

EVAexkluzívne

Šaty, *Mango*
Opasok, *Hermés*

→ „Som Račica a rodina je pre mňa al-
fou a omegou. Nesmierne si vážim poho-
du a teplo domova.“ ←

Tajný život ANDREY V.

Text **Timea Keresztényiová**
Foto **Anna Kovačič** Mejkap a vlasy **Sylvie**
Hadziefendic Styling **Martina Gvizdová**

To je ten, ktorý Andrea Verešová, tvár našej titulky, žije mimo objektívov a mimo kamier, tak obyčajne a normálne, ako sa len dá. O ňom sme sa bavili, medzi nami dievčatami. A keď sme skončili rozhovor, prišiel jej manžel a priniesol jej kyticu kvetov. LEN TAK!!! Je toto možné?

ČORAZ KRAJŠIA A KRAJŠIA

Tak to píšú muži aj ženy na Andreinom Facebooku. Skutočne treba uznať, že ak niečo robí, má to úroveň, a sociálne siete si spravuje Andrea bravúrne.

„Toto niekto naozaj napísal? To je milé... (úsmev) Každý príjemný komentár si veľmi vážim. Ale, bohužiaľ, nemám veľa času ich sledovať, iba príležitostne. Hlboko sa ospravedlňujem, hádam nikoho nesklamem. Som vďačná za každú pozitívnu reakciu a teším sa z nej. Nie som typ, ktorý si dá fotku a potom si obhrýza nechty, že čo bude a koľko lajkov dostane... Sociálne siete považujem za skvelý prostriedok, ako vyjadriť svoje názory a postoje, respektíve korigovať niečo zavádzajúce a prekrútené, čo niekde napísali médiá... Ľudia ma môžu pozorovať nielen ako modelku, ale aj v normálnych situáciách, pri varení, v záhrade, pri športe, ako mamu a manželku. V poslednom čase sa venujem skôr Instagramu, ktorý ma baví. Pretože tu viem viac vyjadriť svoj postoj k móde, životu, strave, športu... vôbec k lifestyle. A vďaka nemu sa tiež dozvedám o ľuďoch, ktorí ma zaujímajú, o ich práci, živote, vkuse... Môžem sa inšpirovať, alebo si len zlepšiť náladu a spríjemniť deň.“

MÓDNA IKONA

Áno, áno, už sa k tomu schýľuje. Pozrite si napríklad jej garderóbu z posledného MFF v Karlových Varoch a budete v obraze. Andrea sa oblieka premyslene rafinovane a veľmi vkusne.

