

wysokie obcasy

NAJLEPSZE TEKSTY

PSYCHOLOGIA

UZALEŻNIENIA



wyborcza

Jak zerwać z nałogiem

LUTY 2020
INDEKS 410837
cena 15,99 zł
(w tym 8% VAT)
Wydanie specjalne
Wysokich Obcasów
nr 1/2020

Praca. Ty ją
masz czy
ona ciebie

14

Co porno
robi
z mózgiem

64

Czy twoje
picie jest
bezpieczne

40

ALKOHOLIZM/SEKSOHOLIZM/PRACOHOLIZM/FEJSOHOLIZM



1

PRACOHOLIZM

Menedżer na haju	6
Marsz do domu!	13
Czy ja TO mam, czy TO ma mnie?	14
Zgub rytm!	22
Taka dobrze widziana wada...	26
W poszukiwaniu równowagi	28
Życ, nie zarzynać się	32
Siedzi we mnie potwór, który każe tyrać	36

2

ALKOHOLIZM

Alkohol bywa schronieniem	40
Nasza ulubiona trucizna	46
Czy uzależnienie ma płęć?	50
Małpki są fajne	54
AA. Tak mam na imię	58

3

SEKSOHOLIZM

Tsunami już nadchodzi?	64
Nowa rewolucja seksualna	70
Złoty wiek masturbacji	74
Miłość w czasach chemseksu	78
To boli	82

4

CYBERNAŁOGI

Ciąg komputerowy	92
Twój ukochany wróg	98
Jesteśmy jak sroki	102
Odwyk przez smartfona	106

5

ZGUBNE SŁABOŚCI

Jem, bo mi smutno	110
Groźny apetyt na słodkie	114
Kiedy w człowieku budzi się bestia	116
Palenie rujnuje nam życie	120



SZEFOWA WYDAN
SPECJALNYCH:
Karolina Jaroszewicz

REDAKTORKA NACZELNA
„WYSOKICH OBCASÓW”:
Aleksandra Klich

REDAKTORKA WYDANIA
SPECJALNEGO:
Ilona Szajkowska

GRAFIK:
Jacek Konarowski

FOTOEDYCJA:
Magdalena
Stroka-Felicka

OKŁADKA:
Aleksandra Karon

KOREKTA:
Agata Nastula

WYDAWNICTWO:
Agora SA

PREZES ZARZĄDU:
Bartosz Hojka

WYDAWCA:
Jerzy B. Wojcik

DYREKTOR WYDAWNICZA:
Joanna Mosiej-Sitek

DYREKTOR BIURA REKLAMY:
Joanna Kwas

KIEROWNIK SPRZEDAŻY:
Katarzyna Obidowska

DYREKTOR MARKETINGU:
Monika Brason

SPECJALISTKI DS. PROMOCJI:
Adrianna Dobrzyńska
Aleksandra Bellwon

DYREKTOR KOLPORTAŻU:
Michał Szalanski

NAŚWIETLANIE I DRUK:
Quad Graphics Europe
Sp. z o.o.

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

Na str. 2, 21, 87, 113,
123, 124 zamieszczone
są materiały własne
wydawcy.

Rysunek na okładce:
123RF

Zdjęcia:
Getty Images,
Alamy Stock Photo/Be&W,
Shutterstock,
Marcin Stępień/Agencja
Gazeta
fot. Tomasz Żukowski/East
News
fot. Geraint Lewis / Writer
Pictures/Be&W
Archiwum Prywatne

[wysokieobcasy](https://www.facebook.com/wysokieobcasy)
 [@WysokieObcasy.pl](https://twitter.com/WysokieObcasy.pl)

[wysokieobcasy.pl](https://www.wysokieobcasy.pl)
www.wysokieobcasy.pl



1

PRACOHOLIZM

Menedżer na haju	6
Marsz do domu!	13
Czy ja TO mam, czy TO ma mnie?	14
Zgub rytm!	22
Taka dobrze widziana wada...	26
W poszukiwaniu równowagi	28
Życ, nie zarzynać się	32
Siedzi we mnie potwór, który każe tyrać	36