo zaburzony mikrobom skóry.

Skoro o środkach naturalnych: soda oczyszczona jako peeling do skóry głowy. Obciach czy klasa?

Zdecydowanie obciach! To absolutne szaleństwo. Soda jest silnie zasadowa, w związku z czym zaburza pH skóry, osłabia ją i jej barierę. Wywołuje stan zapalny i łupież. Nie jestem też fanką peelingów trychologicznych mających w składzie mikrogranulki złuszczające. One mogą naruszać delikatną osłonkę włosów i te mogą pękać. Cenię peelingi, ale enzymatyczne lub chemiczne, w postaci płynnej, aplikowane na suchą skórę głowy przed myciem.

A czy dla naszych bakterii ma znaczenie, jakie nosimy ubrania?

Ogromne! Dla integralności mikrobioty skóry najlepsze są naturalne włókna, bawełna, wełna merino, jedwab, len, który działa antybakteryjnie. Noszenie tkanin syntetycznych może sprzyjać nadmiernemu rozwojowi Staphylococcus np. na owłosionej skórze głowy i skutkować powstawaniem niektórych dermatoz.

Oraz elektryzowaniem się włosów. Częsty widok po zdjęciu czapki z poliestru.

Włosy elektryzują się, gdy brak im wilgoci, co też jest informacją o stanie mikrobiomu, ale plastik ma znaczenie. Z czapkami jest jeszcze inny problem. Często zadaję takie pytanie: „Czy wraz z rozpoczęciem sezonu zimowego pani/pan wyprała swoje czapki?". Niedostateczna higiena może przyczyniać się do dysbiozy skóry głowy, a także twarzy, czoła.

A przesadna higiena, pranie ubrań w dużej ilości proszku ma wpływ na mikrobiotę?

Ma. Resztki detergentów, zwłaszcza ich substancji zapachowych, mogą zaburzać mikroflorę skóry. Owszem, detergenty anionowe do prania i mycia skutecznie usuwają patogeny, grzyby, drożdżaki i bakterie. Niemniej przy okazji mogą podrażniać, zwłaszcza osoby wrażliwe i alergiczne. Poza tym większość proszków ma bardzo zasadowe pH. Lepiej stosować płyny, i to hipoalergiczne. ●

REKLAMA

tołpa.®
bionic

poczuj efekt **DUAL GLOW**
na swojej skórze

witamina C
+ KWAS MALTOBIONOWY



Tylko tu! ROSSMANN Moja Drogeria

i na **tolpa.pl**

*dotyczy **KREMU W KAPSUŁKACH HYDRO-GLOW**

eprasa.pl d94a2fd4b4



epinea.pl d94a2fd4b4

OPARTE NA EPIGENETYCE

NIVEA

Epigenetyka to dziedzina nauki, która bada, jak nasz styl życia i środowisko – promieniowanie słoneczne czy zanieczyszczenia – wpływają na wyłączanie genów, przyspieszając **starzenie się skóry**. Ten proces można odwrócić! Poprzez zmianę stylu życia oraz pielęgnację z zastosowaniem **składników aktywnych** odkrytych dzięki badaniom epigenetycznym.

PRZEŁOMOWY EPICELLINE®

Epicelline® aktywuje funkcje długowieczności w skórze i cofa oznaki starzenia się skóry w 2 tygodnie.



98% POTWIERDZA WIDOCZNE ODMŁODZENIE SKÓRY**

PRZED PO***



COFNIJ 10 OZNAK STARZENIA SIĘ SKÓRY****

- Objętość zmarszczek **-24%**
- Blask **+20%**
- Wypełnienie **+47%**
- Elastyczność **+20%**



- Głębokie zmarszczki **-20%**
- Efekt liftingu **+20%**
- Jędrność skóry **+20%**
- Nawilżenie **+36%**
- Wygładzenie **+17%**
- Wzmocnienie skóry **+25%**

* in vitro ** badanie kliniczne z udziałem 43 kobiet, 2024, 98% potwierdza wystąpienie oznak odmłodzenia skóry (poprawa jędrności/ elastyczności, efekt liftingu, blask) *** Rzeczywiste wyniki pomiaru zmarszczek za pomocą PRIMOS, bez retuszu. Rezultaty po 2 tygodniach. Indywidualne wyniki mogą się różnić. **** badania kliniczne, współczynnik poprawy, 30-34 kobiety, 2024

eprasa.pl d94a2fd4b4

INWESTUJ W SIEBIE

MĄDRE DBANIE O WŁASNE ZDROWIE I WYGLĄD TO JEDYNY BIZNES, KTÓRY ZAWSZE SIĘ OPŁACI! WYPRÓBUJ PODKRĘCAJĄCE METABOLIZM ĆWICZENIA NA GORĄCO, ZAPROŚ SIĘ NA ZABIEGI BAZUJĄCE NA INTELIGENTNYCH URZĄDZENIACH, SERWUJ SOBIE LONGEVITY FOOD ORAZ PEPTYDOWE SHOTY I ŻYJ DŁUGO I NAJPIĘKNIEJ, JAK SIĘ DA.

zdjęcia KATE POWERS tekst MAJA MENDRASZEK-GOSER



PODANE NA CIEPŁO

Jeśli kiedykolwiek byłaś fanką hot jogi, pilates w temperaturze około 38 st. C (ciepło jest tu generowane przez panele lub maty infrared) przypadnie ci do gustu. Taka aktywność pomaga w budowaniu i rozciąganiu mięśni, przyspiesza metabolizm i doskonale działa na zmęczony mózg, co potwierdzają m.in. badania opublikowane w 2024 roku w „Journal of Strength and Conditioning Research".

Kostum St. Agni, kardigan Hermès
Po prawej: płaszcz R13, kostium Norma Kamali, dżinsy i czapka Dolce & Gabbana



POKARM BOGÓW

Wprawdzie to napoje proteinowe będą wiodły prym w tym roku, ale to nie jedyna opcja funkcjonalnych produktów z tej kategorii. Popularne stają się też napoje z antyoksydantami, np. resweratrolem i NAD+ oraz naturalne koktajle z czystych owoców i warzyw (bez cukru i mleka), także tych mrożonych. Monika Kurzyńska, kierownik kontroli i zapewnienia jakości Frosta, podkreśla: – Proces mrożenia to jeden z najlepszych sposobów na zachowanie wartości odżywczych. Kluczowe jest jednak, by odbywał się w odpowiednich warunkach: podczas szybkiego mrożenia w niskiej temperaturze dochodzi do zatrzymania procesów biologicznych, dzięki czemu produkty zachowują wartości odżywcze, kolor i smak.



DZIEWCZYNY I MASZYNY

Zaffiro Lift dający efekt liftingu i miłego odprężenia, Emface i Emsculpt działające na mięśnie, tkanki, a także poprawiające nastrój, LPG Endermologie usprawniająca przepływ limfy oraz redukująca stres (badania podają spadek kortyzolu nawet o 20 proc. po 30-minutowej sesji) – coraz więcej urządzeń poprawiających nasz fizyczny stan okazuje się również działać na naszą kondycję psychiczną. Ogromny trend na zaawansowane technologie, które doprowadzają organizm do optymalnego dobrostanu, to prawdziwa przyszłość longevity.

Sukienka i szorty Chloé

orasa.pl d94a2fd4b4

OSLO SKIN LAB
High performance skincare

Sekrety pięknej skóry:

PRZYWRÓĆ BLASK I ENERGIĘ PO ZIMIE



ZAUFAJ NAUCE I DOŚWIADCZENIU.

Oslo Skin Lab to norweska marka suplementów diety, obecna na polskim rynku już od 5 lat. Działanie kolagenu The Solution™ zostało udowodnione naukowo.

Jędrność i elastyczność – zacznij dzień od porcji kolagenu The Solution™ od Oslo Skin Lab, a zobaczysz jędrną i gęstą skórę.

Gładkość od stóp do głów – bioaktywne peptydy kolagenowe pomagają zmniejszyć widoczność zmarszczek i cellulitu.

Naturalna produkcja kolagenu – kolagen i jego najlepsza przyjaciółka – witamina C, która wzmacnia jego działanie i przyczynia się do jego prawidłowej produkcji.

Ochrona i energia – witamina C wspiera odporność i chroni komórki przed stresem oksydacyjnym, wspierając skórę w procesach starzenia.

Promienny blask – regularne stosowanie tego duetu sprawia, że skóra wygląda promiennie, jest nawilżona i pełna życia po zimie.

Tylko teraz, dla czytelniczek ELLE, oferta specjalna.

Otrzymaj rabat -60% na pierwsze opakowanie The Solution™ oraz

Witaminę C w gratisie do każdej przesyłki.

Zeskanuj kod QR lub wejdź na osloskinlab.pl i wpisz kod: ELLE2026

eprasa.pl d94a2fd4b4



PEPTYDOWY ZAWRÓT GŁOWY

Peptydy to krótkie łańcuchy aminokwasów hamujące stany zapalne, regulujące poziom hormonów, a do tego zwalczające mgłę mózgową. Promują lepszy sen i poprawiają nastrój, a nawet seks. Dotychczas głównym sposobem dostarczania sobie ekstra dawki peptydów (a także najlepiej przebadanym) były zastrzyki. Teraz coraz popularniejsze stają się te w aerozolu, które podaje się do nosa. – Peptydy donosowe dostają się do organizmu inaczej – przemieszczają się bezpośrednio z nosa do mózgu, podczas gdy zastrzyk musi przedostać się przez krwiobieg – wyjaśnia dr Amanda Kahn, nazywana „peptydową księżniczką". – O doborze peptydów i formie podania zawsze jednak powinien decydować lekarz – dodaje ekspertka.

ZDJĘCIA KATE POWERS **STYLIZACJA** BOBETTE COHN
WŁOSY ZAIYA LATT/BRYAN BANTRY AGENCY **MAKIJAŻ** STEPHANIE PETERSON/ART DEPARTMENT
MODELKA MILLI CORNA/IMG MODELS

Kostium i ręcznik Chanel

eprasa.pl d94a2fd4b4

MIASTO KOBIET



BEZ POŚPIECHU, Z FILIŻANKĄ KAWY W DŁONI, PYSZNYM JEDZENIEM I SZTUKĄ NA WYCIĄGNIĘCIE RĘKI – CZY ISTNIEJE LEPSZY SPOSÓB NA SPĘDZENIE DNIA KOBIET? WROCŁAW NIC NIE NARZUCA, TYLKO ZAPRASZA. BY ODKRYWAĆ, SMAKOWAĆ I BYĆ. W KOBIECYM RYTMIE.

Historia flirtuje tu z nowoczesnością, a sztuka z codziennością. Kameralne galerie, przytulne kawiarnie, nagradzane restauracje i wyjątkowe przestrzenie tworzą atmosferę, która idealnie sprzyja świętowaniu Dnia Kobiet.

Sztuka pełna emocji

Wrocław zachwyca kulturą, która jest blisko człowieka. Przykłady? Żyjnia w BWA Wrocław łączy sztukę z relaksem, Krupa Art Foundation to światowe wystawy w kameralnej atmosferze, a wystawa „Body Worlds" w IASE opowiada o ludzkim ciele. Galeria SIC! zachwyca szkłem artystycznym, BWA Wrocław Główny na dworcu – nieoczywistą scenerią, a barokowa Aula Leopoldina – grą świateł. Wieczór warto spędzić w operze lub na koncercie w Hali Stulecia.







Miasto pełne smaków

Dzień Kobiet bez dobrego jedzenia? To okazja, by odwiedzić trzy wrocławskie restauracje wyróżnione tytułem Bib Gourmand i prowadzone przez kobiety – BABA, IDA Kuchnia i Wino oraz Tarasowa. Na kawę warto zajrzeć do Łyku w baszcie na Mostach Pomorskich, do Odra Centrum – kawiarni na wodzie z widokiem na Most Grunwaldzki – lub do kameralnej Cafe Berg nad fosą, w budynku projektu Maksa Berga.

