

# SOŇA SKONCOVÁ: MODELING NIE JE PRE KAŽDÉ DIEVČA

**N**ovou tvárou kampane Avon proti rakovine prsníka je nádherná moderátorka a modelka Soňa Skoncová. Do povedomia verejnosti sa dostala ako prvá vicemiss súťaže MISS Slovensko v roku 2009. Odvtedy prešla dlhú cestu, na ktorej získala aj lukratívne zákazky na fotenie fashion editoriálov pre exkluzívne značky, a tiež stála na červenom koberci počas odovzdávania Oscarov v Hollywoode po boku herca Sasha Barona Cohena alias Borata. V jej súkromnom živote je po jej boku už 15 rokov ten istý priateľ.

**VÄČŠINA CELEBRÍT POTOM AKO SA ZVIDITEĽNÍ A PRÍDU K ÚSPECHY, ZMENÍ PRIATEĽA AJ SVOJ ŠTÝL ŽIVOTA. ČO SA ZMENILO V TOM VAŠOM? MÁTE RECEPT NA TO, AKO SA Z TOHO „NEZBLÁZNIŤ“?**

S modelingom som začala ako 15 ročná. Nikdy som ho netúžila robiť, modeling si našiel mňa. Je úžasný v tom, že vidíte krajiny, o ktorých sa vám ani nesnívalo. Zažijete momenty, ktoré z vás spravia zodpovedného a dospelého človeka v priebehu niekoľkých mesiacov. Spoznáte množstvo ľudí, kultúr a častokrát si poplačete za svojou rodinou. Spomínam si, že odlúčenia bývali najhoršie, ale aj to sa dá zvládnuť. Doteraz však tvrdím, že modeling nie je pre každé dievča, ktoré je vysoké a štíhle. Musíte byť osobnosťou a mať na to, byť silnou a vytrvalou. Vydržať psychický nátlak, časté cestovanie a nikdy nekončiace prispôbovanie sa všetkému. Neľutujem ani jeden deň, ktorý som prostredníctvom modelingu zažila. Ani chvíle, v ktorých mi bolo najhoršie, ale vždy ma posunuli vpred. Ďakujem za to, že som si tým všetkým mohla prejsť a stať sa človekom, akým som dnes. Naučil ma vyznávať tie najdôležitejšie hodnoty a vážiť si to čo mám. Otvoril mi dvere v mnohých smeroch a pomohol mi splniť si svoje sny. Príležitosťou akou bol pre mňa modeling mi naozaj zmenil život! Ako 22 ročná som sa prihlásila do súťaže Miss Slovensko, do ktorej ma svojim spôsobom dokopala mamina, a bolo to správne rozhodnutie. Z modelky, ktorá bola skôr známa vo svete som sa stala ženou, ktorú začali vnímať aj u nás.



**DIÉTY SOM NIKDY NEDRŽALA A VO VŠEOBECNOSTI SI MYSLÍM, ŽE JE TO HLÚPOŠŤ.**

**V ČOM NAJVIAC SA VÁM ZMENIL ŽIVOT, PO TOM AKO STE ZAČALA BYŤ POPULÁRNA?**

Nikdy som nad touto otázkou nezamýšľala, pretože si myslím, že som zostala tým istým človekom, akým som bola aj predtým. Popularita prišla postupne, nebola som nikdy hviezda, ktorá v jeden deň vystrelila, všetok svoj priebeh, na ktorom som roky pracovala a možno, aj preto som sa z toho nezbláznila.

**DODRŽIAVATE NEJAKÉ DIÉTY ALEBO AKÝ JE VÁŠ RECEPT NA TO, AKO BYŤ ŠTÍHLA A MAŤ DOSTATOK ENERGIE?**

Diéty som nikdy nedoržala a vo všeobecnosti si myslím, že je to hlúposť. Je dôležité žiť zdravo a brať to ako svoj životný štýl a nie povinnosť. Pred dvoma rokmi som konečne našla cvičenie, ktoré ma baví a naplňuje. Je ním Pilates, pri ktorom sa odreažujem, prídem na iné myšlienky a robím ho s radosťou. A čo sa týka stravy, jem naozaj všetko. Z veľkej časti je to aj genetika, ale povedzme si na rovinu, nikdy som nepatrila medzi super štíhle ženy. Páči sa mi, keď je žena ženská a má krivky.