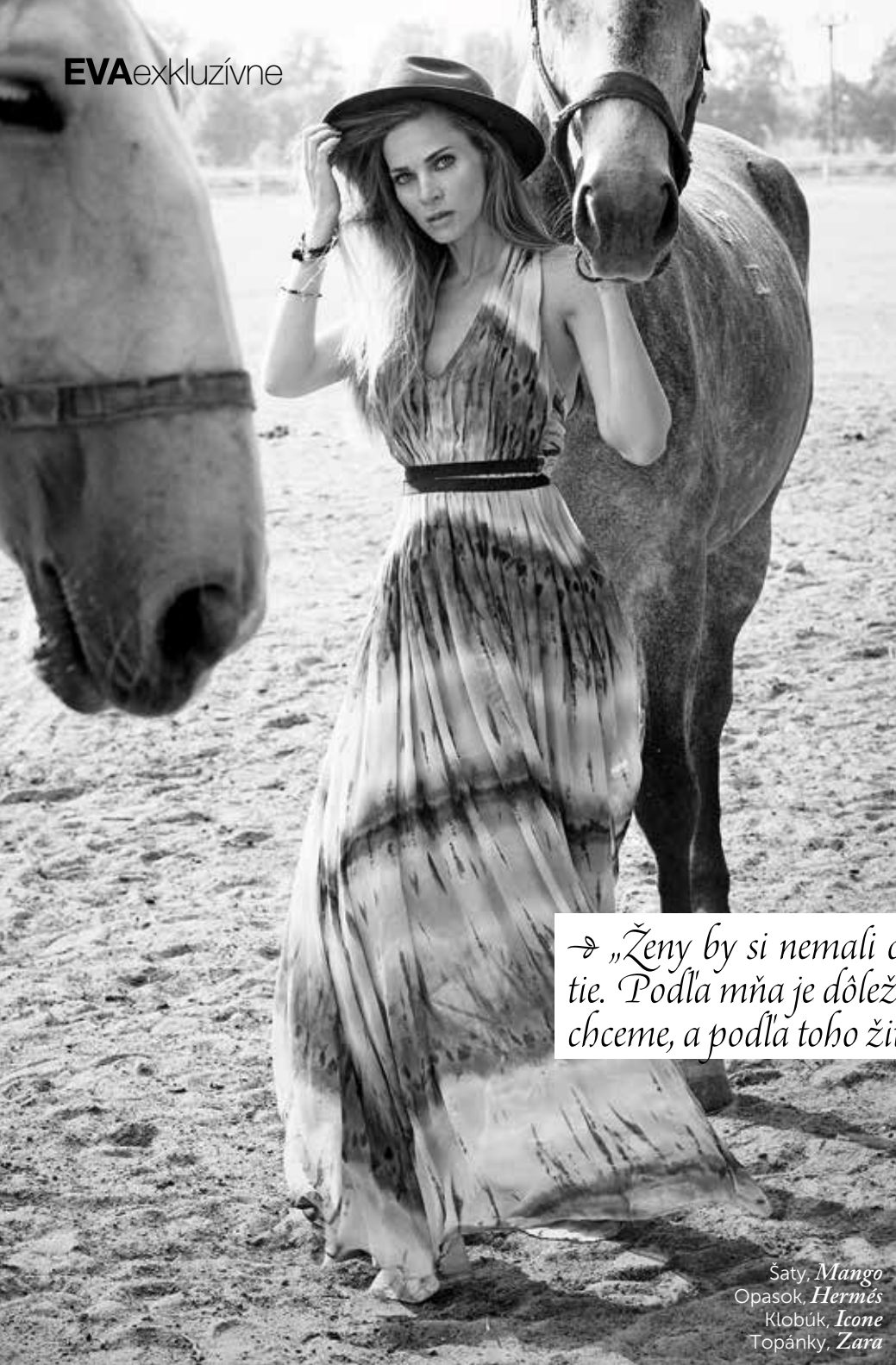
„Chce to, samozrejme, istú dávku energiu a úsilie, ktoré tomu človek musí venovať. Teším sa, že to prináša ovocie. Každá z nás sa mení, vyvíja a dozrieva. Vďaka rokom v modelingu som sa mnohé naučila a pochopila som, že móda je jedna veľká hra. Ale pozor, nie bez pravidiel. Mój štýl sa pomaly vykryštalizoval, ujasnila som si, čo mi pristane. Bavia ma všetky odtiene tejto hry. Obliecť sa na

vychádzku, na šport, na lyžovačku, ale aj na veľké glamour akcie... Občas sledujem niektoré módné blogy, napríklad sincerelyjules, songofstyle, classynnspe, bhollyb... A pozerám si aj zaujímavé tipy na líčenie ako hudabeauty, nixiepixi1. Je úžasné, koľko šikovných ľudí je na svete, ktorí na sebe pracujú a od ktorých sa máme stále čo učiť.“

HLAVNE NORMÁLNE

Keď je vizáž vaším pracovným nástrojom, musíte nájsť model, ktorý vás rozžiari zvonka aj zvnútra.

„Nedá sa povedať, že robím len niečo, je to životný štýl. Nedá sa oddeliť jedno od druhého. Ak chcete vyzeráť dobre a robiť niečo pre zdravie, musí sa to diať nonstop, každý deň. Kľúčom je rovnováha a istá racionalita. Rovnováha medzi sklbením všetkých záujmov a tým, aby sa do toho vtesnal aj šport, oddych a racionalita, najmä v strave. Jem všetko, ale s mierou. Okrem bieleho pečiva, to mi nerobí dobre. Bola by som blázon, keby som občas nezhrešila a odopierala si zmrzlinu s deňmi či koláč, ktorý si spolu napečieme... A bolo by to aj veľmi vyčerpávajúce. Zakazovať si niečo, to je už v mojom veku také nedôstojné... (smiech) Ženy by si nemali odopierať dobré jedlo a pitie. Podľa mňa je dôležité zrovnať si v hlave, čo chceme, a podľa toho žiť. Nemusíte potom riešiť radikálne diéty, ktoré sú aj tak nezdravé. Aby som sa cítila dobre a mala aj po jedle energiu, neprejedám sa, jem častejšie a menej. Stále pri sebe nosím nejakú tyčinku, celozrnné pečivo alebo ovocie. Doma varím pre deti aj klasické omáčky, ktoré milujú, a zahusťujem ich ovsenými vločkami. Nespoznáte rozdiel! Vôbec, vločky sa dajú použiť skoro všade namiesto múky. Poradil mi to známy, ktorý sa venoval fitnessu a kulturistike. Veľmi mi chutí zelenina a ovocie a tiež ryby. Údeniny a ťažké veci u nás nenájdete. Ja mám totiž oboch rodičov žľčníkárov, takže si dávam pozor. Mimochodom, mäso som sa vyslovene učila mať rada, lebo jedna pani doktorka mi robila vyšetrenie



