

Online МАРУСЯ

*Неделя весеннего марта
2019*



Цвет твоего настроения

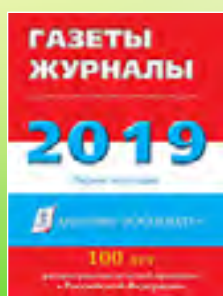
Любимый читать «Марусю»?



Радуйся весне
с «Марусей»

Подписка во всех почтовых отделениях

Подписка на журнал «Маруся»
(печатная ежемесячная версия)
через почту по каталогам



«Газеты.
Журналы»
35631



«Пресса
России»
40566



«Каталог
российской
прессы»
99560



«Подписные
издания»
Официальный
каталог Почты
России
П2283

**Распечатать купон можно на сайте
marusia.ru в разделе «Подписка»**



Лейся, песня

Конкурс «Детское Евровидение» в этом году пройдет 24 ноября в Гливице в силезском воеводстве на юге Польши.

Польша удостоилась чести принять конкурс после прошлогодней победы Роксаны Вегель в Минске. Финал 17-го конкурса «Детское Евровидение» состоится в спортивно-развлекательном комплексе «Арена», одном из крупнейших и самых современных в Польше.

Кстати, Польша приняла участие в самом первом конкурсе в 2003 году, а потом вернулась в него только в 2016 году после одиннадцатилетнего перерыва.

*(Информация предоставлена
Agency TURNE).*



Цвет твоего настроения

Не секрет, что цвет может вызывать разные эмоции. Он влияет на работоспособность и жизнедеятельность отдельных органов. Поэтому цветовая гамма твоей одежды крайне важна.

Психологи выдвигают гипотезу, что на эмоциональное состояние человека абсолютно не влияет белый цвет. Он нейтрален.

В подавленном состоянии следует избегать серого и черного. А вот пурпурный, фиолето-



вый, розовый и оранжево-красный — то, что нужно. Наденешь на себя одежду любого из этих цветов — получишь заряд бодрости.

Если хочется отдохнуть, выбирай наряды лимонного, зеленого, синего, фиолетового, желто-зеленого и сине-зеленого оттенков.

Нужно сосредоточиться? Нет проблем! Черный и синий к твоим услугам.

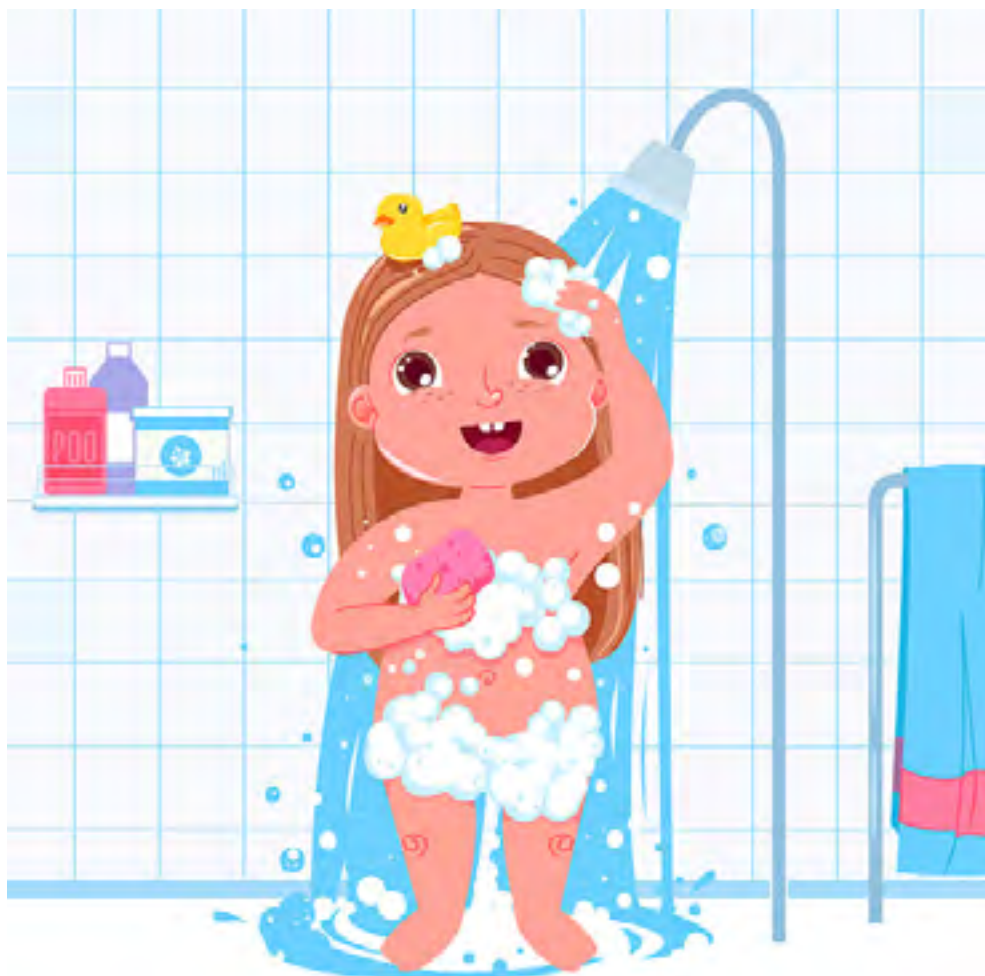
Хочешь погрузиться в себя? Останови выбор на лиловом.

