

Online МАРУСЯ

Уютная осень
с «Марусей»

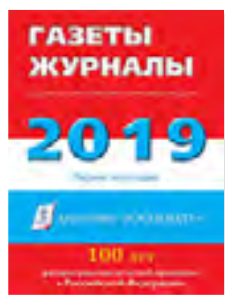


Семейный балл





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



«Газеты.
Журналы»
35631



«Подписные
издания»
Официальный
каталог Почты
России
П2283

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

Иллюстрация: Designed by Freepik



Выбор сделан

Наконец-то объявлены место и даты проведения следующего конкурса «Еurovision».

После победы представителя Нидерландов Дункана Лоуренса на конкурсе «Еurovision-2019» в Тель-Авиве стало известно, что следующее песенное соревнование пройдет в Стране тюльпанов. Теперь выяснилось конкретное место и даты проведения «Еurovision-2020». 65-й конкурс примет Роттердам. Всего на проведение соревнования претендовали пять городов. Самую сильную конкуренцию победителю составлял Маастрихт.

Полуфиналы пройдут 12 и 14 мая 2020 г., а финал — 16 мая.

*(Информация предоставлена
Agency TURNE).*



Золотые ручки

Учителя запрещают надевать украшения в школу? Ничего страшного. Стильным аксессуаром может стать пишущая ручка.

Когда-то школьники пользовались только перьевыми ручками. Считалось, что только с их помощью можно освоить навыки каллиграфического письма. Правда, для того чтобы добиться хорошего результата, ученикам приходилось изрядно попотеть. Некачественные перья царапали бумагу, а чернила время от времени предательски капали на тетрадные листы, и справиться с ужасными пятнами не могла даже спасительная промокашка.

С развитием цивилизации настала эра шариковых ручек, и об их перьевых предшественниках практически забыли. Излагать



свои мысли на бумаге с помощью перьевой ручки предпочитали разве что заядлые консерваторы.

Однако с недавних пор ситуация кардинально изменилась: перьевые ручки переживают свое второе рождение, и теперь уже не столько как пишущий инструмент, а как роскошный и очень дорогой аксессуар.

Перо таких ручек выполняется из золота или серебра с платиновым покрытием с изысканной гравировкой. А коллекции, как правило, посвящены какой-то определенной теме. Над созданием коллекций работают настоящие мастера. Иногда рубашку ручки (так называют центральную часть, в которой находится стержень) приходится покрывать китайским лаком, который накладывается слой за слоем в технике, которой владеют только мастера высочайшего класса.

В общем, если хочешь выделиться среди всех в классе, купи себе перьевую ручку (не обязательно дорогую). Повышенное внимание к твоей персоне будет обеспечено.

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



Производственная гимнастика

Ты не знаешь, что это за гимнастика такая? Да просто небольшая разминка, которая позволяет отдохнуть, расслабиться и с новыми силами продолжать трудиться. После нее ты обязательно почувствуешь, что делать домашнее задание намного легче и веселее.



Помнишь, в младших классах на уроках чистописания весь класс бурно веселился, выполняя упражнение под названием «мы писали, мы писали, наши пальчики устали»? Ты еще не забыла, как оно делается? Вытяни руки перед собой, сжимай пальцы в кулачки и разжимай их, затем потряси кистями.

Если шея затекла, сделай несколько вращательных движений головой сначала в правую, потом в левую сторону, затем понаклоняй голову вперед и назад.

Упражнение «мельница» поможет тебе размять плечевой пояс. Встань ровно и начни делать круговые движения руками сначала вперед, потом назад.

А теперь пора устроить себе настоящую «овацию» (за хорошую работу). Широко разведи руки в стороны и делай хлопки, при этом поворачивай корпус то вправо, то влево.

И еще одно упражнение для плечевого пояса. Поочередно поднимай и опускай плечи, затем поднимай и опускай их вместе.

В завершение восстанови дыхание: поднимай обе руки вверх (вдох) и опускай вниз



(выдох), при этом дыхание старайся надолго не задерживать.

Кроме гимнастики, неплохо было бы заняться спортом. Ученые доказали, что тренировки помогают снимать напряжение перед экзаменами. А, в частности, бег, езда на велосипеде и плавание способствуют концентрации внимания и выносливости.

