

# SVĚT ŽENY

NADCHNE • POTĚŠÍ • INSPIRUJE

Extra  
ČTENÍ

- ✓ Rozhovor s oblíbeným televizním moderátorem Vladimírem Kořenem
- ✓ 7 tipů, jak najít lásku offline

Herečka ze seriálu *Zlatá labuť*

## Kristýna Ryška

*„I skvělí herci čekají na telefon. Ne vždy se nabídky hrnou.“*

*Užívejte,*  
**relaxujte,**  
*těšte se...*

## LETNÍ atmosféra

*Móda do přírody  
& i k moři  
& vše pro  
dokonalé bronzové  
opálení*

## Dny plné ZÁŽITKŮ

- ✓ Uvařte si doma italské dobroty
- ✓ Nové procházky Českým Krumlovem
- ✓ Co o vás prozradí kytky na zahradě
- ✓ Povídky k vodě

Sbírka zmatků, trablů a trapasů, které na dovolené potkají každého. Berte to s humorem, nejste v tom sami!



CERVENEC 2024 • CR 39 90K2 • SR 2,19 €

# 7 tipů, jak najít lásku offline

Ráda byste teplé dny strávila ve dvou, ale na seznamku se vám nechce? Existuje několik způsobů, jak přivolat lásku bez toho, abyste si musela zakládat online profil či chodit na spoustu rande. Seznámení je o prázdninách snadnější, jen mu musíte jít trochu naproti.

TEXT: JANA UHLÍŘOVÁ

## PŘIZNEJTE SOBĚ A OKOLÍ, ŽE JSTE SINGLE

Prvním krokem k úspěšnému seznámení je potřeba přiznat si, že vám stávající svobodný stav nevyhovuje a chcete ho změnit. „Nebojte se to říkat zcela otevřeně a ideálně každému s dovětkem, zda nezná někoho zajímavého, komu by vás mohl představit,“ radí Kristýna Mertlová, odbornice na seznamování a majitelka seznamovací agentury Date2k. Nikdy nevíte, zda brácha vaší kamarádky nehledá fajn přítelkyni, kolega v práci nemá skvělého rozvedeného kamaráda nebo zajímavý tatínek kamarádky vaší dcery ze školky není náhodou vdovec. Spousta lidí v okolí netuší, že tak skvělá žena, jako jste vy, může být single nebo že někoho hledá. Tak o sobě dejte vědět.

Léto přeje zamilování!  
Když víte, jak na to, zbývá jen krůček, aby vás zasáhl Amorův šíp.



## Chodte sama ven i do společnosti

Kavárny, letní večírky, farmářské trhy, open air festivaly, parky či příroda jsou ideálními místy, kde můžete potkat zajímavé lidi. A pokud vlastníte psa, máte napůl vyhráno. „V parku se najdou i single pejskaři, stačí se dát s někým zajímavým do řeči. Nebojte se vyhledávat co nejvíce příležitostí a seznamování prostě trénovat,“ doporučuje Kristýna Mertlová.

29,6% lidí se nejčastěji seznamuje přes přátele, 20% v práci nebo ve škole a 17,5% během společenských aktivit.

(Zdroj: průzkum Czechsex)

Přibližně **22 %** párů  
se seznámí online.

(Zdroj: Behavio)

## BUĎTE AKTIVNÍ, PŘIJÍMEJTE KAŽDÉ POZVÁNÍ

Staňte se takovou „yes women“, která přijímá pozvání na každou akci, a to i když nejde o váš šálek čaje. „Nikdy nevíte, koho můžete potkat na oslavě 90. narozenin tetičky nebo jak se mohl „vyvinout“ kdysi stydlivý spolužák ze základní školy na třídním srazu po dvaceti letech,“ doporučuje odbornice. Nebojte se vyrazit s kolegy na skleničku po práci, i když nemáte náladu. Doma na gauči u Netflixu toho pravého ještě nikdo nikdy nepotkal.



## Nebojte se udělat první krok

Už dlouho se vám někdo líbí nebo jste potkala zajímavého muže cestou do práce či v čekárně u lékaře? Nebojte se udělat první krok, samozřejmě vkusně. „Rozhodně neradím muže zvát na rande nebo mu hned cpát svoje telefonní číslo, to by nefungovalo. Je třeba v muži vytvořit potřebu vám pomoci, ochránit vás, ukázat se v nejlepším světle, takže se ho na něco zeptejte, nechte si poradit s výběrem nebo s něčím pomoci,“ říká Kristýna Mertlová. Uvidíte, jak pozitivně zareaguje a třeba vás sám pozve na kávu nebo si řekne o vaše číslo. A když ne, nevdá. Berte to jako cvičení v seznamování a vystupování z komfortní zóny.

## ODHALTE SVŮJ SEZNAMOVACÍ POTENCIÁL

Než se vrhnete do seznamování, uvědomte si dobře svoje silné a slabé stránky i to, jak si na seznamovacím „trhu“ stojíte. „Zkuste se pobavit s někým ze svých blízkých, jak vás vnímá, co si myslí, že je na vás zajímavé a atraktivní a co by naopak stálo za změnu. Třeba se dozvíte, že váš účes z devadesátých let by chtěl oživit, nebo že byste měla lehce obměnit šatník,“ doplňuje Kristýna Mertlová. Dozvědět se také můžete třeba to, že působíte hodně nedostupně, což každého muže odradí. I když taková upřímná sebeanalýza vyžaduje dost odvahy a upřímnosti, stojí za to se nad připomínkami opravdu zamyslet. Pokud chcete, můžete zdarma vyzkoušet unikátní analýzu seznamovacího potenciálu LoveReport, která vám poskytne objektivní pohled.

## Začněte s novou aktivitou

Objevte pro sebe zajímavý koníček, vyzkoušejte další sport, pusťte se do studia cizího jazyka nebo vyrazte na kurz vaření či malování. „Když začnete s novou aktivitou, poznáte nové lidi, které baví stejné věci. Navíc po kurzu nebo lekci badmintonu můžete se zajímavým objevem nebo s celou partou vyrazit na drink či kávu a rozebrat, jak vám to šlo. Třeba přeskóčí jiskra,“ popisuje Kristýna Mertlová. Do karet vám hraje také fakt, že i přes popularitu online seznamek se většina lidí pořád touží seznámit v reálném světě.

## VYRÁŽEJTE NA WORKSHOPY A NETWORKINGY

Pro úspěšné seznámení potřebujete rozšířit svůj okruh, vystoupit ze své bubliny, takže se nebojte aktivně vyhledávat a navštěvovat workshopy nebo networkingové akce, kde potkáte celou řadu zajímavých lidí. „Jedná se nepochybně o výstup z komfortní zóny, který může být náročný. Ale uvidíte, že nepříjemný pocit bude menší a menší s počtem akcí, na které vyrazíte, a počtem lidí, které zvládnete oslovit,“ radí odbornice. Díky novým aktivitám a zkušenostem se zvýší také vaše sebevědomí a přitažlivost, což vám bude hrát do karet.

## Přes všechnu snahu se vám seznamování nedaří?

Můžete zajít i na kurz **Jak se seznámit bez seznamky, kde odhalíte svoji vztahovou minulost a případné chybné vztahové vzorce a získáte tipy, triky a praktická doporučení, kde potkat toho pravého a jak ho zaujmout. Zjistíte, co takový muž hledá a zda to myslí vážně, abyste neplýtvala svým vzácným časem.**