Ruch i regeneracja

Wrocław sprzyja uważności i trosce o siebie. Dzień warto rozpocząć od rytuałów pielęgnacyjnych w Aquaparku Wrocław, a noc spędzić w Hotelu Altus Palace z nowoczesną strefą wellness, wyróżnionym w przewodniku Michelin. Spacer można zacząć od Mostka Pokutnic, skąd roztacza się widok na miasto i gdzie czekają krasnale Tekla i Martynka, a potem ruszyć śladami znanych Wrocławianek. Bo Wrocław to miasto, które celebruje kobiety.

eprasa.pl d94a2fd4b4



Woda perfumowana Private Blend Figue Érotique **TOM FORD BEAUTY** *douglas.pl*

Perfumy do towarzystwa

W 2026 ROKU ZAPACHY MÓWIĄ CISZEJ. ZAMIAST DEKLARACJI SĄ SUGESTIE. ZAMIAST OPISYWAĆ ŚWIAT WPROST, POZWALAJĄ GO POCZUĆ. DZIAŁA. O PERFUMERYJNYCH TRENDACH OPOWIADA EKSPERT MARKI TOM FORD BEAUTY, BARTŁOMIEJ OTT.

rozmawia MAJA MENDRASZEK-GOSER



BARTŁOMIEJ OTT
Recenzent perfumeryjny marki Tom Ford Beauty.
@tfb_bartek

Mówisz, że perfumy w tym sezonie są subtelniejsze, czyli koniec z zapachowym woalem wyczuwalnym nawet po drugiej stronie ulicy?

BARTŁOMIEJ OTT: Właśnie tak. Perfumy przestają być komunikatem wysyłanym w przestrzeń: „Patrzcie, to ja!". Zamiast tego stają się osobistym zapisem chwili – światła wpadającego przez okno, chłodu poranka, skóry ogrzanej słońcem. To nie jest już nawet kwestia trendów rozumianych jako sezonowa moda, lecz pewnej zmiany wrażliwości, sposobu odczuwania i interpretowania rzeczywistości. Coraz częściej wybieramy kompozycje, które nie domagają się uwagi. Takie, które istnieją blisko ciała, niemal na granicy obecności i nieobecności. Perfumy zaczynamy traktować jak drugą skórę. Ich siła tkwi w niedopowiedzeniu. W tym, że nie próbują opowiadać całej historii, lecz zostawiają miejsce na własną.

Abstrakcja zamiast ilustracji?

W tej estetyce mieści się nowa fala zapachów inspirowanych naturą, lecz pozbawionych dosłowności. Zieleń nie jest już tylko zielenią, drewno – drewnem, a owoc nie jest traktowany jako synonim czegoś pysznego i soczystego. To raczej wrażenie faktury, temperatury, przestrzeni. I właśnie tu pojawia się filozofia marek, które zamiast reagować na trendy, wolą je interpretować.

A jak to potraktowała marka Tom Ford Beauty?

Ostatnie premiery Tom Ford Beauty wpisują się w sposób myślenia o zapachu jako formie artystycznej. Nowość w kolekcji Private Blend – Figue Érotique – to nie figa rozumiana dosłownie, lecz jej cień: zielony, lekko gorzki, miękko osadzony na skórze z mleczno-soczystym nasyceniem. Jest jak moment zatrzymania w południowym ogrodzie, zanim upał stanie się intensywny. Zapach nie rozwija się gwałtownie, raczej pulsuje, zmieniając się razem z ciałem. W świecie, który coraz bardziej ceni autentyczność i spokój, Figue Érotique rezonuje z potrzebą nie tyle erotyczności, ile intymności i wewnętrznej harmonii. Podobne wrażenie spotykamy w zapachu kolekcji Signature – Soleil Neige, jednak okraszone iskrzącym lodem i otulone promieniami zimowego słońca.

Trzeba się chwilę zastanowić nad zapachem?

Tom Ford Beauty nie tworzy zapachów, które mają się podobać wszystkim, tworzy takie, które można odczytać na własny sposób. W 2026 roku to właśnie taka postawa staje się nowym luksusem: wolność interpretacji, brak jednoznacznych kategorii. Perfumy nie muszą już definiować naszej tożsamości. Wystarczy, że jej towarzyszą.

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



Multichrome to jeden z najbardziej spektakularnych efektów w makijażu.

Muśnięte kolorem usta będą pięknym dopełnieniem makijażu. Zapomnij jednak o poprawianiu pomadki co kilkanaście minut! **Lifeproof Lip Stain Marker** utrzymuje się na wargach przez wiele godzin, nie rozmazuje się ani nie ściera. Wchłania się i zastyga po kilku sekundach, nadając ustom piękny, trwały kolor i eleganckie, matowe wykończenie. Jednocześnie zupełnie nie wysusza warg.
Kosmetykiem, który domknie cały look, będzie konturówka do ust **Lifeproof Lip Pencil**. Pięknie podkreśli kształt warg, a jej maślana konsystencja zapewni gładką aplikację. Można nią wypełnić całe wargi, zaznaczyć ich kontur, a nawet uzyskać modny efekt rozmycia.
Nie potrzebujesz specjalnych kursów ani wielogodzinnych ćwiczeń przed lustrem. Wystarczy, że sięgniesz po kosmetyki, które gładko suną po skórze, są dobrze napigmentowane, a ich formuła – zaprojektowana z myślą o trwałości!

MAKIJAŻOWY NIEZBĘDNIK

TE KOSMETYKI SĄ IDEALNE DLA KOBIET, KTÓRE LICZĄ NA OSZAŁAMIAJĄCY EFEKT, A JEDNOCZEŚNIE CENIĄ PROSTOTĘ I ODROBINĘ KREATYWNEJ SWOBODY!



Notino Lifeproof Cream Eyeshadow Stick cienie do powiek w kredce

Notino Serum-Infused Lifeproof Eyebrow Liner płynna kredka do brwi

Notino Lifeproof Lip Stain Marker marker do ust

Notino Lifeproof Lip Pencil konturówka do ust

Notino Lifeproof Multichrome Soft Gel Eye Pencil wodoodporna kredka do oczu

Kosmetyki Notino zapewnią trwały efekt i sprawią, że zrobienie makijażu stanie się naprawdę proste – nieważne, czy chcesz wykonać make-up dzienny, czy na specjalne okazje. Podkreślone oczy to podstawa! Cień **Lifeproof Cream Eyeshadow Stick** ma wygodną w aplikacji formę kredki, mocno nasycone odcienie i kremową konsystencję. Posłuży zarówno do narysowania uwodzicielskiej kreski w stylu cat eye, jak i do stworzenia przydymionego oka. Jeśli szukasz czegoś jeszcze bardziej spektakularnego – postaw na efekt multichrome! Wystarczy jedno pociągnięcie kredką **Lifeproof Multichrome Soft Gel Eye Pencil**, by uzyskać intensywną linię koloru, który zmienia się w zależności od kąta padania światła. Makijaż wykonany tymi kosmetykami przetrwa wszystko, co przyniesie dzień – bez osypywania się i rozmazywania.
Nie zapominaj również o brwiach: to one dodają charakteru spojrzeniu. **Płynna kredka do brwi Serum-Infused Lifeproof Eyebrow Liner** łączy precyzję make-upu z pielęgnacją – stymuluje wzrost włosków, a jednocześnie pozwala zdefiniować kształt i kolor brwi.



Automatyczna konturówka do ust pięknie podkreśli kształt warg.

NOTINO

eprasa.pl d94a2fd4b4

NIEWIDZIALNA POKUSA

CZY KIEDYKOLWIEK POZWOLIŁAŚ, BY ZAPACH CIĘ POPROWADZIŁ ALBO SPRAWIŁ, ŻE ZA KIMŚ SIĘ ODWRÓCIŁAŚ, A NAWET POSZŁAŚ, BO TAK PIĘKNIE PACHNIAŁ? TYLKO DLA NAS SPECJALISTKA OD ZAPACHÓW AGATA HERBUT/MANOSA PRZEPROWADZA MAŁE ŚLEDZTWO DOTYCZĄCE PERFUM I ODKRYWA, DLACZEGO NAS HIPNOTYZUJĄ, OBEZWŁADNIAJĄ I SPRAWIAJĄ, ŻE NIE JESTEŚMY W STANIE PRZESTAĆ O NICH MYŚLEĆ.

tekst AGATA HERBUT

Kiedy na poważnie odkryłam świat zapachów: perfumy, olejki, kadzidła, wiedziałam, że to świat, który chcę poznać dogłębnie. Czułam, że ta przestrzeń ma do zaoferowania nieskończoność. Ta obsesja rozwijała się latami, a wraz z nią rosła moja ciekawość zapachów. Jak powstają, dlaczego tak bardzo działają na emocje, dlaczego niektóre wspomnienia pachną tak mocno. I wreszcie: czy to tylko moja historia, czy zapachy uwodzą też innych?

– Zdarzyło mi się podejść do zupełnie obcej dziewczyny i zapytać, czym pachnie. To był Bois Impérial – zapach, który naprawdę trudno zignorować. Rzadko zmieniam perfumy, więc jeśli coś zatrzymuje mnie w pół kroku, musi być wyjątkowe – opowiada aktorka Joanna Osyda. – Bois Impérial ma w sobie nowoczesność połączoną z surowością. Kojarzy mi się z chłodnym powietrzem, drewnem i suchą, lekko pieprzną nutą, która długo zostaje w pamięci. Myślę, że uwiódł mnie też z powodu mojej dawnej miłości do paczuli, którą przywiozłam kiedyś ze Sri Lanki. Przez długi czas używałam tylko jej. Dziś jest dla mnie zbyt intensywna, ale w Bois Impérial wciąż odnajduję tę ziemistą głębię. Uwielbiam też zapach lasu i mojego psa – takie zapachy, które są tak prawdziwe, że nie da się ich podrobić.

Zapach jest jedną z najbardziej wyrafinowanych form pamięci. Omija racjonalne filtry, ma zdolność przenoszenia nas w czasie i przestrzeni. Trafia wprost do emocji, otwiera drzwi do wspomnień, przywołuje ludzi i miejsca. Nie jest dodatkiem do stylu, jest jego niewidzialną warstwą. Potrafi zdradzić nasz nastrój, intencje i to, czego nie mówimy na głos. Czasem wystarczy jeden akord, jedna nuta, by wiedzieć, czy ➤



1



2



3



4

1. Feel the Moment **BEBIO & EWA CHODAKOWSKA** 129 zł/50 ml *bebio.pl* **2.** Bois Impérial Edition Collector **ESSENTIAL PARFUMS** 439 zł/100 ml *galilu.pl* **3.** Ganymede **MARC-ANTOINE BARROIS** 860 zł/100 ml *moodscentbar.com* **4.** Sadness Tears **EDEL** 835 zł/100 ml *perfumeriaquality.pl*

Zdjęcia: Corry/ClassicStock/Getty Images, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4





Agata Herbut
Znana jako Agata Manosa (*@agatamanosa*), od lat zgłębia zapachowe tematy.

chcemy się zbliżyć, czy zrobić krok w tył. – Zapach, przy którym zawsze się zatrzymuję? Proszku do prania kogoś, w kim kiedyś byłam zakochana. Inny, równie silny? Petrichor – woń deszczu na rozgrzanej ziemi. Dla mnie to przywołanie biegania z dziadkiem w letniej ulewie. Najmocniej działają na mnie te zapachy, które nie mają jednej etykiety, ale uruchamiają „czucie w ciele" i wspomnienia zapisane głębiej, niż sięga pamięć – mówi Agata Matlak-Lutyk, współzałożycielka Balagan Studio. – Przez lata świat perfum wydawał mi się zbędny. Dopiero po trzydziestce odkryłam w nim przestrzeń do zabawy i eksperymentowania. Teraz, nawet gdy jestem w dresach, zapach dodaje mi innej energii – dobieram go w zależności od humoru i pory dnia. Przez długi czas moją bezpieczną bazą były nuty drzewne i dymne, jak w ukochanym Aesop Hwyl czy Perfumer H Steam. Bardzo lubię też kadzidło w kościele – dlatego kliknęło mi z Trudon Mortel. Ostatnio trafiłam na Velvet Tonka – miękki, migdałowy, otulający, a jednocześnie na tyle elegancki, że dodaje mi pewności siebie – dodaje.



5

Rozumiem ludzi, którzy w windach, na ulicach, w sklepach pytają obce osoby, czym pachną. Mam tak samo. Ta ciekawość działa w często w obie strony – zdarzało się, że to ślad moich perfum stawał się pretekstem do rozmowy. Najczęściej były to kompozycje z charakterem, konkretne, nieszablonowe. Mineralno-korzenny i dość wymagający Ganymede Marc-Antoine Barrois przez kilka lat był moim numerem jeden, ale nadszedł moment, gdy zmęczył mnie swoją wyrazistością. Świeży, lekko ambrowy i ziołowy Black Pepper & Amber Zielinski & Rozen – droga do zdobycia flakonu była długa, po wielkich poszukiwaniach koleżanka kupiła mi go kilka lat temu w Kijowie. Często mówię, że są to zapachy, które nie proszą o uwagę, tylko ją przyciągają. Gdzieś pomiędzy zachwytami pojawiały się też takie, które od pierwszej chwili były dla mnie sygnałem ostrzegawczym. Omnia Bvlgari, dopracowana, piękna kompozycja, była jednym z nich. Dla mnie pachniała przeszywającym chłodem i napięciem. To jedna z niewielu, która wręcz budziła we mnie niepokój.