→ „Ženy by si nemali odopierať dobré jedlo a pítie. Podľa mňa je dôležitejšie zrovnať si v hlave, čo chceme, a podľa toho žiť.“ ←

Šaty, *Mango*
Opasok, *Hermès*
Klobúk, *Icone*
Topánky, *Zara*

v akomkoľvek veku. Zlepšuje pružnosť, svalový tonus, učí nás správne držať telo a správne dýchať. To je veľmi podstatné, lebo stresom a napätím dýchame plytko a trpia tým všetky orgány. Ak nie sú správne okysličené, rýchlejšie starneme. Vďaka joge som sa naučila vnímať svoje telo inak a viac ho počúvať. Je to v podstate štýl života. Pomáha udržiavať jednotlivé svalové partie v zdravom napätí, napríklad aj pri jazde v aute, keď si umývate zuby, stojíte pri pokladni alebo len tak sedíte... Akoby mimochodom posilňujete bruško, stehná a nemusíte sa mučiť niekde v posilňovni. Navyše je to bezpečný pohyb, pri ktorom nehrozia zranenia z prepnutia ako pri iných športoch. Napríklad taká zumba. Ak nepoznate správne tanečné pohyby, môžete si viac ublížiť ako pomôcť. Baví ma aj pilates a Port de Bras. Je to veselé, hravé cvičenie, má v sebe ladnosť baletu a je úžasné predovšetkým na dokonalé spevnenie hornej polovice tela.

V každom prípade verím, že dôležitá je dobrá nálada a optimizmus. To, ako sa cítíme a ako myslíme, z nás vyžaruje a ovplyvňuje nielen nás, ale aj okolie.“

NA PRIRODZENO A BEZ UMELÍN

Naša krásna Žilínčanka vyhrala Miss Slovensko pred šestnástimi rokmi (!). Odvtedy je žiadanou modelkou, no jedno je isté: až teraz vo tridsaťpäťke dosahuje jej ženskosť top formu. Andrea sa udržiava neinvazívne a decentne. Tieto fotky, Evičky, sa takmer neretušovali!

nie krvi po dlhšej chorobe a povedala, že pre moju krvnú skupinu 0 je mäso nevyhnutné. Takže vegetariánstvo pre mňa nie je cesta.“

GÉNY NIE SÚ VŠETKO

Tú druhú polovicu takéhoto tela si treba odmakať, a to ni ako nesúvisí so slávou, s úspechom či peniazmi. Vôľa a sebadisciplína. To je všetko.

„Mám kamarátky, ktoré každé ráno behajú, lebo ich to úžasne nakopne. Ja beh neznám. Radšej si idem zaplávať alebo zahrať tenis, ktorý ma baví, a už asi päť rokov cvičím klasickú jogu. Je to skvelý, ucelený, absolútne prirodzený systém, ktorý pomáha zlepšiť a udržať telesné aj psychické zdravie. Odporúčam každému,

„Nemám veľa času navštevovať kozmetické ani kadernícke salóny. Starostlivosti zo strany profesionálnych kaderníkov či vizážistov si užijem dosť aj v rámci modelingu. Z času na čas zjdem do Inštitútu estetickej medicíny v Pezinku, kde som objavila úžasný prístroj LPG na formovanie tela a pre krásnu hladučkú pokožku bez celulitídy. Vyskúšala som aj procedúru okysličenia pleti, ktorú vrelo odporúčam, a podstúpila som kontrolu a preventívne vybratie znamienok... Takže na Angelinu Jolie ešte stále nemám... (smiech) Samozrejme, verím na absolútne pravidelné čistenie pleti a poctivé odličovanie, rovnako ako aj na kvalitnú pleťovú a vlasovú kozmetiku. Obľúbila som si značky Korff a Kérastase. Nedám dopustiť na prírodné krémy a olejčky bez konzervantov, umelých farbív, parabénov a minerálnych olejov, ktoré si najradšej kupujem