Идеальным лекарством от стресса являются бирюзовый цвет и серовато-голубоватый оттенок.

Справиться с воспалительными процессами в организме помогают голубой, синий и зеленый цвета.

Для повышения иммунитета, поднятия тонуса и аппетита нет лучших помощников, чем желтый, оранжевый и розовый.

Фото: [*Designed by topntp26 / Freepik*](#)



5 заповедей чистюли

«Грязнуля!» — так говорят детям, которые не любят мыться. Странно, но иногда и взрослые барышни заслуживают это обидное прозвище. Ты бы не хотела попасть в их число? Тогда твердо запомни эти несложные правила.

Заповедь первая: чистые волосы

Грязные, слипшиеся волосенки, уныло висающие сосульками, основательно могут подпортить твой имидж. Поэтому куда бы ты не собиралась, у тебя всегда должны быть чистые волосы. И не бойся мыть свои локоны каждый день, если они быстро грязнятся:



шампуни, предназначенные для мытья жирных волос, содержат мягкую моющую основу и ухаживающие компоненты, которые улучшат состояние твоей шевелюры.

Заповедь вторая: ухоженные ногти

Даже если под твоими ногтями нет грязи, но они неаккуратно подстрижены, слоятся, а вокруг кутикулы кудрявятся заусеницы, тебя ни за что нельзя называть чистюлей. Поэтому не ленись раз в неделю делать маникюр и педикюр, а также каждый день использовать кремы для рук и ног. А если ты пользуешься лаком для ногтей, не появляйся в свете с облупившимся маникюром, это не только некрасиво, но и неприлично.

Заповедь третья: чисто выбритые подмышки

Частенько такое бывает: наряжается барышня в красивое платье на бретельках, надевает туфли на каблуках, заходит такая вся расписная в автобус, берется за верхний поручень и... о ужас! Она забыла побрить подмышки! Очень неэстетичное зрелище. Чтобы с тобой не произошло ничего подобного, приучи себя регулярно удалять раститель-



ность. Не стоит бояться раздражений и появления синей щетины. Ничего подобного не произойдет.

Заповедь четвертая: гладкие ноги

Чтобы твои ножки выглядели безупречно, обязательно пользуйся средствами для депиляции. А после процедуры наноси на кожу средство после депиляции, которое смягчит кожу и замедлит дальнейший рост волос.

Заповедь пятая: белоснежные зубы

Бывает, что после приема пищи по широкой сытой улыбке человека можно легко вычислить, что он ел. Вот между резцами застряла петрушечка, а чуть левее затаился кусочек курочки, хитрый чеснок визуально не обнаруживается, но буквально «кричит» окружающим о своем присутствии в рационе. Устранить остатки пищи легко и просто, если ты воспользуешься обыкновенной зубочисткой или зубной нитью, а освежить дыхание и удалить зубной налет можно с помощью жевательной резинки.

Иллюстрация: [Designed by roserodionova / Freepik](#)



Первый блин комом

Как же так? И молодой человек замечательный, и ты ему понравилась... Но после первой встречи он больше не звонит! Пройди тест и узнай, может ли ваше первое свидание стать последним...

