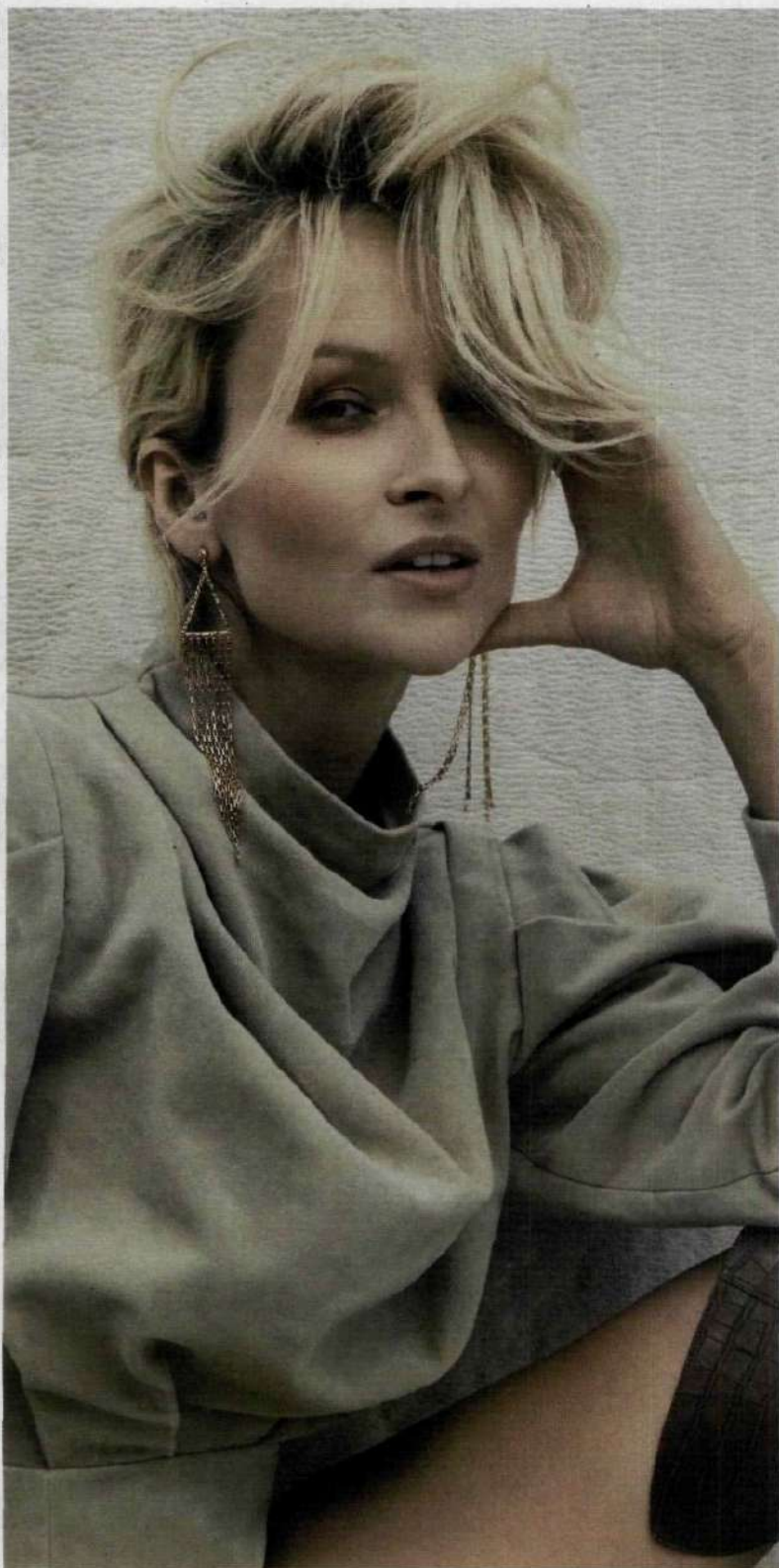


Gala uroda

# Y Z MARIETĄ ŻUKOWSKĄ

# 24 GODZINY



Codzienna uważna i przemyślana pielęgnacja jest dla niej częścią dbania o siebie. A jeśli chodzi o makijaż, Marieta Żukowska lubi oddać się w ręce profesjonalistów.

## 6.00

Zaraz po przebudzeniu piję kawę z mlekiem i miodem, ze swojej ukochanej włoskiej kawiarki. Kocham kawę i jestem od niej uzależniona. Chwilę później jestem już w łazience. Jako aktorka poświęcam szczególną uwagę pielęgnacji, ponieważ twarz i ciało są narzędziem mojej pracy. Dlatego używam wyłącznie produktów najwyższej jakości. Chętnie sięgam po krem liftingujący Re.VISAGE od Dermiki. Ma bogatą konsystencję, dzięki czemu pozostawia na twarzy niewidoczny film, który zatrzymuje dostarczone skórze substancje aktywne. Na co dzień rezygnuję z makijażu, ponieważ jadę prosto na charakteryzację. Czasem robię wyjątek dla delikatnego rozświetlającego podkładu Synchro Skin od Shiseido. Nigdy jednak nie wyjdę z domu bez ulubionego zapachu. Miłością mojego życia jest bez wątpienia Molecule 01, ale lubię eksperymentować i mieszać zapachy. Ostatnio oczarował mnie Metallique Toma Forda. To połączenie bergamotki, różowego pieprzu, wanilii i drzewa sandałowego – magia.