Top, *Jucca, predáva Space*
Šortky, *Humanoid Space*
Topánky, *Icone*



EVAexkluzívne

Overall, *H&M*
Kožená bunda, *Ivana*
Mentlová, predáva *Space*
Čižmy, *Hermés*



v Grécku alebo v Taliansku. Majú tam úplne iný výber kvalitných produktov ako u nás. Napríklad špeciálna zmes olivového, mandľového a arganového oleja je neuveriteľná vec! Nepotrebujem žiaden iný zázrak. Okrem olejčiekov milujem ešte fantastický lahučkový mejkap značky Korff. Pleť po ňom dýcha, zároveň je výživný a regeneruje; obsahuje kaviár, kyselinu hyalurónovú a retinol. Kedysi som fotila reklamu na ich očné tiene. Tie sú tiež famózne. Jednak vyzerajú prirodzene, obsahujú vynikajúce pigmenty, držia, a potom nemusíte mať strach, že vám vysušia viečka. Na čo veľa žien nemyslí, je to, že očné viečka rýchlo starnú a padajú. Nie je jedno, aké tiene si na ne nanášame.“

STRÁŽKYŇA RODINNÉHO KRBU

Andrea je mamou Vanessky a Daniela. A keď hovoríme mamou, tak mamou, pekne naplno.

„Som Račica a rodina je pre mňa alfou a omegou. Nesmierne si vážim pohodu a teplo domova. Musím a chcem sa venovať v prvom rade deťom, lebo teraz ma potrebujú najviac. Nedá sa vychovávať nadivoko, človek musí investovať veľa času a lásky, rozvíjať v deťoch nadanie a talent. Dôležité je rozpoznať, čo má zostať len ich koníčkom a čomu sa má zmyselne venovať aj profesionálne, o čo sa snažíme aj my s manželom. Popritom sa venujem vlastnej práci, ktorá je pre mňa tiež nesmierne dôležitá. Ako vieme, len spokojná žena, ktorá sa v živote realizuje a je naplnená, dokáže rozdávať dostatok lásky svojmu okoliu. Najväčšie umenie je nájsť rovnováhu medzi pracovným nasadením a súkromím. Riešim vlastne presne to isté, čo všetky ostatné ženy, ako to všetko sklbiť. Ďakujem Bohu, zatiaľ sa mi to úspešne darí.“

POMÁHAŤ JE POVINNOSŤ

Pokiaľ je to v jej silách a možnostiach, rada pomôže.

„Možno si niekto nezainteresovaný pomyslí, čo vlastne celý deň robí? Ja sa nezastávim!... (úsmev) Naozaj, myslím si, že ani bežná žena v domácnosti sa nezastaví. Nieto ešte tá, ktorá popri tom aj pracuje, má svoje nadácie, rôzne projekty... Myslím si, že jedna z výhod známej tváre je to, že môžete zviditeľniť užitočné projekty a prepožičať svoje meno a tvár na dobrú vec alebo založiť nadáciu. Pokladám za správne pomáhať iným, teší ma byť užitočná a naplňa ma to. Bohužiaľ, neverím, že by som dokázala zmeniť svetový politický systém, aj keď v osвете či charitatívnej činnosti sa dá určite v mnohom prispieť a pomôcť. Na druhej strane, mám svoju prácu a rodinu, ktorá ma potrebuje. Neustálym cestovaním a prácou v zahraničí by som nemala na ňu čas a trpeli by. Je to opäť o krehkej rovnováhe, človek si musí zvoliť priority, aby nesedel na dvoch stoličkách naraz. Napríklad kamarátkam teraz pomáhám s novým úžasným projektom Star Bazar, v rámci ktorého sa predáva oblečenie známych osobností, hercov a spevákov. Výťažok putuje na vybrané nadačné fondy.“

ŠŤASTIE SI TREBA VÁŽIŤ

S manželom Danielom sú svoji už osem rokov. Ani manželka nemá doma nič isté a musí sa o vzťah starať, presne ako my ostatné.

„Každý vzťah je ako kvetinka, treba sa o ňu starať a pravidelne ju polievať. Inak zvädne a zahynie. Rokmi má tendenciu všetko zovšednieť, a preto sa treba mať na pozore a nebrať veci za automatické. Rutina je začiatok konca. Všeobecne fungujúci recept nemám, ale rozhodne vyznávam názor, že spoločné koníčky sú to



tajomstvo. No a hlavne si nájsť aspoň chvíľu len pre seba, ideálne zveriť deti aspoň na jeden deň v týždni milujúcej babičke a stráviť spolu romantický večer, bez televízie a bez telefónov. Radosť sa dá nájsť aj v maličkostiach, treba si ich všimnúť a vzájomne si ich dopriať.“

ANDREA ODKAŽUJE ČIT A TELKÁM EVY:

Majte nádherné voňavé leto zaliate slnkom,
úsmev v duši, lásku v srdci. Prajem vám, aby
ste našli svoj mútorný pokoj a harmóniu.
Aby bol celý váš život krásny a naplnený!