

124 STRONY JAK MĄDRZE WYKORZYSTAĆ SWÓJ POTENCJAŁ

PRACA

wysokie obcasy

**RAPORT
SPECJALNY**

**MASZ POMYSŁ
NA DRUGIE
PÓŁ
ŻYCIA?**

**SANTORSKI:
NA CO KOMU
MBA**

**PORADNIK
WYCHYŁ SIĘ
SKUTECZNIE**

**RAJSTOPY
cieliste nosi
tylko KROLOWA**

**APKA DO LECZENIA
DEPRESJI**

**PHOEBE
WALLER-
BRIDGE**

**GRUBE MILIONY
ZA SZCZEROŚĆ**

wyborcza

Praca Wysokie Obcasy
nr 1/2020
cena 13,99 zł w tym 8% VAT
indeks 431699



NATALIA DE BARBARO:
Sztuka (nie)wytrzymywania
DOROTA WARAKOMSKA:
Mistrzynie prezentacji

**Z PSEM
DO
BIURA**

Co w numerze

FELIETONY

- 12 | Natalia de Barbaro:
O zgubnej sztuce
wytrzymywania
30 | Natalia Waloch:
Czarny sen Kopciuszka
46 | Anna Kowalczyk:
Strajk reprodukcji
65 | Wojciech Staszewski:
Między nami, seniorami
120 | Maja Staniszevska:
Dziewczynka z gronostajem

KOBIETA Z OKŁADKI

- 14 | Phoebe Waller-Bridge

PSYCHOLOGIA

- 24 | O emocjach z dr Ewą
Jarczewską-Gerc
28 | Zestresowana? Odreaguj
jak dziecko
32 | Jak się pozbierać po utracie
pracy, radzi Hanna Więcewicz

KARIERA

- 36 | Marta Krupińska,
szefowa Google Campusu,
o wspieraniu start-upów
40 | Dorota Warakomska:
Prezentacja bez błędów
42 | Wychył się i wyjdź z cienia
– wskazówki dla szarych myszy
48 | Kamil Fejfer o kobietach
na rynku pracy
52 | Prawa i obowiązki
pracownika, który bierze ślub
– porady prawniczk
54 | Porażka i co dalej: Joanna
Pawlak z fundacji CoderDojo

RAPORT SPECJALNY

- 58 | Masz pomysł na drugie
pół życia? – pokolenie 50 plus

ZARZĄDZANIE

- 66 | Jak zostać szefową
i nie zwariować
70 | Akademia Jacka
Santorskiego: potęga
samoświadomości
74 | Izabella Wiley, dyrektorka
generalna A+E Networks
78 | Kobieta na stanowiskach

HISTORIA

- 80 | Baby w kosmosie,
czyli sławne astronautki

TECHNOLOGIE

- 86 | Zawody przyszłości:
Emilia Maj, projektantka
doświadczeń użytkownika
89 | Podcasty – warto
posłuchać
90 | Gadżety dla hobbystek
92 | Aleksandry Przeglądniętej
porady dla zrobotyzowanych
matek
96 | Udzielasz się w mediach
społecznościowych? Uważaj!
100 | Start-up numeru: Mindu
Magdy Kocaj
102 | Kalendarium:
Co, gdzie, kiedy
104 | Skrót klawiaturowe

PO GODZINACH

- 106 | Ikona: Gloria Steinem
108 | Fotoreportaż: z psem
do pracy
114 | Moda: nosić rajstopy
czy nie nosić?
118 | Czytelnia zakładowa
122 | Samochód: Tesla

WYPUŚĆ
EMOCJE
Z SZAFY
str. 24

Redaktorka naczelna:
JOANNA MOSIEJ-SITEK
joanna.mosiej-sitek@agora.pl

Zastępczyni redaktorki naczelnej:
Karolina Jaroszewicz

Redagują:
Iwona Dominik,
Jerzy B. Wójcik,
Bożena Głodkowska

Dyrektorka artystyczna,
projekt graficzny/makieta:
Aleksandra Karoń

Graficy:
Anna Hark, Igor Nowaczyk

Piszą dla nas: Natalia de Barbaro,
Iwona Dominik, Joanna Kmiećcka,
Anna Kowalczyk, Aleksandra
Mijakoska-Siemion, Ewa Pagowska,
Marta Piątkowska, Iwona Pawluk,
Jacek Santorski, Wojciech Staszewski,
Maja Staniszevska, Natalia Waloch,
Kamila Wagner, Magdalena Warchala,
Dorota Warakomska, Zuzanna
Ziomecka

Dział fotograficzny:
Anna Woźniakowska

Przygotowanie ilustracji do druku:

Anna Biata,
Małgorzata Charewicz-Mostowska,
Łukasz Irzyk, Mariusz Rosa

Internet: Dorota Goluch – szefowa
Korekta: Diana Salmanowicz

Wydawnictwo: Agora SA

Dyrektor wydawniczy:
Joanna Mosiej-Sitek
Szefowa wydań specjalnych:
Karolina Jaroszewicz
Dyrektorka marketingu:
Monika Brason
monika.brason@agora.pl

Dyrektorka sprzedaży: Joanna Kwas
joanna.kwas@agora.pl
Dział sprzedaży:
e-mail: reklamaobcasy@agora.pl

Naświetlanie i druk:
Quad Graphics Europe Sp. z o.o.

Adres redakcji:
ul. Czerna 8/10, 00-732 Warszawa,
tel. 22 555 47 03
e-mail:
wysokieobcasypraca@wyborcza.pl
www.wysokieobcasy.pl

Redakcja nie zwraca tekstów
niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo
do ich redagowania i skracania.

Na stronach 2, 3, 5, 7, 31, 51, 57, 73, 123, 124
zamieszczone są materiały reklamowe,
a na stronach 77, 95 i 105 – materiały własne
wydawcy.

Na okładce: Phoebe Waller-Bridge
Fot. Corey Nickols/Getty Images