> Zapach jest jedną z najbardziej wyrafinowanych form pamięci. Omija racjonalne filtry, ma zdolność przenoszenia w czasie i przestrzeni.

Zapach ma bezpośredni dostęp do emocji, trafia w obszary w mózgu odpowiedzialne za poczucie bezpieczeństwa i zagrożenia. Dlatego często „wiemy", że przy kimś czujemy się dobrze albo źle, zanim jeszcze potrafimy to logicznie wytłumaczyć. – W swojej pracy regularnie słyszę: „Nie mogę z kimś być ze względu na zapach". I to ma sens, bo układ nerwowy reaguje szybciej niż myśl – mówi psycholożka Agata Wójcik. – Zapach może być dla organizmu sygnałem ukojenia albo alarmem. Dla wielu osób utrata węchu oznacza też emocjonalne spłaszczenie świata. Znikają zapachy jedzenia, ludzi, domu, a razem z nimi część poczucia zakorzenienia i przyjemności z codzienności – tłumaczy.

Zapachy są osobiste jak wspomnienia. Na każdym pachną inaczej, opowiadają inne historie, budzą inne emocje. Warto czasem pozwolić, by to właśnie one wyznaczały kierunek – zatrzymać się, zapytać, odwrócić za kimś na ulicy i sprawdzić, dokąd zaprowadzi nas zapach. ●



6 7 8


9

5. Black Pepper, Vetiver, Neroli, Amber **ZIELINSKI & ROZEN** ok. 430 zł/50 ml *zielinskiandrozen.com* **6.** Petrichor Plains **MIHAN AROMATICS** 495 zł/30 ml *rawpoznanska.pl* **7.** Mountain Woodall **SORVELLA PERFUME** 159 zł/50 ml *sorvellaperfume.pl* **8.** Oud Supermassive **LES EAUX PRIMORDIALES** 1445 zł/100 ml *galilu.pl* **9.** Cosmic Intense **KYLIE KYLIE JENNER FRAGRANCE** ok. 269 zł/50 ml *douglas.pl*

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

GRA O UŚMIECH

Dwie siostry, jeden cel – Iga i Agata Świątek opowiadają o codziennych nawykach, które niosą za sobą ogromną zmianę. A wszystko dzięki wyjątkowej kampanii Oral-B.





Stan zdrowia jamy ustnej Polaków pozostawia wiele do życzenia – pokazują to dane Ministerstwa Zdrowia. W odpowiedzi na te wyzwania powstała kampania „Zdrowe nawyki to zdrowe uśmiechy", realizowana przez Oral-B i wspierana przez Polskie Towarzystwo Stomatologiczne. Jej ambasadorkami są Iga Świątek i jej siostra, lek. dent. Agata Świątek, które z dwóch różnych perspekty w pokazują, że proste nawyki, wsparte nowoczesnymi rozwiązaniami, wpływają na zdrowie całego organizmu.

Hanna Zakrzewska: Mówi się, że uśmiech często potrafi powiedzieć więcej niż słowa. Iga, czym dla Ciebie jest zdrowy uśmiech i jaką rolę odgrywa w Twoim codziennym życiu, także na korcie?

Iga Świątek: Daje mi przede wszystkim pewność siebie i swobodę w kontakcie z innymi ludźmi. Odkąd jestem bardziej rozpoznawalna, muszę być gotowa na różne sytuacje – zdjęcia, wywiady, spontaniczne spotkania. Uśmiech bardzo to ułatwia, bo pozwala nawiązać kontakt nawet bez słów. Na co dzień daje mi poczucie komfortu. Na korcie oczywiście skupiam się na grze, więc z tym uśmiechem bywa różnie.



Precyzja i dyscyplina to Twoje znaki rozpoznawcze – sama zresztą nazywasz się rutyniarą. Czy przenosisz te cechy na higienę jamy ustnej?

I.Ś.: Zdecydowanie tak. Lubię mieć stałe punkty dnia niezależnie od miejsca czy grafiku. Szczotkowanie zębów moją szczoteczką elektryczną Oral-B iO to absolutna podstawa – nie potrafię rozpocząć bez tego dnia nawet przy jet lagu czy intensywnych zawodach. Właśnie takie małe, codzienne nawyki sprawiają, że czuję się dobrze i mogę skupić się na kolejnych zadaniach.

W kampanii „Zdrowe nawyki to zdrowe uśmiechy" mówicie o sile codziennych rytuałów. Co jest tu kluczowe?

I.Ś.: Dla mnie najważniejsze jest to, że nie muszą być one trudne ani uciążliwe. To proste czynności, które wykonujemy codziennie i które z czasem stają się naturalne.

Agata Świątek: Z perspektywy medycznej to właśnie regularność jest kluczowa. Codzienne szczotkowanie (najlepiej szczoteczką elektryczną z okrągłą główką), wymiana główki szczoteczki co trzy miesiące zgodnie z zaleceniami Polskiego Towarzystwa Stomatologicznego, stosowanie odpowiedniej pasty i kontrole u dentysty pozwalają zapobiegać większości problemów, a wiele z nich nawet cofnąć. A kampania pokazuje też, że zdrowie jamy ustnej realnie wpływa na kondycję całego organizmu.

Jak nowoczesne technologie ułatwiają codzienną higienę jamy ustnej? Co sprawia, że mogą być skuteczniejsze od tradycyjnych metod?

A.Ś.: Technologia bardzo wspiera pacjentów w prawidłowej higienie. Elektryczne szczoteczki Oral-B iO z okrągłą główką docierają w trudno dostępne miejsca, skutecznie czyszczą zęby oraz kontrolują siłę nacisku, chroniąc szkliwo i dziąsła przed uszkodzeniami. Równie ważna jest pasta – Oral-B oferuje m.in. takie ze stabilizowanym fluorkiem cyny, które działają antybakteryjnie, wzmacniają szkliwo i zapewniają ochronę między szczotkowaniami. Z kolei nowa pasta Oral-B Clinical Intensywne Wybielanie usuwa przebarwienia powierzchniowe bez ścierania szkliwa i jest obecnie jedyną pastą wybielającą rekomendowaną przez PTS. To pokazuje, że technologia może realnie ułatwiać codzienne dbanie o zdrowie.

I.Ś.: Poza tym szczoteczka iO wita się z nami i „uśmiecha" się do nas. Więc oprócz wielu innych zalet dzięki niej szczotkowanie zębów to po prostu „fun".

fot. Marcin Oliva Soto

eprasa.pl d94a2fd4b4

BĄDŹ DOBRA *dla siebie*

WIOSNA ROZGRZEWA NAM SERCA I BUDZI NOWĄ NADZIEJĘ, ALE ZMIANA SEZONÓW CZĘSTO OZNACZA PODRAŻNIENIA SKÓRY, SŁABSZĄ KONDYCJĘ, CZYLI: GORSZY WYGLĄD. BĄDŹ DLA SIEBIE WYROZUMIAŁA I ZAMIAST NARZEKAĆ – PODARUJ SOBIE *profesjonalne zabiegi*, KTÓRYCH CIAŁO I SKÓRA POTRZEBUJĄ TERAZ NAJBARDZIEJ. I CODZIENNIE PATRZ W SŁOŃCE PRZEZ KILKA MINUT – TO NAJSZYBSZY SPOSÓB NA UZUPEŁNIENIE WITAMINY D!



Kosmetolożka
ALEKSANDRA CMOCH
Gabinet Urody Warszawa Wilanów
Topestetic

Masaż poprawia krążenie krwi i limfy, wspomaga dotlenienie i odżywienie tkanek, stymuluje naturalne procesy regeneracyjne oraz ułatwia wchłanianie składników aktywnych z kosmetyków stosowanych podczas zabiegu. Dzięki temu skóra staje się bardziej jędrna, gładka i promienna. Nowością w gabinecie Topestetic jest zabieg Bespoke Massage marki Biologique Recherche, idealny dla skóry ciała potrzebującej regeneracji i odprężenia. Rozpoczyna się od aplikacji lotionu P50 Corps za pomocą sylikonowej rękawicy Gant De Massage Corps. Skóra zostaje delikatnie złuszczona, wygładzona i przygotowana na dalsze etapy zabiegu. Następny krok to masaż ciała przy użyciu olejków Huile Sous-Ombilicale i Huile Fondamentale, który wygładza skórę, przywraca jej miękkość i nawilżenie, a jednocześnie wprowadza w stan głębokiego odprężenia. Dodatkowo delikatne nuty rozmarynu, drzewa sandałowego, sosny i goździków działają aromaterapeutycznie.



Kosmetolożka
MAGDA JANISZEWSKA
Klinika Dr Chlebus Beauty

Exoses LA marki Mediderma to zabieg przeciwstarzeniowy na twarz, szyję i dekolt działający na trzy filary starzenia się skóry: powstawanie zmarszczek, utratę jędrności oraz uszkodzenia oksydacyjne – wykonywany techniką mikronakłuć. Mechaniczne powierzchowne uszkodzenia skóry naturalnie redukują głębokość zmarszczek i zapobiegają ich powstawaniu dzięki stymulacji syntezy kolagenu i elastyny oraz aktywacji starzejących się fibroblastów. Terapia poprawia jędrność i koloryt skóry przez wzmocnienie macierzy zewnątrzkomórkowej i połączenia skórno-naskórkowego. Widocznie poprawia też strukturę, napięcie i miękkość skóry, wspomagając odnowę komórkową i intensywne nawilżenie. Exoses LA chroni przed stresem oksydacyjnym spowodowanym przez wolne rodniki oraz działanie czynników środowiskowych.



Dyrektor operacyjny
RUSŁANA TKACZUK
Thalgo Poland

French Riviera Spa Ritual to autorski, flagowy rytuał na ciało marki Thalgo – zaprojektowany jako prawdziwe wielozmysłowe doświadczenie. W jego sercu znajduje się intensywna remineralizacja organizmu dzięki wykorzystaniu mikronizowanych alg morskich – unikatowej technologii Thalgo, która pozwala zachować pełne bogactwo minerałów, mikroelementów i oligoelementów w formie idealnie przyswajalnej przez skórę. Proces detoksykacji wspiera naturalne mechanizmy obronne skóry, poprawia jej kondycję i przywraca fizjologiczną równowagę. Zabieg obejmuje rozbudowany protokół pielęgnacyjny oraz podwójny masaż z użyciem ciepłego, kamiennego stempla. To element, który skutecznie redukuje napięcia mięśniowe, wycisza układ nerwowy i wprowadza ciało w stan głębokiego odprężenia. Efektem jest wyraźne uczucie lekkości, głębokie nawilżenie i odżywienie skóry, intensywna remineralizacja i przywrócenie dobrego samopoczucia.



MAJA MENDRASZEK-GOSER
szefowa działu urody ELLE

Z natury nie lubię dyskomfortu. Mikronakłuwanie z egzosomami, które miałam możliwość przetestować, pozostawiło moją skórę delikatnie zaczerwienioną, jakby poparzoną słońcem. Nie było to najprzyjemniejsze, ale dzięki niezwykłemu połączeniu mikrouszkodzeń z mikroskopijnymi pęcherzykami zbudowanymi z błony lipidowej, stymulującymi regenerację, gojenie się i odbudowę kolagenu, efekt po dwóch dniach to prawdziwe, bardzo głośne: WOW! Co więcej, ten zabieg nie jest drogi, a wygładza skórę naprawdę luksusowo!

Zdjęcia: Marcin Klaban, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

Medycznie certyfikowana. Opracowana z dermatologami.

Shark CryoGlow

LED FW312EUPL – Maska + chłodzenie okolic oczu



Efekty pielęgnacji skóry – bez wychodzenia z domu.

To jest wyrób medyczny. Używaj go zgodnie z instrukcją obsługi lub etykietą. Wyrób medyczny z oznakowaniem CE, klasa IIa, zgodny z MDR 917913 R000, zatwierdzony 11.08.2025 r. Wyprodukowano przez SharkNinja.

eprasa.pl d94a2fd4b4

Jasność w temacie

DOBRA WIADOMOŚĆ: WIOSNA JEDNAK ODWIEDZI NAS W TYM ROKU! POJAWI SIĘ ZE WSZYSTKIMI SWOIMI KAPRYSAMI I ZACHWYTAMI. W PEŁNEJ KRASIE. BĄDŹ GOTOWA DOTRZYMAĆ JEJ KROKU.