Иллюстрация: [*Designed by studiogstock / Freepik*](#)



Семейный балл

Кто твои родители: либералы или деспоты? Пройди тест и узнаешь.

1. Ты решила заняться велосипедным спортом. Для этого тебе, естественно, понадобится велосипед. Как ты будешь воздействовать на родителей, чтобы его тебе купили?

А) «Об этом даже заикаться не стоит: родители вряд ли это одобряют»;

Б) «Расскажу им о своем желании и попрошу у них часть денег на велосипед: остальные попытаюсь заработать сама»;

В) «Все, конечно, будет упираться в деньги, и если нужная сумма будет, то можно считать, что дело в шляпе».



2. Сегодня ты идешь на вечеринку и говоришь родителям, что вернешься довольно поздно. Как они отреагируют?

А) «Скорее всего, меня не пустят или назовут время (не позднее 21:00), к которому я должна вернуться»;

Б) «Отпустят с условием, что я попрошу кого-нибудь из молодых людей проводить меня до дома»;

В) «У меня никогда не бывает таких проблем: во сколько вернусь, во столько и вернусь».

3. Допустим (тьфу-тьфу!), что ты провалила контрольную по алгебре. Реакция родителей:

А) «Ругать будут точно, а может, и лишат каких-нибудь привилегий, пока я все не исправлю»;

Б) «Попытаются понять причины случившегося: случайность это или закономерность»;

В) «Пожмут плечами и скажут, что надо бы эту двойку ликвидировать».

4. Что ты думаешь о том, как тебя воспитывают?



А) «Мне кажется, что мои родители могли бы давать мне больше самостоятельности: я ведь уже не ребенок»;

Б) «Ничего плохого сказать не могу; правда, иногда так лень делать то, что родители просят»;

В) «Уверена, если бы родители чаще помогали мне с уроками, я бы училась гораздо лучше».

5. Какими словами и выражениями в общении с тобой родители чаще всего пользуются?

А) «Если я так сказал, значит, так и будет. Твои родители лучше знают, что тебе нужно!»;

Б) «А как ты сама думаешь? Если хочешь, мы можем подумать об этом вместе с папой»;

В) «Если тебе этого действительно хочется, то — пожалуйста. Поступай, как считаешь нужным».

А теперь посчитай, ответы под какой буквой ты выбирала чаще.

Больше А: Скорее всего, тебя воспитывали и воспитывают по авторитарному типу. В твоей семье не принято открыто выражать свои



соображения по какому-либо поводу, во всяком случае, до достижения тобой определенного возраста. А до того, как этот счастливый момент наступит, тебе придется буквально во всем беспрекословно слушаться родителей... Конечно приятного в этом мало, но так сложилось, и ничего с этим не поделаешь. Так что попытайся принимать своих родителей такими, какие они есть, ведь, несмотря на их многочисленные, на твой взгляд, недостатки, без предков на этом свете не было бы и тебя. Постарайся, несмотря ни на что, никогда не забывать об этом.

Больше Б: В твоей семье особые порядки, и многие твои подруги, когда ты рассказываешь им о своих родителях, удивляются. Ведь далеко не каждый родитель способен общаться с двенадцатилетней дочерью как с равной, обсуждать с ней многие семейные вопросы и прислушиваться к ее (то есть к твоему) мнению. Твой тип воспитания — демократический. Ты имеешь свой голос в семье, если не равный, то почти равный. И чтобы так оставалось и в дальнейшем, постарайся оправдывать оказанное тебе доверие.



Больше В: Родители уже давно предоставили тебе в жизни почти полную свободу действий, это либеральный тип семейных отношений. Здорово, когда можно вернуться домой не в 21:45, а тогда, когда захочется: ведь тебя воспитывают «добрые родители»... Но, с другой стороны, согласишься, ты не можешь знать всего в этой жизни, вполне возможно, в чем-то твои родители разбираются лучше. И если ты покажешь им, что тоже так считаешь, можешь не сомневаться: ты будешь щедро вознаграждена участием и дружеским советом. Это наверняка не покажется тебе лишним.