1. Молодой человек пригласил тебя в кино. Ты дашь ему выбрать фильм?

А) «Я лично хочу посмотреть слезливую мелодраму, а он как настоящий рыцарь должен уступить даме»;



Б) «С таким симпатичным молодым человеком мне лично все равно, что смотреть. Хоть фильм ужасов»;

В) «Хорошо бы наши интересы совпали. Думаю, какая-нибудь неглупая комедия вполне подойдет».

2. Ты точно знаешь, что твой новый друг не любит, когда девушка сильно красится, поэтому на первое свидание ты:

А) ...красишься, как обычно. В конце концов, если ты ему нравишься, то к твоей кроваво-красной помаде он привыкнет!;

Б) ...не красишься совсем. Даже прыщики на лбу тональником не маскируешь;

В) ...думаешь, что туши и блеска будет достаточно. Ну и еще слегка припудриться не повредит.

3. Ваше первое свидание пройдет на пикнике в парке. Что наденешь?

А) Мини-юбку и шпильки. Ну и что, что там трава!;

Б) Старые кроссовки и джинсовку. Потому что там точно будет грязно, а старую одежду не жалко;



В) Что-нибудь удобное, но симпатичное. В конце концов, по одежке все-таки встречают.

4. Твой новый знакомый предложил отправиться на двойное первое свидание, то есть, ты должна прийти с подругой, а он — с другом. Что ты думаешь об этом?

А) Что за глупая идея! На первом свидании третий лишний, тем более если их двое!;

Б) Ничего не имею против. Не исключено, что его друг очень даже симпатичный. А там посмотрим...;

В) Такого первого свидания у меня еще не было. Но я думаю, так мы оба будем меньше стесняться, да и разговор в компании пойдет более непринужденно.

5. На первом свидании ты будешь говорить о...

А) ...себе. На эту тему я могу говорить бесконечно!;

Б) ...его бывших девушках. Это для меня главное!;

В) ...новых фильмах, музыке. Не исключено, что у нас окажутся общие интересы.

А теперь посмотри, ответы под какими буквами ты выбирала чаще:



Больше А: Шансы испортить свидание 95%

Возможно, на будущее тебе нужно постараться больше слушать, чем говорить. И не брать так активно инициативу в свои руки — ты можешь его спугнуть. Если молодой человек тебе действительно нравится — нужно дать ему это понять, но ненавязчиво. И может быть, стоит ему уступить и пойти с ним вместе на какую-нибудь «Войну миров».

Больше Б: Шансы испортить свидание 50%

Может быть, тебе покажется странным, но если ты все время подстраиваешься под молодого человека, ему может это не понравиться! Он может попросту посчитать тебя неинтересной и скучной. Здесь важно найти золотую середину: и себя показать с самой лучшей стороны, и парню дать почувствовать, что он интересен своей спутнице и произвел на тебя впечатление. Да, кстати, не стоит на первом свидании подробно выпрашивать о его бывших девушках. Ты же не хочешь, чтобы он сразу стал тебя с ними сравнивать!

Больше В: Шансы испортить свидание 5%

Молодому человеку просто повезло, что ты (такая милая, симпатичная и тактичная)



согласилась прийти к нему на встречу. Но (что маловероятно), даже если второе свидание не последует сразу за первым, не расстраивайся. В конце концов, не все в этом мире зависит от тебя! Кстати, иногда молодые люди не звонят после первого свидания потому, что... стесняются. Может быть, тебе стоит взять инициативу в свои руки и позвонить самой?

Иллюстрация: [Designed by ddraw / Freepik](#)



«*Kingsman: Секретная служба*»

Ищешь легкое кино с юмором и сражениями? Этот фильм тебе точно понравится!

Что главное для бывалого агента разведки? Вырастить себе достойную смену! Вот и агент Гарри Харт отыскивает сына своего друга, который соглашается пройти секретную подготовку для превращения в супершпиона. Ах да, без стрельалок, догонялок и злых гениев, мечтающих о мировом господстве, тут, конечно, не обойдется. Но особенно прекрасен Колин Ферт, громящий негодяев своим зонтиком :) Это надо видеть!



Человек жующий

Манеры поведения за столом должны быть безупречными, и приучать себя к этому необходимо с детства. Даже если ты ешь в полном одиночестве или в кругу семьи — это войдет в привычку и поможет правильно вести себя на людях.