MASKA Z PRZYSZŁOŚCI

Jeśli do tej pory uważałaś urządzenia beauty ze światłem LED za coś bardzo elitarnego i dostępnego wyłącznie dla wtajemniczonych, pora zmienić perspektywę! Ta ultracienka, elastyczna maska sylikonowa wykorzystująca bliską podczerwień wejdzie do ogólnej sprzedaży za rok. Niniejszym ogłaszamy, że światło LED zostało oficjalnie uznane za produkt longevity!
L'ORÉAL *loreal.com/pl*





CAŁA NA RÓŻOWO

Pielęgnacyjna opowieść o róży w jej najpiękniejszej odsłonie. To linia stworzona z myślą o codziennych rytuałach: kremy do rąk, kosmetyki kąpielowe, produkty do ciała, ust i okolic oczu – wszystko, co potrzebne, by stworzyć kojący rytuał we własnej łazience. Kolekcja wellness Love is All Around **DOUGLAS COLLECTION**
9,50–65,90 zł
douglas.pl

OTULONA ŚWIATŁEM

Najnowsza odsłona kultowego podkładu w płynie po prostu odbiera mowę. Pielęgnacyjna formuła rozświetla i wyrównuje koloryt, tworząc niewidzialną (ale wygładzającą!) woalkę na twarzy. Krycie od subtelnego po konkret, ale nadal bez obciążenia. Jesteśmy zachwycone! Luminous Silk **ARMANI BEAUTY**
292,49 zł *douglas.pl*



DUSZA SKÓRY

Najnowsza woda perfumowana Musc Pallida to hołd oddany irysowi pallida, niezwykle cennemu surowcowi. Christine Nagel, dyrektor kreatywna Hermès Perfumes, niczym alchemik połączyła pudrowe nuty irysa z otulającymi piżmami, tworząc mistrzowską odę do czystości. To zapach, który uzależnia w sposób dyskretny i zdecydowany. Mimo swojej zwiewności jest bardzo trwały – zostanie z tobą przez cały dzień. Musc Pallida **HERMÈS**
hermes.com

JAŚNIEPANI

Wymyślona podczas podróży do Japonii, pierwsza szyprowa kompozycja marki. Urzeka świetlistą mieszanką nasion ambrette, róży, drzewa cedrowego przełamaną cypriolem z mchem dębowym. Subtelna świeżość, której nie sposób zapomnieć. Her Majesty **KILIAN PARIS**
kilian-paris.com



To cacko sprawia, że natychmiast czujesz się luksusowo. Inspiracją kwiatowej kolekcji etui jest dżins z upcyclingu – materiał pochodzący z niewykorzystanych zapasów renomowanych domów mody. Został on przekształcony w trzy luksusowe opakowania pomadek. Od razu kup kilka kolorowych wkładów – z tym cudem trudno się rozstać.

Spersonalizowana wersja pomadki Rouge G **GUERLAIN** od 395 zł *guerlain.com/pl*

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

Bielenda PROFESSIONAL

SUPREMELAB

AZELAC DERM

TWOJA SKÓRA W RĘKACH PROFESJONALISTÓW

AZELAC DERM to specjalistyczne produkty stworzone z myślą o cerach problematycznych, a jednocześnie wrażliwych. Zawarte w nich **Kwas Azelainowy i Azeloglicina®** pomagają redukować niedoskonałości i przebarwienia, a przyjemne, komfortowe formuły i dodatkowe, silnie łagodzące składniki dbają o zmniejszenie zaczerwienień i ukojenie.

ODKRYJ NOWOŚCI Z LINII AZELAC DERM!

CALM & CONTROL MILKY SERUM

Serum o delikatnej, mlecznej konsystencji przeznaczone dla cer wymagających intensywnego działania łagodzącego, a jednocześnie problematycznych. **Wycisza i regeneruje skórę** nadreaktywną, **zmniejsza zaczerwienienia, silnie nawilża**, a także **reguluje wydzielanie sebum** oraz **rozjaśnia** koloryt skóry. Jego formuła została oparta o aktywne działanie składnika **Azeloglicina®** oraz kompleks starannie dobranych substancji o działaniu silnie kojącym, łagodzącym oraz wzmacniającym.

- 5% Azeloglicina®
- Laktoferyna
- Beta-Glukan
- Bioaktywne Fermenty



CALM & CONTROL TREATMENT CREAM

Krem o silnym, ukierunkowanym działaniu. **Odnawia i regeneruje skórę - redukuje niedoskonałości** i zaskórniki, **rozjaśnia,** reguluje wydzielanie sebum, zmniejsza przebarwienia, także pozapalne. Ma jednocześnie silne działanie kojące, łagodzi podrażnienia. Jego formuła poprawia komfort skóry i przeciwdziała jej przesuszeniu.

Zawiera aż **10% Kwasu Azelainowego** oraz dodatkowe składniki łagodzące i silnie nawilżające.

- 10% Kwas Azelainowy
- Seryna
- Prowitamina B5





DOUBLE RELIEF ESSENCE

Kosmetyk o unikatowej, dwufazowej, piankowo-wodnej formule. Łączy w sobie moc skrupulatnie dobranych składników, by zapewnić efekt **ukojenia i złagodzenia. Wspiera nawilżenie** w przypadku skóry odwodnionej, przesuszonej i ściągniętej. To doskonały kosmetyk dla każdego rodzaju skóry, który zadba o jej bazowe potrzeby i przygotuje na dalsze kroki pielęgnacji. Swój piękny, różowy kolor zawdzięcza Witaminie B12.

- Witamina B12
- Bioaktywne Fermenty
- Prowitamina B5

KWAS AZELAINOWY + AZELOGLICINA®

Kwas Azelainowy znany jest ze swoich doskonałych właściwości seboregulujących oraz rozjaśniających. Zmniejsza przebarwienia, niedoskonałości i odblokowuje ujścia gruczołów łojowych będąc jednocześnie łagodnym dla skóry. Azeloglicina® jest jego pochodną, która ma dodatkowo zadbać o odpowiednie nawilżenie i wspomóc regenerację. Ich połączenie w jednej linii zapewnia ukierunkowane, skuteczne działanie na wiele problemów skórnych.



Ekspert marki Supremelab Agnieszka Leśniak

W przypadku osób borykających się z niedoskonałościami różnego typu coraz częściej pojawia się problem jednoczesnego uwrażliwienia oraz przesuszenia skóry. W takiej sytuacji warto sięgnąć po specjalistyczne formuły, które będą skuteczne, a jednocześnie delikatne. W taki sposób została opracowana linia Azelac Derm, którą oparliśmy o gabinetowe doświadczenia marki Bielenda Professional.

SPRAWDŹ WSZYSTKIE PRODUKTY

Dostępne w ofercie ROSSMANN Moja Drogeria

i na **bielenda.com**

eprasa.pl d94a2fd4b4

Obudź zmysły!

W TĘ RUTYNĘ PIELĘGNACYJNĄ ZAANGAŻUJESZ DOTYK, WĘCH, WZROK, A NAWET SŁUCH (BO BĘDZIESZ GŁOŚNO WZDYCHAĆ Z ZACHWYTU) I DZIĘKI TEMU NAPRAWDĘ POCZUJESZ JEJ DZIAŁANIE. TA WIOSNA ROZKWITA NAM ABSOLUTNIE WYJĄTKOWYMI NOWOŚCIAMI!



PEWNE JAK STAL

Zimne i niezawodne. Wykonane ze stali nierdzewnej klasy medycznej, zmniejszają obrzęki, napięcia, a nawet bóle głowy, łagodzą stany zapalne i odświeżają cerę. To z pewnością jedna z tych rzeczy, które zawsze powinnaś mieć w lodówce!
Easy Freezy Spoons
EASY LIVIN' 339 zł
easylivin.com.pl

DLA CIAŁA I DUSZY

Pionierska brytyjska marka nurtu wellbeing, oferująca najnowocześniejszą synergię ziołolecznictwa, naturopatii, fitoaktywności, kamieni szlachetnych i homeopatii. Ten aromaterapeutyczny olejek do ciała został stworzony z myślą o chwilach napięcia, obniżonego nastroju i zmęczenia. Poprawę poczujesz już po pierwszym nałożeniu tego produktu na skórę.
Beat The Blues Body Oil
ILAPOTHECARY
263,50 zł
focusonbeauty.pl

MŁODOŚĆ PO FRANCUSKU

Wielofunkcyjna kuracja z wyciągiem z francuskiej koniczyny łąkowej i wspólnym dla wszystkich kremów Lait-Crème Embryolisse sekretnym składnikiem, od ponad 70 lat przyczyniającym się do sukcesu marki – lipidową bazą, która nawilża, odżywia i chroni każdy typ skóry.
Lait-Crème Retinol-like
EMBRYOLISSE 145,90 zł
embryolisse.pl

GRATKA DLA KONESERÓW

Formuła oparta w 99,67 proc. na składnikach pochodzenia naturalnego, łączy rześkie, cytrusowe nuty bergamotki, pikantno-kamforowe i kwiatowe oblicze serca majeranku oraz drzewno-ziemistą szlachetność olejku sandałowego.
Stand Up Bravely
TO MY SHIPS
895 zł/100 ml
galilu.pl

ZAPACHOWA GEOMETRIA

Okrąg to figura o silnym znaczeniu symbolicznym. Obecny w naturze i sztuce od tysięcy lat, jest metaforą cykliczności. Wyzwanie nadania okręgowi zapachowej formy podjął Julien Rasquinet, a jego talent zaowocował stworzeniem ekstraktu perfum Sequence – kompozycji opowiadającej o mocy zmierzchu, który nieuchronnie przechodzi w świt.
Kolekcja Amouage Essences, Sequence
AMOUAGE
1815 zł/100 ml
perfumeriaquality.pl

OSTRA REGENERACJA

Serum zawiera 200 tysięcy mikroigieł z mikronizowanej gąbki, które delikatnie nakłuwają skórę, wywołując kontrolowany stan zapalny. Stymuluje to naturalne procesy naprawcze i rewitalizuje skórę. Mikroigłowe serum kolagenowe stymulująco-ujędrniające na noc z linii RevitalDerm Prejuvenation
BIELENDA ok. 40 zł
bielenda.com

SHE IS SUPERNATURAL!

Nareszcie to masz! Całkowicie naturalna koloryzacja włosów zawierająca taniny dostępna w salonach pracujących z marką Wella Professionals. Ta delikatna, nierozjaśniająca farba do włosów, przyciemnia, wzmacnia lub zmienia odcień, od naturalnego po intensywny, a także pokrywa nawet do 100 proc. siwych włosów w dwóch krokach!
Supernatural Color **WELLA PROFESSIONALS** *wella.com*



Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



1 2 3

Szałwia AROMATYCZNY LEK

W RYTUAŁACH LUDOWYCH UŻYWANO JEJ DO PRZEPĘDZANIA ZŁYCH DUCHÓW I OCZYSZCZANIA ENERGII. WSPÓŁCZESNE BADANIA POKAZUJĄ, ŻE DYM Z SZAŁWII BIAŁEJ MA WŁAŚCIWOŚCI -BAKTERIOBÓJCZE I PRZECIWZAPALNE, JONIZUJE POWIETRZE, LIKWIDUJĄC KURZ, ROZTOCZA I PLEŚŃ. POZA TYM ROZLUŹNIA, A JEDNOCZEŚNIE WSPOMAGA KONCENTRACJĘ. SZAŁWIA (SIOSTRA MIĘTY) DZIAŁA TEŻ OCZYSZCZAJĄCO NA SKÓRĘ, JEST ŚRODKIEM ROZKURCZOWYM I PRZECIWBÓLOWYM. NIC DZIWNEGO – JEJ NAZWA POCHODZI OD ŁACIŃSKIEGO SŁOWA „SALVARE", CZYLI UZDRAWIAĆ.



JULIA ADYDAN
redaktorka działu urody ELLE.pl

Ten żel ma w sobie coś z porannego rytuału, który od razu uspokaja skórę. Dokładnie oczyszcza, ale bez uczucia ściągnięcia. Kluczowa jest tu szałwia: działa kojąco, wspiera równowagę cery i pomaga wyciszyć drobne stany zapalne, dlatego świetnie sprawdza się przy przeciążonej i reaktywnej skórze albo wtedy, gdy po prostu potrzebuje ona łagodnego resetu. Po użyciu twarz jest wyraźnie świeższa i komfortowo nawilżona, z tym przyjemnym wrażeniem czystości, które nie odbiera skórze jej naturalnej bariery.