**JEDLO AKEJ KRAJINY MÁTE NAJRADŠEJ?**

Priznám sa, že milujem jedlo v Californii. Vyznávajú zdravý životný štýl, všetci v LA cvičia, pijú zdravé smoothies, jedia veľa zeleniny a avokáda, rôzne šaláty, ktoré majú dokonca aj

chuť. Keď som v zahraničí, jem veľa morských plodov a rýb. Vo všeobecnosti mám rada japonskú, thajskú a najnovšie aj mexickú kuchyňu, do ktorej som sa taktiež zamilovala. Jedlo je pre mňa jedna veľká láska.

**NA AKÉ KOZMETICKÉ OŠETRENIE NEDÁTE DOPUŠTIŤ?**

Pravidelne chodím na kozmetiku, k mojej dlhoročnej kozmetičke Katke. Vždy u nej podstúpim vyšetrenie, ktoré sa volá Hydradermia. Pleť hĺbkovo a šetrne čistí, účinne rieši dehydratáciu, akné, ochabnutú pleť, vrásky i pigmentové škvrny. Odstráni nečistoty, vyčistí upchaté póry, vďaka aktívnym zložkám vpravených gélov rieši problémy, ktoré si na pleť želáte odstrániť či korigovať.

**FOTILI STE V MNOHÝCH KRAJINÁCH, KTORÁ JE VÁŠMU SRDCU NAJBLIŽŠIA A PREČO?**

Pre mňa to je Los Angeles. Modelingu sa už aktívne nevenujem, ale posledné tri roky aktívneho modelingu som žila práve tu a bolo to pre mňa najlepšie mesto na svete, kde sa doteraz veľmi rada vraciam. Život v Californii je úplne iný s porovnaním s inými štátmi v USA. Los Angeles má v sebe niečo úplne iné a pre mňa čarovné. Každé ráno, keď vstanem je prenádherné počasie. Milujem slnko a more. Ľudia sú tu usmievaví, príjemní a množstvo z nich ma dobíja pozitívnou energiou, ktorú následne čerpám vždy, keď sa vrátim na Slovensko.





#### **AKO RELAXUJETE? AKTÍVNE ALEBO SKÔR PASÍVNE?**

Najradšej relaxujem v prírode so svojím psíkom Lolkou.

#### **STE NOVOU TVÁROU KAMPANE AVON PROTI RAKOVINE PRSNÍKA. AKO SA PRI SVOJOM NÁROČNOM POVOLANÍ STARÁTE O SVOJE ZDRAVIE VY?**

Na svoje zdravie som veľký pedant. Pravidelne chodím na preventívne prehliadky a o svoje telo sa starám najlepšie ako viem. Zdravie máme len jedno, je to to najdôležitejšie v našom živote a mali by sme si to uvedomovať v každej chvíli, nielen vtedy keď ochoríme.

#### **PREČO STE SA STALI TVÁROU TOHTO PROJEKTU A ROZHODLI SA TAK ŠÍRIŤ MYŠLIENKU OSVETY?**

Moja odpoveď bola jednoznačná a som veľmi rada, že som sa mohla stať súčasťou tohto projektu. Chcem, aby sa o ňom ľudia a moji fanúšikovia dozvedeli čo najviac. Ochorenie rakoviny prsníka sa netýka iba žien, ktoré sú staršie, ale aj mladých dievčat či dokonca mužov. Treba na to myslieť a dodržiavať preventívne prehliadky, pretože 10 minút u doktora vám môže doslova zachrániť život. Taktiež myslieť na samovyšetrenie. Je dôležité sa o tejto téme rozprávať a som rada, že môžem svojou maličkosťou zviditeľniť tento projekt.

*Andrea Hinková - Tarová*

V rámci projektu Avon pochod proti rakovine prsníka sa bude 17. júna v Bratislave konať už v poradí 9. ročník AVON Pochodu proti rakovine prsníka. Pripravený je bohatý celodenný program pre deti aj dospelých, ktorý bude prebiehať v príjemnom prostredí areálu Východnej terasy na Bratislavskom hrade. Vstupenkou na podujatie je Tričko proti rakovine prsníka 2017, ktoré je v ponuke v dámskom, pánskom aj detskom prevedení. Viac informácií nájdete na webovej stránke [www.zdraveprsia.sk](http://www.zdraveprsia.sk) a na Facebook-ovom profile Avon proti rakovine prsníka.