Хотя, конечно, хочется думать, что мы с тобой люди воспитанные, и советы вроде «не жри, аки свинья, и не дуй, чтобы везде брызгало» и «над едой не чавкай и головы не чеши» (так учили вести себя во времена Петра I) нам давать необязательно.



Когда тебя пригласят на званый ужин у президента, придется тебе, видимо, изучить этикет как следует и для этого пойти на специальные курсы. А пока давай узнаем элементарные правила:

когда хозяйка подает фрукты (или любое блюдо, нарезанное на кусочки) не нужно разглядывать их, выбирая «лучше», а тем более перебирать пальцами и ощупывать; нужно взять то, что лежит ближе всего к тебе;

не вытирай салфеткой рот, а чуть-чуть промокни ею губы; если тебе попалась косточка или непрожеваемый кусок, не глотай их, а удали изо рта — быстро и по возможности незаметно; сплевывать что-либо на тарелку или в салфетку неприлично.

за столом не принято пользоваться зубочисткой и совсем уж недопустимо удалять застрявший в зубах кусочек еды пальцами. Если это произошло, извинись, встань из-за стола и пройди в ванную;

никогда ничего не пей, пока не прожевала и не проглотила еду;

не оставляйте ложку в чашке: это не только



неприлично, но и может привести к несчастному случаю;

не нарезай сразу все, что лежит перед тобой на тарелке, не накладывай на вилку, которой уже наколола мясо, много пюре или горошка.

не откидывайся на спинку стула, объявляя во всеуслышание: «Все, наелась!», или: «Больше не могу!» О том, что ты окончила еду, должны свидетельствовать положенные на середину тарелки вилка и нож.

Фото: [Designed by freepic.diller / Freepik](#)



Добрая половина людей утром
выглядит, как недобрая.

Фото: [Designed by nikitabuida / Freepik](#)



Ореховые треугольники

Для любителей грецких орехов и песочно теста. Это печенье можно подать и к завтраку, и на десерт к праздничному столу.

Тесто: 1 стакан муки, 100 г сливочного масла, 0,5 стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала, 1 яичный белок, 2 ч. ложки разрыхлителя для теста.

Начинка: 3-4 ст. ложки клюквенного или брусничного джема, 150 г очищенных грец-



ких орехов, 70 г сливочного масла, 0,5 стакана сахара, 3 ст. ложки 33%-ных сливок

Замесить тесто (размягчив сливочное масло), поставить на 30 минут в холодильник. Для приготовления ореховой начинки: растопить в небольшой кастрюле (при постоянно помешивании!) сливочное масло. Добавить сахар и порубленные ножом грецкие орехи (слишком сильно, в порошок, не надо измельчать). Затем развести сливки 1 ст. ложкой воды, добавить в горячую орехово-сахарную массу и прогреть до золотистого цвета. Тесто достать из холодильника, аккуратно раскатать тонким слоем на смазанную маслом круглую форму. Намазать джем. Сверху выложить и ореховую массу. Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке в течение 15 минут. Готовый корж охладить и нарезать треугольниками.

Фото из архива журнала «Маруся».



Лариса Романовская. «Самая младшая»

У восьмилетней Полины — необычная родинка на щеке, из-за которой мама называет ее Вишенкой, а одноклассники дразнят ее и не принимают в свои игры. Зато у Полины есть бабушка с дедушкой, старшие брат с сестрой, такса по кличке Бес и даже своя волшебная страна, где живут зайцы и дракон-морковоедка. А еще она борется с чудовищами. Не сказочными, а вполне настоящими — догхантерами, «охотниками на собак», которые травят бездомных псов.



Выражение, которое ты носишь
на лице, куда важнее одежды,
которую ты надеваешь на себя.

Фото: [Designed by Kues / Freepik](#)



Над выпуском работали:

Генеральный директор Ирина Тупиченкова

Руководитель проекта Андрей Трушкин

Ответственный редактор Екатерина Морева

Авторы выпуска Ольга Шальнева, Ирина Казьмина,

Екатерина Скобелева, Анастасия Компанцева,

Анастасия Евсеева

Дизайнер Мария Тимьянская



Заходи к нам в гости

www.marusia.ru