1. Szałwia hiszpańska. Delikatny prebiotyczny żel do mycia twarzy **IOSSI** 75 zł
iossi.eu



ALEKSANDRA JÓŹWIAK
wydawczyni serwisu ELLE.pl

Uwielbiam aromatyczną szałwię za jej ziołowy, kojący zapach i oczyszczające, równoważące właściwości – dlatego tak dobrze odnajduje się w moim codziennym rytuale świeżości. Dezodorant Rollr z jej nutą wspiera naturalną regulację potu, neutralizuje zapach i otula skórę harmonizującą świeżością, a przy tym jest zamknięty w pięknej, szklanej butelce, po którą naprawdę chce się sięgać.

2. Dezodorant Różowy Kwarcyt (zapach: Sage & Rosemary) **ROLLR** 220 zł
rawpoznanska.pl



MAJA MENDRASZEK-GOSER
szefowa działu urody ELLE

Ta brytyjska marka to moje niedawne odkrycie i nie mogę przestać się nią zachwycać. Zapachy tych produktów określiłabym właśnie jako uzdrawiające, choć nie każdy z nich zawiera szałwię. Ten olejek zaaplikowany na nadgarstki koi zmysły i pomaga wrócić do siebie, gdy świat staje się zbyt głośny. Jednym ze składników jest olejek z szałwii muszkatołowej, głęboko relaksujący, lekko uspokajający, o ziołowym zapachu. W aromaterapii stosowany przy napięciu hormonalnym i stanach emocjonalnych. Dodatkowo równoważy skórę tłustą i problematyczną.

3. Aromaterapeutyczny olejek do stosowania punktowego Beat the Blues Pulse Point **ILAPOTHECARY** 153 zł
focusonbeauty.pl

Zdjęcia: Marcin Klaban (3), Artem/stock.adobe.com, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



PIELĘGNACJA TO JEJ STYL ŻYCIA

PAULINA KRUPIŃSKA-KARPIEL OD LAT MÓWI O PIĘKNIE W KONTEKŚCIE UWAŻNOŚCI, NATURALNOŚCI I ŚWIADOMYCH WYBORÓW. DZIŚ JAKO AMBASADORKA EMFUSION – PIERWSZEGO URZĄDZENIA DO SKIN LONGEVITY MARKI BTL – OPOWIADA O PIELĘGNACJI, PRESJI WYGLĄDU I POTRZEBIE ŻYCIA W ZGODZIE Z SOBĄ.

eprasa.pl d94a2fd4b4

Jakie momenty w ciągu dnia należą tylko do Ciebie?
Zdecydowanie wieczory. Jeśli nie mam zdjęć ani zobowiązań zawodowych, to właśnie ten czas jest dla mnie absolutnie wyjątkowy. Czekam na niego przez cały dzień. Kiedy dom zaczyna cichnąć, dzieci idą spać, gasną światła w pokojach, a świat wyraźnie zwalnia, czuję ogromną ulgę. To jest moment, kiedy wiem, że już nie muszę być w gotowości i odpowiadać na potrzeby wszystkich dookoła. Mogę pobyć sama z sobą. Czasem się kładę, włączam podcast albo coś spokojnego do posłuchania, zapalam świeczkę i wiem, że mam te 30 minut albo godzinę tylko dla siebie. Dla mnie to absolutny luksus.

Wiem, jak ważna jest dla Ciebie również pielęgnacja skóry. Wyobrażam sobie, że moment, w którym zmywasz codzienny, ciężki makijaż sceniczny, musi być bardzo przyjemny.
Absolutnie. To jest taki moment, kiedy – mimo że jest wieczór – mam wrażenie, że budzę się na nowo. Zmywanie makijażu, prysznic albo kąpiel i kolejne etapy pielęgnacji sprawiają, że czuję, jak skóra jest otoczona opieką. Jest odświeżona, nawilżona i otulona. Podchodzę do tego rytuału z dużą czułością.

W pielęgnacji ważniejszy jest dla Ciebie szybki efekt czy długofalowe działanie?
Zdecydowanie długofalowe działanie. Szybki efekt może być efektowny, ale zazwyczaj nie trwa długo. Ja jestem długodystansowcem. Wiele lat temu świadomie podjęłam decyzję, że będę dbać o siebie konsekwentnie i że pielęgnacja stanie się częścią mojego stylu życia. Tego podejścia nauczyła mnie moja mama. Jako nastolatka miałyśmy swoje wspólne rytuały pielęgnacyjne. Po sprzątaniu domu robiłyśmy maseczki, pielęgnowałyśmy włosy, paznokcie, nakładałyśmy kremy. To były bardzo ważne momenty i do dziś miło je wspominam. Teraz staram się podobne podejście przekazywać swojej córce. Chcę, żeby dbanie o siebie było dla niej czymś naturalnym, a nie obowiązkiem czy presją.



„NIE SPODZIEWAŁAM SIĘ, ŻE ZABIEG EMFUSION JEST TAK KOMFORTOWY. DLA URODY NAPRAWDĘ NIE TRZEBA CIERPIEĆ. PO ZABIEGU MOŻNA NORMALNIE FUNKCJONOWAĆ, NAŁOŻYĆ MAKIJAŻ I WYJŚĆ".

EMFUSION to nieinwazyjny zabieg, który skupia się na odbudowie i wzmocnieniu naturalnej bariery ochronnej skóry. Zabieg wykorzystuje innowacyjną technologię DYNAMiQ, która przekształca energię elektryczną w delikatne fale mechaniczne. Wywołują one subtelne drgania w warstwach naskórka, tworząc efekt rezonansu. Jego celem jest przywrócenie prawidłowego gradientu wapniowego – naturalnego mechanizmu niezbędnego do zdrowego funkcjonowania bariery hydrolipidowej. Zabieg EMFUZJI składa się z czterech etapów: oczyszczania skóry, aktywacji procesów regeneracyjnych, odbudowy bariery ochronnej oraz jej zabezpieczenia. Każdy krok został zaprojektowany tak, by wspierać naturalne mechanizmy skóry i wzmacniać jej strukturę. Efekty – nawilżenie, wygładzenie, rozświetlenie, większa odporność na czynniki zewnętrzne.

Więcej na **www.emfusion.pl**

Dużo mówisz też o naturalności.
Dorastałam w świecie, w którym wygląd był bardzo oceniany. Słyszałam, że powinnyśmy być chude czy wyglądać w określony sposób. Ale ja zawsze miałam w sobie zdrowy rozsądek i zadawałam sobie pytanie: „Co będzie dalej?". Nie chciałam być nieszczęśliwa ani poddawać się inwazyjnym zabiegom. Lubię swoje rysy twarzy i boję się momentu, w którym człowiek przestaje rozpoznawać samego siebie w lustrze.

Zostałaś ambasadorką EMFUSION – pierwszego urządzenia do skin longevity od marki BTL. Co sprawiło, że zdecydowałaś się na tę współpracę?
Zanim pojawiła się propozycja ambasadorstwa, marka BTL zaprosiła mnie na zabieg. Wiedzieli, że nie robię inwazyjnych procedur i bardzo świadomie podchodzę do pielęgnacji. Chcieli, żebym najpierw sama sprawdziła, czy to jest spójne z moim podejściem. Już po pierwszym zabiegu wiedziałam, że to był dobry wybór.

Co najbardziej zaskoczyło Cię w EMFUSION?
To, że ten zabieg jest tak komfortowy. Dla urody naprawdę nie trzeba cierpieć. Nie ma żadnego okresu rekonwalescencji. Po zabiegu można normalnie funkcjonować, nałożyć makijaż i wyjść nawet na ważne wydarzenie. Skóra jest rozświetlona, napięta i wygląda zdrowo. Nie ma mowy o żadnych podrażnieniach. Czy trzeba czegoś więcej?

eprasa.pl d94a2fd4b4



1936



1930

1920 – madame Baché



1936

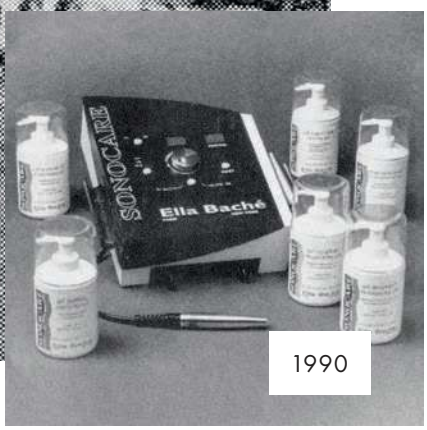


1951

1927 – Paryż



1936



1990

eprasa.pl d94a2fd4b4

madame ELLA

DAWNO TEMU (A DOKŁADNIE NA POCZĄTKU XX WIEKU) W SAMYM SERCU WĘGIER ŻYŁA MŁODA, PEŁNA PASJI KOBIETA O TWÓRCZEJ DUSZY, KTÓREJ PRZEZNACZENIE BYŁO TAK FASCYNUJĄCE JAK JEJ DETERMINACJA, BY REDEFINIOWAĆ KANONY PIĘKNA. MARKA KOSMETYCZNA, KTÓRĄ STWORZYŁA ELLA BACHÉ, OBCHODZI W TYM ROKU 90. URODZINY.

Ella Laszlo, znana jako Ella Baché, urodziła się 17 listopada 1900 roku w Budapeszcie. Mając zaledwie 26 lat, przełamała bariery płci, stając się jedną z pierwszych kobiet, które uzyskały na tamtejszym uniwersytecie dyplom farmaceutyczny.

W 1927 roku, uciekając przed prawicową dyktaturą, przeprowadziła się do Paryża. W stolicy Francji rozpoczął się nowy rozdział jej życia. Ella miała jasną wizję – tworzyć kosmetyki skuteczne i przyjemne w użyciu, jednocześnie edukując kobiety w sztuce dbania o siebie. Pracowała przede wszystkim jako chemik w branży kosmetycznej. Na początku lat 30. jej talent przyciągnął uwagę paryskich domów mody i czołowych perfumiarzy, jak Hermès, Guerlain, Roger & Gallet. Dzięki temu stała się pionierką makijażu pielęgnacyjnego, tworząc pierwszy nawilżający podkład – innowacyjną formułę, która chroniła skórę modelek. Wykorzystując rosnącą renomę, w 1936 roku otworzyła salon piękności przy prestiżowej Rue de la Paix. W tym czasie zaczęła posługiwać się nazwiskiem „Baché". Jako niekwestionowana pionierka dermoestetyki Ella Baché wprowadziła na rynek kosmetyki pielęgnacyjne o wyjątkowych właściwościach.

W czasie wojny, w 1941 roku, Baché przeprawiła się przez Atlantyk, szukając schronienia w Stanach Zjednoczonych. Dołączyła tam do brata, lekarza. Czerpiąc inspiracje z najnowszych badań medycznych nad oparzeniami, zaprojektowała produkt, który stał się kultowy – krem INTEX na bazie oleju z halibuta, bogatego w witaminę A. Wspierał regenerację komórek i gojenie się skóry. W 1951 roku Ella Baché wprowadziła pierwsze gotowe paski do depilacji MY EPIL. Dziewięć lat później świat poznał REVITALISER, pierwszy podwójny peeling łączący dwa poziomy złuszczania: mechaniczny i chemiczny. W latach 80. XX wieku powstał pierwszy produkt z kwasem hialuronowym – ELASTOGEL, a lata 90. oznaczały wkroczenie w nowoczesne technologie dzięki SONOCARE – pierwszemu urządzeniu do zabiegów twarzy wykorzystującemu ultradźwięki.

Chcąc wspierać kobiety każdego dnia, pomagając im czuć się pięknymi, Ella Baché położyła fundamenty pod dzisiejszą dermoestetykę – spersonalizowaną, profesjonalną metodę, która obecnie jest podstawą zabiegów wykonywanych w salonach.



NATURA I NAUKA

Stworzony w 1936 roku pierwszy TOMATO CREAM – pielęgnacyjny krem z kwasami AHA i aminokwasami – powstał zainspirowany mądrością węgierskich kobiet pracujących na polach, które masowały twarze pomidorami. Przekształcając tę tradycyjną praktykę w nowoczesną pielęgnację, Ella Baché wynalazła formułę uniwersalnego kremu rozświetlającą skórę, przekazywaną z matek na córki po dziś dzień. „W moim kraju kobiety na wsi mają bardzo ładne cery... Przecinają pomidora na pół i pocierają nim policzki oraz czoło. Istnieje naukowe wyjaśnienie tej empirycznej recepty, które odkryłam – pomidory rozświetlają cerę i wygładzają jej strukturę, ponieważ zawierają aminokwasy i witaminę C" – mówiła Ella Baché.