## 7.00

Najczęściej o tej porze jestem już w charakteryzatorni z kolejnym kubkiem gorącej kawy. Lubię ten moment, gdy mogę całkowicie oddać się w ręce specjalistów od makijażu i włosów, skupiając się wyłącznie na scenariuszu. Nie jestem fanką mocnego makijażu, ale tego wymaga ode mnie praca przed kamerą. Na szczęście moje włosy nie

*„Od kilku lat uprawiam jogę,  
a od niedawna w utrzymaniu  
harmonii pomaga mi  
medytacja transcendentalna”.*

MARIETA ŻUKOWSKA

potrzebują zbyt wielu zabiegów, są bardzo „plastyczne”. To zasługa ich właściwego strzyżenia. W tym temacie całkowicie ufam przyjacielowi Piotrowi Hullowi, który dba o nie, odkąd pamiętam. To właśnie o jego nazwisko pytają mnie najczęściej kobiety na Instagramie. I o kolor, który wybieram, czyli Sydney 102 Preference od L'Oréal Paris. Regularnie stosuję także skoncentrowaną odżywkę do włosów suchych Magiczna Moc Olejków tej samej marki.

**9.00**

Gdy nie mam planu zdjęciowego, o tej porze pędzimy z córką Polą do szkoły – pieszo lub autobusem. Uwielbiam spędzać z nią każdą wolną chwilę. Dlatego zwykle po lekcjach zabieram ją do naszej ulubionej cukierni Lukullus albo na długi spacer, podczas którego rozmawiamy o naszych dziewczynskich sprawach. Czasem wolimy po prostu posiedzieć w domu, piekąc ciasta czy grając w gry planszowe. Czas z Polą jest wyjątkowy, najcenniejszy. Często Polka żartuje i mówi: „Mamo, cieszysz się, że cię wybrałam na mamę?”. „Jestem najszczęśliwsza”, szczerze odpowiadam.

**16.00**

Nie ukrywam, że staram się każdego dnia znaleźć też chwilę dla siebie. Bez telefonu, bez rozmów. Od kilku lat uprawiam jogę, która daje mi poczucie odprężenia, doskonale wycisza. Ostatnio w utrzymaniu harmonii pomaga mi także codzienna medytacja transcendentalna. I muszę przyznać, że to moment dnia, na który czekam z niecierpliwością. Dzięki niej uczę się być tu i teraz. Czasem odwiedzam też miejsca, które stawiają mnie na nogi. Jednym z nich jest nowa klinika dr. dr. Marka Szczyta i Michała Charytonowicza

w okolicach Konstancina, do której wpadam na japoński masaż twarzy kobido. To całkowicie naturalna forma liftingu i odmłodzenia twarzy, która zmniejsza napięcie i przyjemnie odpręża. Co ważne, efekty widać już po pierwszym zabiegu. Uwielbiam też różnego rodzaju zabiegi pielęgnacyjne w tej klinice.

**18.30**

Wieczory to czas wyłącznie dla rodziny. Robimy wtedy to, na co mamy danego dnia ochotę. Pod jednym tylko warunkiem – że lekcje Polki są odrobione. Zabawa zabawą, ale szkoła jest dla nas priorytetem.

**20.00**

Po kolacji, kiedy Pola jest już w łóżku, zdarza mi się wymknąć z domu na premierę albo jakąś galę. Takie wyjście wymaga więcej wysiłku, niż się wydaje. I warto się do niego odpowiednio przygotować. Jesień i zima to doskonały czas na kompleksową odnowę skóry z wykorzystaniem pilingów. Tego typu zabiegi dają efekt wyraźnego rozjaśnienia i ujędrnienia skóry, błyskawicznie przywracają jej świeżość i gładkość. Warto robić je u specjalistów, np. w warszawskim NY Laser Center na ul. Chodkiewicza.

**23.00**

Noc świetnie sprzyja regeneracji skóry. Jednak moja wieczorna pielęgnacja nie może być czasochłonna. Jedyna rzecz, o jakiej marzę o tej porze, to ciepłe łóżko. Dlatego po dokładnym oczyszczeniu skóry wybieram ujędrniający krem odżywczy lub całonocną maskę nawilżającą z linii Re.VISAGE od Dermiki. ●



tekst  
MARTA WAGLEWSKA

**STREFA  
PRZYJEMNOŚCI  
MARIETY**

Tusz do rzęs  
Volume Million  
Lashes  
**L'ORÉAL PARIS**  
64,99 zł



Nawilżający krem  
antyoksydacyjny  
Re.VISAGE  
**DERMIKA**  
67,99 zł/50 ml

Cień do powiek  
Trends from Paris  
by **L'ORÉAL PARIS**  
40,99 zł



Podkład rozświetlający  
**SHISEIDO**  
ok. 150 zł/30 ml

Woda perfumowana  
Metallique  
**TOM FORD**  
549 zł/50 ml