Иллюстрация: [*Designed by Freepik*](#)



Это только начало

Джеймс Камерон подумывает о том, чтобы фильм «Терминатор: Темные судьбы», который выйдет в прокат 1 ноября, стал началом трилогии.

Режиссер рассказал о том, что у съемочной группы уже есть план продолжения и конкретные идеи. Если новая шестая картина франшизы будет кассовой, то план с большой вероятностью воплотится в реальность.

Также Камерон заявил, что ошибки прошлого учтены. В частности, он полагает, что действие должно продолжаться в течение



36 или 48 часов, не более. «В первых двух фильмах все происходит менее чем за два дня, так что сохраняется энергия и динамика», — сказал он.

*(Информация предоставлена
Agency TURNER).*

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



Я сама!

Если ты не хочешь стоять в огромной очереди в школьную столовую, то можешь приготовить себе обед самостоятельно.

Плюсов — электричка и вагончик. Во-первых, ты будешь точно знать, из чего сделано твоё кушанье (никаких жутко аллергенных консервантов, никакой экономии на составляющих — тебе же это потом и есть). Во-вторых, если ты сидишь на диете или придерживаешься какой-то суперэкзотичной системы питания, то тебе не придется бросать всю затею из-за того, что нигде в окрестностях школы не



обнаружилось искомое блюдо из трех салатных листьев, шпината и сока лимона. В-третьих, буфетные «сникерсы» стоят достаточно дорого, и нередки случаи, когда деньги, предназначенные на покупку нового «дискотечного» светло-сиреневого лака с блестками, просто-напросто «проедались». Ну и, в-четвертых, это действительно будет вкусно — для себя любимой ведь стараешься.

Минусы: готовить-то придется самой (скорее всего), кроме того, делать это придется преимущественно в утреннее время, а так как всякая нормальная барышня опаздывает к первому уроку не менее чем на пять минут (и все потому, что накрасить жидкой подводкой глаза с первого раза удастся только небольшой кучке профессионалов, и так уже трудящихся над лицом Дженнифер Лопес), то кулинарные подвиги утром прибавят к этой цифре не менее получаса. Поэтому идеальный вариант — это сэндвичи. Готовить их можно вечером (полежав в холодильнике и пропитавшись соусом за ночь, они даже вкуснее станут). Справиться с этой задачей могут даже те, кто считает подаренную на день



рождения кулинарную книгу личным оскорблением. Все просто: с двух сторон булка, а в середине любая начинка, какую придумаешь, плюс соус, заправка или демократичные кетчуп с майонезом.

Также сэберегут драгоценные минуты твоего утреннего сна все блюда, которые готовятся загодя: домашние салатики, выпечка, бутерброды всякие или яйца, варенные вкрутую, а также просто овощи и фрукты.

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



Нет в шоколаде шоколада.
Давно нет мяса в колбасе.
Становится чуть-чуть тревожно:
А вдруг и в людях нет людей?

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



Какао-шарики

Всего за 45 минут ты сможешь приготовить наивкуснейший охлаждающий десерт. Пальчики оближешь!

2 пачки мороженого «Пломбир» (по 250 г)

Пачка сухого молока или детского питания (250 г)

100 г порошка «Какао»

Мороженое слегка растаять (чтобы можно было мешать ложкой), добавить сухую молочную смесь, тщательно вымесить, убрать в холодильник.



Скатать из получившейся смеси шарики, обваляв их в какао-порошке. Снова убрать в холодильник.

Подавать к столу в холодном виде.

Фото из архива журнала «Маруся».



В. И. Даль.
**«Поверья, суеверия
и предрассудки
русского народа»**

Ты любишь всякие таинственные, леденящие кровь истории или с удовольствием читаешь фэнтези? Тогда эта книга — специально для тебя. Когда сгустятся сумерки и за окном завоет метель, приготовься погрузиться в мир диковинных поверий и старинных преданий, собранных Владимиром Далем, знаменитым автором «Словаря живого великорусского языка».



Улыбайся чаще миру, и он улыбнется
тебе в ответ.

Иллюстрация: [Designed by Asier](#)
[Relampagoestudio / 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