„Ella Baché była pionierką dermokosmetyków i doktorką farmacji, która zdobyła renomę w świecie nauki i innowacji – w tamtym czasie zarezerwowanym niemal wyłącznie dla mężczyzn. Mam przyjemność i zaszczyt od ponad 25 lat kontynuować pielęgnowanie tego inspirującego dziedzictwa wzmocnienia pozycji kobiet na polskim rynku. Pomagając kobietom czuć się pięknymi, wspieramy ich pewność siebie i odkrywamy ich potencjał".

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



PATRYK WALCZAK, polski projektant wnętrz, i **PAULO RIBEIRO**, brazylijski architekt, w swoim barcelońskim apartamencie.

W salonie pierwsze skrzypce gra tapeta marki Coordonné Barcelona z orientalnym motywem bambusa i ptaków. Na jednym z trzech stolików vintage stoi unikatowa rzeźba z kamionki autorstwa Rogera Colla, kupiona w barcelońskiej galerii Rubén Torres.

prasa.pl

ELLE *styl życia*



Hol na piętrze to mała **GALERIA** sztuki. Są tu m.in. ceramiczne prace Sophie Aguilery czy Otero Regala (laureata prestiżowego wyróżnienia przyznawanego w Hiszpanii za wybitne osiągnięcia w dziedzinie rzemiosła), a także obraz autorstwa polskiej artystki Ewy Matyi.

redaguje GOSIA DZIEWULSKA

Zdjęcia: Celia Suárez

eprasa.pl d94a2fd4b4



1

Hola BARCELONA!



ELEGANCJA I WYRAFINOWANIE LAT 70. W CIEPŁYM, SEKSOWNYM WYDANIU – PATRYK WALCZAK I PAULO RIBEIRO ZAPROJEKTOWALI SWÓJ APARTAMENT, INSPIRUJĄC SIĘ FILMEM DAVIDA LYNCHA DLA KAMPANII GUCCI BY GUCCI PERFUME.

zdjęcia CELIA SUÁREZ tekst GOSIA DZIEWULSKA

PO KILKU LATACH mieszkania w centrum Barcelony (praktycznie naprzeciw bazyliki Sagrada Família) potrzebowali więcej przestrzeni, spokoju i ciszy. Po paru miesiącach poszukiwań znaleźli apartament w północnej części miasta. – Okolica jest przyjazna rodzinom, panuje miła atmosfera, szczególnie jeśli porównamy ją do centrum, gdzie niemal niemożliwe było poznanie sąsiadów. Mamy blisko rzekę i park – możemy uprawiać sport na świeżym powietrzu, biegać aż do plaży – mówi Patryk Walczak. – Kiedy zobaczyliśmy to mieszkanie, to była miłość od pierwszego wejrzenia: dwa poziomy, 12 okien i całkowicie otwarta przestrzeń – jak białe płótno o powierzchni 160 mkw. – opowiada Paulo Ribeiro. Apartament przez ponad 20 lat stał pusty. Po wybudowaniu nigdy nie został wykończony, nikt w nim nie mieszkał. – Wszystko – od koncepcji wnętrza, przez realizację, do wprowadzenia się – zajęło nam sześć miesięcy. Nasz sposób pracy jest organiczny ➤



1. W SALONIE stoi sofa inspirowana projektami Vladimira Kagana i metalowe krzesło Simoon autorstwa Ricarda Teny. Dywan pochodzi z lat 70., lampy zaprojektował Iñigo Sutil Alcauzar – artysta połączył złote podstawy Willy'ego Rizzy z kryształem Tiffany & Co.

2. KUCHNIA w stylu amerykańskim z witryną z czarnego, dymionego szkła, w której znajduje się ceramika Planas Marquès, Sampere, Bolesławiec, a także drewniane rzeźby Javiera Úbedy.

3. Stół **W JADALNI** to projekt Willy'ego Rizzy. Pozłacane krzesła pochodzą z lat 70.

eprasa.pl d94a2fd4b4





4, 5. ŁAZIENKA została urządzona w odcieniach zieleni. Połączono tu marmur z drewnem i metalem. Na ścianach lampy witrażowe z lat 70. Obok wanny rzeźby Isabelle Mackay-Sim z różowej, szkliwionej ceramiki.

– działamy instynktownie, wykorzystując wiedzę. Inspiracją był dla nas film Davida Lyncha. Na potrzeby kampanii Gucci by Gucci Perfume stworzył on przestrzeń łączącą glamour z wiecznym duchem zabawy, elegancję i wyrafinowanie lat 70. A wszystko w ciepłym, seksownym klimacie. Apartament jest szczególnie wyjątkowy nocą – aksamitne brązy i złote refleksy przenoszą nas do takiej właśnie zmysłowej przestrzeni – mówi Paulo. Kluczowym, a jednocześnie najbardziej kosztownym elementem wnętrz jest kamień – od trawertynu, przez zielony marmur indyjski, imperial brown, aż po orinoco. Apartament zyskuje dzięki niemu luksusowy, wyrafinowany charakter. Z kolei oryginalny sufit z surowego betonu, który łączy wszystkie pomieszczenia w całość, nadaje im niedoskonałość. Podobnie jest ze sztuką, którą kolekcjonują – obok prac uznanych artystów z całego świata znajdują się obrazy (pejzaże, martwa natura) namalowane przez Paulo, kiedy był nastolatkiem. Jak mówi Patryk, to nie jest dla nich tylko dom, to sanktuarium. ●

Zdjęcia: Celia Suárez, produkcja: María Vásconez

eprasa.pl d94a2fd4b4



SYPIALNIA ma w sobie dużo ciepła i miękkości (m.in. dzięki lnianym zasłonom i dywanowi typu gabbeh w beżowych odcieniach), które dają poczucie komfortu. Ścianę za łóżkiem zdobi tapeta Coordonné Barcelona z motywem japońskiej góry. Szafki nocne z granatowego szkła pochodzą z lat 70.

eprasa.pl d9

TWOJA PRZESTRZEŃ

JESZCZE BARDZIEJ KOMFORTOWA, JESZCZE BARDZIEJ BEZPIECZNA, STYLOWA I PEŁNA TECHNOLOGICZNYCH ROZWIĄZAŃ ORAZ ZAAWANSOWANYCH SYSTEMÓW. WSZYSTKO PO TO, BY PODRÓŻ W KAŻDEJ PRZESTRZENI BYŁA PRZYJEMNOŚCIĄ.







ŠKODA OCTAVIA COMBI SPORTLINE

Bestsellerowy model w odświeżonej wersji. Jak zawsze dostępny również w wersji liftback. To już czwarta generacja tego auta, tym razem z najnowocześniejszą technologią i wysokimi standardami bezpieczeństwa. Oferuje 13-calowy system multimedialny i 10-calowy wirtualny kokpit. Osoby siedzące z przodu mają dostęp do portów szybkiego ładowania USB-C oraz ładowania bezprzewodowego z aktywną wentylacją. Pasażerowie z tyłu docenią dodatkowe porty szybkiego ładowania USB-C oraz klimatyzację z oddzielną trzecią strefą dostępną tylko dla tylnych siedzeń. Bezpieczeństwo zapewnia m.in. nawet 10 poduszek powietrznych czy ulepszony system wykrywania zmęczenia kierowcy. Auto ma wyjątkowo pojemny bagażnik i mnóstwo miejsca w kabinie. Możesz je zaparkować zdalnie za pomocą aplikacji mobilnej.

HYUNDAI TUCSON

Ten pierwszej generacji zyskał renomę dzięki stylowi, wygodzie i niezawodności. Szybko stał się jednym z najlepiej sprzedających się modeli tej marki. Przez lata był udoskonalany. Obecny Tucson, czwartej już generacji, charakteryzuje się postępowym i futurystycznym stylem, a także bogatą gamą zaawansowanych funkcji. Oferuje duży wybór układów napędowych, w tym jednostki benzynowe i wysokoprężne, z opcją miękkiej hybrydy lub bez niej, klasyczne hybrydy i hybrydy typu plug-in, a także zaawansowane systemy bezpieczeństwa i wspomagania kierowcy. Po dwóch dekadach od powstania modelu, Tucson może poszczycić się bogatą historią osiągów, niezawodności i zadowolenia klientów, stając się ważnym elementem rynku SUV-ów.

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



JEEP COMPASS

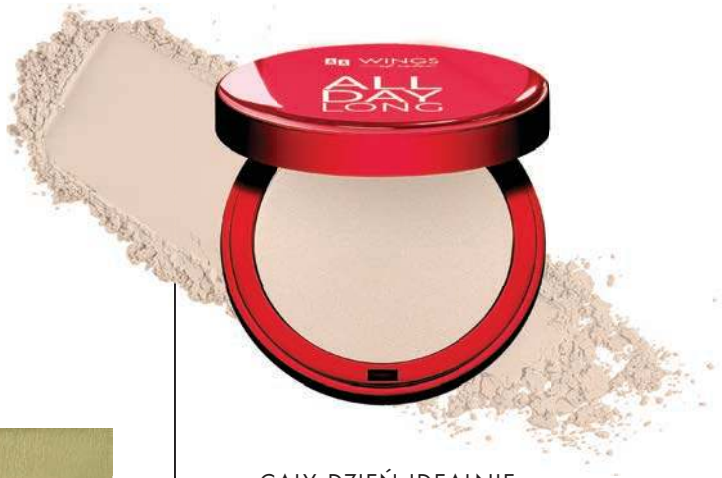
Łączy ikoniczny design marki z nowym poziomem wyrafinowania i zaawansowanej technologii. Nowy Compass czyni doskonałość mechaniczną i innowacyjność kluczem do osiągnięcia wyjątkowej mocy i wydajności. Każdy jego element został zaprojektowany tak, by zapewniać znakomite osiągi wszędzie: na ulicach miast, autostradach oraz nawet na najbardziej wymagających szlakach. Jedną z kluczowych funkcji modelu jest system zarządzania trakcją Selec-Terrain. Wprowadza on rzeczywiste, mechaniczne modyfikacje, które optymalizują osiągi na każdej nawierzchni. Przekłada się to na poziom kontroli oraz adaptacyjności, zapewniający lepszą trakcję, stabilność i pewność prowadzenia w każdych warunkach. Wnętrze auta jest wyjątkowo przestronne, a bagażnik ma pojemność 550 litrów, czyli o 45 więcej niż wcześniej.

REKLAMA



eprasa.pl d94a2fd4b4

ELLE
Z OSTATNIEJ CHWILI



CAŁY DZIEŃ IDEALNIE

Prasowany puder utrwalający AA Wings of Color All Day Long (32,99 zł) zapewnia maksymalne utrwalenie makijażu i długotrwały efekt świeżej cery. Matowe wykończenie oraz lekka formuła sprawiają, że skóra wygląda naturalnie i pozostaje gładka przez wiele godzin.

oceanic.pl



SZTUKA POŁĄCZEŃ

Ambasadorska kolekcja Światłocienie by Julia Wieniawa łączy kreatywną wizję artystki i jubilerskie doświadczenie marki Apart. Projekty opierają się na grze kontrastów – zestawiają klasyczny odcień srebra z wersją pozłacaną oraz gładkie formy z intrygującymi zdobieniami. Wszystkie wzory można dowolnie miksować, tworząc spójne zestawy z nutą niepokornej fantazji.

apart.pl



NIEKOŃCZĄCA SIĘ HISTORIA

Tusz do rzęs Douglas Collection The Dramatizer (ok. 79 zł) zapewnia łatwy do stworzenia efekt panoramy rzęs i ma odporną na rozmazywanie, niekruszącą się formułę.

douglas.pl

eprasa.pl d94a2fd4b4



PODWÓJNIE DOBRY

Z możliwością krycia od delikatnego do pełnego, wyjątkową sensoryczną teksturą oraz największą ilością ekstraktów roślinnych i aktywnych cząsteczek, jaką może zawierać podkład – Double Serum Foundation wyznacza nowy standard, w którym skuteczność makijażu i moc pielęgnacji łączą się w jednym produkcie.

clarins.pl



Z TROSKI O NIĄ

LAVU powstało z przekonania, że troska o okolice intymne powinna być codziennym rytuałem – świadomym, bezpiecznym i dostosowanym do prawdziwych potrzeb kobiet. Doktor Agnieszka Nalewczyńska pracowała nad składem ponad trzy lata, a efektem jej bezkompromisowego podejścia do jakości są produkty, które łączą w sobie łagodzący BIOLIN/P wraz z peptydem nawilżającym w formule kremu łagodzącego SOS i dający ulgę kwas hialuronowy.

carebylavu.com



WIOSENNE POCZĄTKI

Cieplejsze dni to idealny moment na spróbowanie nowych aktywności fizycznych – od stylowego golfa po popularnego tenisa. Wspiera w tym S'portofino, gdzie można znaleźć najmodniejsze zestawy niezbędne do realizacji sportowych pasji.

sportofino.com

ZAWSZE NA CZAS

Longines odświeża kolekcję PrimaLuna, prezentując zegarek o 30-mm kopercie ze stali szlachetnej. Jego półmatową, srebrzystą tarczę zdobią granatowe cyfry rzymskie oraz dyskretny datownik na godzinie szóstej. Za precyzyjne wskazanie czasu odpowiada kwarcowy kaliber L257.2, gwarantujący szwajcarską dokładność, z której marka słynie od pokoleń.

longines.com





PRAWDZIWA DAMA

Woda perfumowana Ambassadora (419,99 zł) to luksusowa kompozycja, w której rolę główną grają mandarynka, kwiat pomarańczy i wetiwer. Całość jest ciepła, owocowa i bardzo elegancka.

douglas.pl

Zdjęcia: Anna Brignolo, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



PACHNĄCY RYTUAŁ

Perfumowany olejek do ciała Le Lion de Chanel to intensywne, ambrowe nuty labdanum przypominające skórę oraz łączące się z paczulą, bergamotką, cytryną i delikatną wanilią. Olejek idealnie scala się z korespondującym zapachem, przedłuża i akcentuje jego aurę, oferując nowy, zmysłowy sposób aplikacji i dodatkowo rozświetlając skórę.

chanel.com



NOWE PORZĄDKI

Marka BISSELL wprowadza do sprzedaży nową linię bezprzewodowych odkurzaczy PowerClean FurFinder – w wersjach Select i Pro. Oba modele zapewniają wysoką skuteczność sprzątania, zaawansowaną technologię oświetlenia LED oraz konstrukcję przystosowaną do zbierania sierści. To idealne rozwiązanie dla domów pełnych życia.

bissell.pl



AKTYWNA ODNOWA

Mezoterapia Mikroigłowa 300.000 marki Biotaniqe to przełomowy kosmetyk, który błyskawicznie redukuje oznaki starzenia, przywracając skórze młodszy wygląd – jak po zabiegu mezoterapii igłowej. Skóra staje się wyraźniej napięta, elastyczna, promienna, a zmarszczki zostają wygładzone.

biotaniqe.pl



DŁUGI WEEKEND

Poranek bez budzika, delektowanie się kawą i spacer w słońcu – to jeden z możliwych scenariuszy i z myślą o nim powstała kolekcja SOLAR „Looong Weekend". Jej centrum stanowią stonowana kolorystyka i wygodne fasony. Całości dopełnia radosny print w kształcie jamnika, zdobiący nie tylko damskie ubrania, lecz także chustki dla psów.

solar.com.pl



DWA W JEDNYM

Dyson Spot+Scrub Ai to pierwszy robot sprzątający marki, który czyści podłogę na mokro i na sucho. Zaawansowany system wykrywania plam wykorzystuje sztuczną inteligencję i laser do identyfikacji prawie 200 rodzajów substancji oraz przedmiotów. Przy tej technologii żadna plama się nie uchowa!

dyson.pl

eprasa.pl d94a2fd4b4



DLA PLANETY

Regenerujące serum z mikroigiełkami melatonin recovery z linii tołpa liquid needles therapy (ok. 60 zł). Produkt zawiera stopień gradacji mikroigiełek na poziomie 50 000. Mikroigiełki, rozluźniając naskórek, umożliwiają szybszy i efektywniejszy transport składników aktywnych do głębszych warstw skóry.

tolpa.pl



POCZUJ UNIESIENIE

Z okazji 10-lecia marki Les Eaux Primordiales jej twórca Arnaud Poulain prezentuje Elevation – zapach inspirowany ruchem wznoszenia i wewnętrzną przemianą. Idea kompozycji narodziła się na Mont Brévent, na wysokości 2525 metrów n.p.m., w pobliżu Chamonix. Zapach splata w sobie charakterystyczne akordy wcześniejszych kompozycji: świetlistą gruszkę znaną z Couleur Primaire, drzewno-przyprawową wanilię z Rose Supercritique oraz głębię sezamu z Ambre Superfluide.

galilu.pl



MISTRZ OLIMPIJSKI

W lutym najlepsi sportowcy rywalizowali o medale na zimowych igrzyskach w Mediolanie i Cortinie. Z tej okazji OMEGA, oficjalny chronometrażysta wydarzenia, prezentuje specjalny model Seamaster Diver 300M. Projekt zegarka o średnicy 43,5 mm bezpośrednio nawiązuje do logotypu imprezy – tarcza wygląda, jakby ktoś pokrył ją szronem i wyrysował wzór „26". Zimowy charakter czasomierza podkreślają również materiały – biała ceramika i tytan piątego stopnia. Poza designem imponuje precyzyjny mechanizm, godny mistrza.

omegawatches.com



CHIC BEZ WYSIŁKU

BALLOON od R+Co to szybka odpowiedź na problem cienkich włosów pozbawionych objętości. Bez skomplikowanej stylizacji – wystarczy spryskać włosy u nasady, by natychmiast zyskały lekkość, uniesienie i wyraźną teksturę. Ultralekka formuła nie obciąża ani nie matowi, pozostawiając włosy miękkie, pełne ruchu i świeżości przez cały dzień.

dobre salony fryzjerskie



NATURALNA

Pokaz mody Luisa Spagnoli na sezon wiosna–lato 2026 to hołd dla subtelnej kobiecości. Na wybiegu dominowały falbaniaste sukienki, transparentne koszule oraz gorsety z rafii, które podkreślały talię i wdzięk sylwetki. Eteryczną atmosferę kolekcji dopełniała scenografia, w której główną rolę odgrywały wysokie, złocisto-brązowe trawy.

luisaspagnoli.com

Zdjęcia: Paolo Caponetto/paolocapo.net, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



SIŁA KOBIET

Ikona mediów społecznościowych Chiara Ferragni została twarzą globalnej kampanii GUESS na sezon wiosna–lato 2026. Wybór ten wpisuje się w filozofię marki, która od lat celebruje niezależne kobiety, odważnie podążające własną drogą. Efektem tej współpracy jest seria zdjęć autorstwa braci Morelli, którzy połączyli amerykańską estetykę brandu z energią włoskiej influencerki.

guess.eu



I PO STRESIE!

Krem regenerujący z masażerem mySKINtouch MIYA Cosmetics to bogata formuła działająca kompleksowo – nawilża, rozświetla, wspiera regenerację, poprawia elastyczność i ujędrnienie. Redukuje objawy stresu skóry: podrażnienie, zaczerwienienie, uczucie ściągnięcia. Metalowy aplikator tuby delikatnie chłodzi i umożliwia odprężający masaż, wspomagający mikrokrążenie.

hebe.pl

SMAKOWITE DLA SKÓRY

Wygładzający pistacjowy scrub do ciała SORAYA Body Ceremony (19 zł) skutecznie oczyszcza skórę i usuwa martwy naskórek. Jego formuła łączy detoksykującą glinkę zieloną i białą, odżywczy olej z pistacji oraz antyoksydacyjny ekstrakt z tych pestek. Wygładza, zmiękcza i regeneruje skórę. Jego zapach łączy nuty pistacji i wanilii.

soraya.pl





JEST JESZCZE LEPIEJ

Estée Lauder prezentuje odświeżoną wersję legendarnego podkładu marki Double Wear Stay-in-Place. Ikona trwałości powraca w ulepszonej formule, która łączy długotrwały efekt (do 36 godzin) z jeszcze większym komfortem noszenia i naturalnym wykończeniem. Nowa odsłona zawiera również składniki pielęgnacyjne, m.in. niacynamid i kwas hialuronowy.

esteelauder.pl



LETNIE WSPOMNIENIA

Nowa kolekcja marki Twinset jest inspirowana gorącym włoskim latem. Przenikają się w niej lekkie tkaniny, takie jak bawełna, len i koronka, oraz wyważona paleta barw, oparta na bieli i kolorach ziemi. To garderoba stworzona z myślą o celebracji życia: od śniadań na świeżym powietrzu po kolacje w ogrodzie.

twinset.com

eprasa.pl d94a2fd4b4



MOCNE SPOJRZENIE

„Zależało mi na wyrazistych, natychmiast rozpoznawalnych kształtach" – mówi Victoria Beckham o najnowszej kolekcji okularów swojej marki. Projektantka równocześnie debiutuje jako twarz kampanii, której minimalistyczne kadry podkreślają wyrafinowaną estetykę brandu oraz nowoczesny charakter akcesoriów. Kolekcja już dostępna w wybranych salonach optycznych.



RAJSKIE AKORDY

Woda perfumowana Infinita You łączy owocowe nuty moreli i pomarańczy oraz akord Pearadise. W sercu kompozycji rozkwita akord You, łączący charakterystyczny dla Infinita zapach jaśminu z rzeźkimi akcentami mandarynki oraz drzewnej paczuli, otoczony aksamitnymi płatkami osmantusa i ylang-ylang. Ciepła baza, utkana z drewna sandałowego, wanilii i piżma, pozostawia na skórze wrażenia kojącej przyjemności.

oriflame.pl



KURACJA, NIE KOMPROMIS!

SESKAVEL GROWTH – maska przeciw wypadaniu włosów (112 zł) – to kuracja regenerująca, stworzona z myślą o włosach osłabionych, suchych i przerzedzonych. Działa od nasady aż po końce, przywracając włosom gęstość, objętość i naturalny blask.

sesderma.pl



SATYNOWE DNI

Krem nawilżający Satin Glow SPF 30 (19,50 zł) już po pierwszej aplikacji nawilża i zmiękcza skórę. Zawiera specjalne składniki: ekstrakt z płatków róży, cica (wyciąg z wąkroty azjatyckiej) i kwas hialuronowy. To wystarcza, by skóra wyglądała pięknie.

ziaja.com



DZIKI AKCENT

Brytyjska marka AllSaints, słynie z wyrazistych projektów. Skórzana torba z czarnymi detalami i wężowym wzorem to jeden z nich. Model w mgnieniu oka podkręca nawet najprostszą stylizację. Co więcej, powstał zgodnie ze standardami Leather Working Group, co oznacza mniejsze zużycie wody i energii w procesie garbowania.

answear.com



WANILIOWY MOOD

Reed Diffuser Vanilla & Rose (92,70 zł) kryje w sobie subtelność jaśminu, wyrafinowanie róż oraz aksamitność nut karmelu i wanilii. Otaczaj się zapachem, który sprawi, że dom stanie się miejscem, do którego wracamy z przyjemnością.

notino.pl

Zdjęcia: serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4



SIEDEM RAZY C!

HDRÉY Vitamin C jest serią kosmetyków o najwyższych dostępnych na rynku stężeniach witaminy C. Nowa linia to zaawansowane formuły łączące wysokie stężenia antyoksydantów i stabilnych form witaminy C, które intensywnie rozświetlają cerę, redukują przebarwienia oraz wspierają naturalne procesy regeneracji. Skoncentrowane serum rozświetlające z witaminą C 27% zawiera siedem stabilnych form tej witaminy oraz innowacyjny kompleks Renaissance HPS3. Dzięki temu kosmetyk działa intensywnie, przywracając cerze naturalny blask, gładkość i witalność.

hdrey.com



ZDROWA BARIERA

Formuły FILLDERMA Global Filler MEDIDERMA zostały zaprojektowane właśnie z myślą o pracy z barierą skóry i procesem hydratacji rozumianej w sposób funkcjonalny. **Kluczową rolę odgrywa tu nanotechnologia liposomalna. Dzięki niej składniki aktywne są transportowane w sposób bardziej kontrolowany i efektywny – co ma szczególne znaczenie wtedy, gdy bariera skóry jest osłabiona i bardziej selektywna.**

mediderma.pl



CZYSTA CERA

Nawilżająco-normalizujący Jelly Booster AA LAAB Clear Skin Solution to zaawansowany program pielęgnacyjny nowej generacji do każdego typu skóry, a w szczególności do cery mieszanej, tłustej i skłonnej do niedoskonałości. Synchronicznie odbudowuje barierę hydrolipidową oraz eliminuje kluczowe dysfunkcje: nadmierne wydzielanie sebum, reaktywność, zaczerwienienia, miejscowe przesuszenia.

oceanic.pl



STYLOWA PRZEKĄSKA

BlendyGo 3 to mobilny blender, który zdobył setki tysięcy fanów na całym świecie. Gadżet jest dostępny w wielu różnych kolorach i wzorach, co sprawia, że stał się nie tylko elementem zdrowego stylu życia, lecz także modowym dodatkiem.

blendygo.pl



POWRÓT BLASKU

Odzyskanie pięknego glow skóry i jej ultranawilżenie? Wypróbuj biocelulozową maskę Glow Up od Oslo Skin Lab. Jest pełna aktywnych składników odżywczych, takich jak kwas hialuronowy, witamina C czy ekstrakt z ananasa, który rozjaśnia i redukuje przebarwienia.

osloskinlab.pl



NA GŁADKO

DANUCERA Exfolibuff (340 zł) to luksusowy scrub do ciała inspirowany świadomą pielęgnacją. Exfolibuff zapewnia głębokie, łagodne usuwanie martwych komórek naskórka, wygładzając skórę i poprawiając jej teksturę. Już po pierwszym użyciu skóra staje się bardziej promienna, miękka i jedwabista w dotyku, a regularne stosowanie wspiera jej świeży, wypoczęty wygląd.

danucera.pl



WŁOS SALONOWY

Keratin Alpha Sleek to nowa gama marki L'Oréal Professionnel, stworzona z myślą o włosach z tendencją do puszenia się i trudnych do zdyscyplinowania. Gwiazdą gamy jest profesjonalna kuracja wygładzająca Keratin Alpha Sleek, która zapewnia pięć razy więcej wygładzenia oraz widocznie zredukowane puszenie.

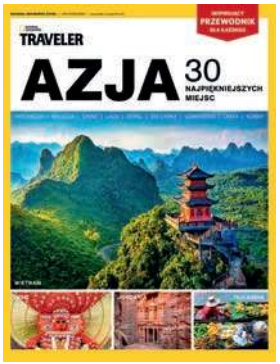
lorealprofessionnel.com

Zdjęcia: Marcin Kłaban, serwis prasowy

eprasa.pl d94a2fd4b4

















kultowy.pl

Twój ulubiony kiosk w zasięgu kliknięcia!

















eprasa.pl d94a2fd4b4

BARAN 22.03–19.04

DĄŻĄC DO CZEGOŚ, NA CZYM CI ZALEŻAŁO, NATKNIESZ SIĘ NA PRZESZKODĘ FINANSOWĄ I CAŁY PLAN LEGNIE W GRUZACH. PRZYJACIEL PODPOWIE CI ROZWIĄZANIE, KTÓRE KIEDYŚ SPRAWDZIŁO SIĘ W TWOIM PRZYPADKU. SPRÓBUJESZ I OKAŻE SIĘ TO ZNACZNIE ŁATWIEJSZE I BARDZIEJ SATYSFAKCJONUJĄCE. BYĆ MOŻE TO WŁAŚNIE TA ŚCIEŻKA, KTÓRĄ NALEŻAŁO PODĄŻAĆ OD POCZĄTKU.



BYK 20.04–20.05

Saturn i Neptun działają teraz tak, by zamknąć drzwi do przeszłości. Zwykle próbowałaś bronić swojej pozycji, ale teraz wiesz, że nie chcesz już tam być. Chęć pójścia naprzód, wynikająca z wyboru, a nie konieczności, sygnalizuje ogromną zmianę w twoim myśleniu. Jesteś gotowa stawić czoła przyszłości.

BLIŹNIĘTA 21.05–20.06

Być może tak bardzo zależało ci na zostawieniu za sobą trudnej sytuacji, że zignorowałaś należne ci odszkodowanie. Ten miesiąc da ci szansę, żeby po nie wrócić. Powinnaś zrobić to nie tylko ze względów finansowych, lecz także by pokazać, że znasz swoje prawa i potrafisz o nie walczyć.

RAK 21.06–22.07

Wydaje się, że robisz krok naprzód w karierze, ale zastanawiasz się, czy na to zasługujesz. To nie ma znaczenia, bo jeśli nie poradzisz sobie w nowej roli, zostaniesz zastąpiona, a jeśli się sprawdzisz – będziesz cieszyć się jeszcze większym sukcesem. Skorzystaj z okazji i idź za ciosem.

LEW 23.07–22.08

Masz wielkie plany na przyszłość i robisz wszystko, by je zrealizować, ale nie do końca wiesz, jak połączyć wszystkie elementy, by osiągnąć sukces. Brakujący kawałek układanki pojawi się w najbliższych tygodniach. Gdy go zdobędziesz, wszystko wskoczy na miejsce. Pod koniec miesiąca możesz podpisać długoterminową umowę. Przeczytaj ją uważnie, zanim to zrobisz.

PANNA 23.08–22.09

Pozwoliłaś, by twoja relacja podążyła w kierunku, którego nie chciałaś, mając nadzieję, że wszystko dobrze się ułoży. Teraz jest jasne, że to, czego pragnęłaś, się nie wydarzy. Pełnia Księżyca w twoim znaku w tym miesiącu to zaćmienie, co sugeruje, że nadszedł czas na nowy początek. Ty musisz zdecydować, czy oznacza to zaakceptowanie ograniczeń tego związku, czy poszukanie czegoś innego.

WAGA 23.09–22.10

Koniec jednej relacji i początek następnej. A może koniec jednego etapu związku i początek następnego. Nie planowałaś tego w ten sposób, a jednak stało się. Możliwe, że będziesz musiała nieco się wytłumaczyć, gdy przyjaciele zaczną zadawać pytania. Nie martw się, wszystko się ułoży.

SKORPION 23.10–22.11

Wkrótce odkryjesz różnicę między miłością a namiętnością. Namiętność jest silna, bezpośrednia, a miłość znacznie bardziej łagodna, ale trudniejsza do zdefiniowania, a ostatecznie – silniejsza. To, co brałaś za romans, który można łatwo kontrolować, szybko staje się czymś bardziej złożonym, co zaczyna cię martwić. Bądź szczera w kwestii tego, czego pragniesz.

STRZELEC 23.11–21.12

Nadszedł czas, by ruszyć z miejsca. Słońce i Mars pomogą ci odzyskać tempo dzięki dwóm szansom – jednej na początku miesiąca, drugiej – pod koniec. Ale tym, co pomoże ci podjąć ostateczną decyzję, będzie zaćmienie w górnej części twojego wykresu pokazujące, że coś, na co liczyłaś, nie dojdzie do skutku. Nie ma więc sensu dalej czekać, prawda?

KOZIOROŻEC 22.12–19.01

Bez względu na to, co nosisz i co robisz, jeśli twój strój jest zbyt ciasny albo krępuje ruchy, nie osiągniesz dobrych wyników – i na siłowni, i w życiu w ogóle. Ten miesiąc da ci przestrzeń, żeby się upewnić, że czujesz się komfortowo i jesteś gotowa rozpocząć nowy projekt.

WODNIK 20.01–18.02

Czy twój styl życia pomaga ci robić postępy, czy cię ogranicza? Ile z rzeczy, które uważasz za niezbędne, faktycznie potrzebujesz? Czy prostsze życie dałoby ci czas na zajęcie się tym, czego pragniesz? Nie bój się zweryfikować swoich ambicji i tego, ile cię one kosztują. Przeprowadzony właściwie proces okaże się odświeżający i ożywczy.

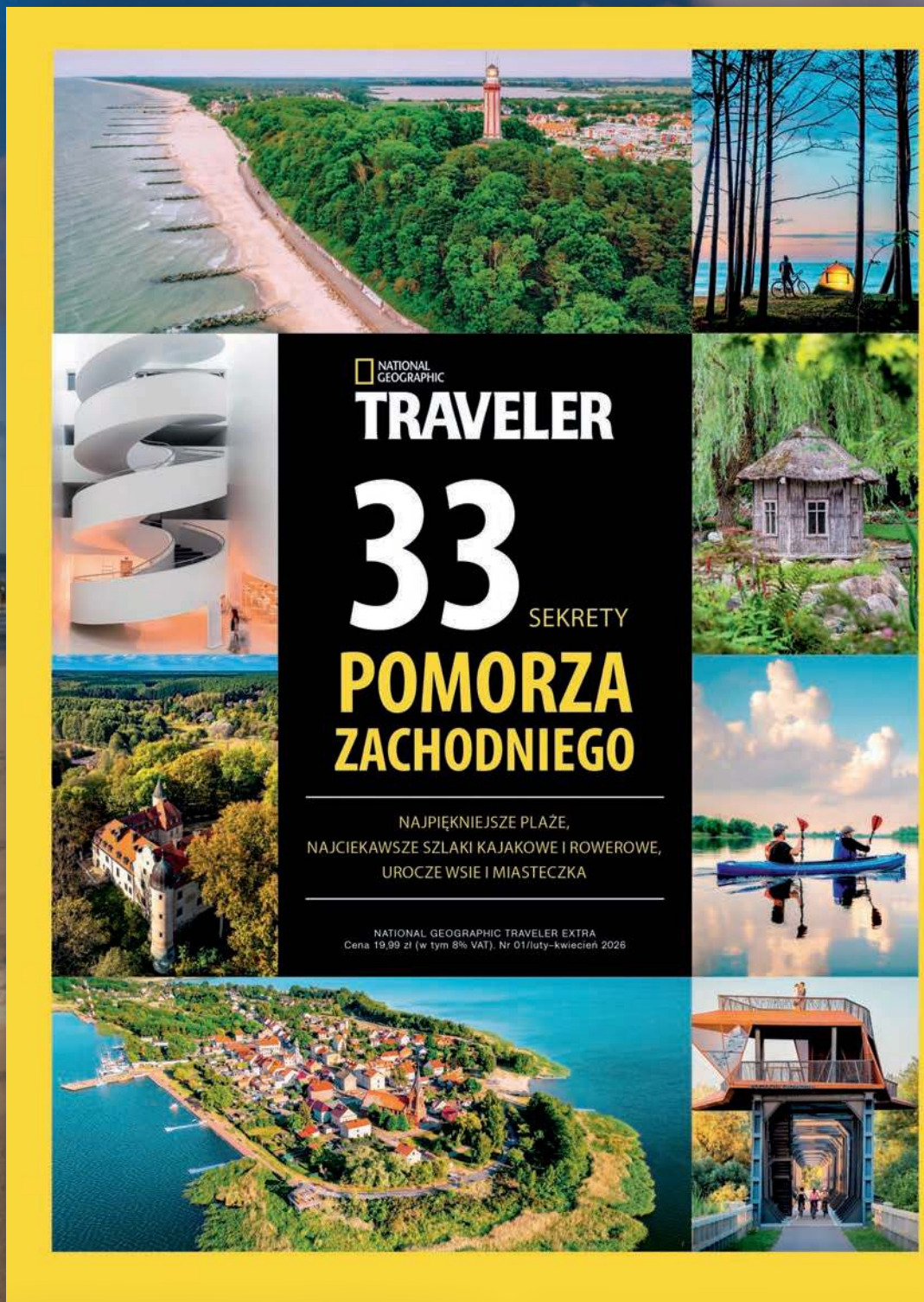
RYBY 19.02–21.03

W przeszłości pozwalałaś, by niósł cię prąd wydarzeń, ale w przypadku twoich obecnych zmartwień dotyczących związku to nie zadziała. Twoje planety mają teraz większą moc niż partnera, a Mars znajduje się w twoim znaku, dając ci siłę do działania. Dlatego to ty będziesz musiała podjąć decyzję za was oboje.

Tekst: Bernard Fitzwalter, ilustracja: Michelle Eismann

eprasa.pl d94a2fd4b4

JUŻ W SPRZEDAŻY!



Zamów magazyn na kultowy.pl

www.national-geographic.pl natgeopl

eprasa.pl d94a2fd4b4



eprasa.pl d94a2fd4b4

Z Natury Perlage



eprasa.pl d94a2fd4b4

ELLA BACHÉ

PARIS . 1936



Zaawansowane formuły inspirowane nauką i naturą

90 LAT FRANCUSKIEJ DERMOESTETYKI

facebook.com/EllaBachePoland ELLABACHE.PL instagram.com/ellabache_poland/