

Online МАРУСЯ

Уютная осень
с «Марусей»

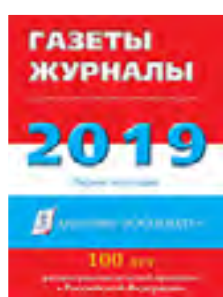


Super
личности

Любимый читает «Марусю»?



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»



Без сил

Думаешь модели могут запросто крутить романы и тусоваться с подружками после работы? Может кто-то и может, но точно не Кайя Гербер.

Неделю назад Кайя Гербер, дочь Синди Кроуфорд и Рэнди Гербера, отметила свое 18-летие. Несмотря на юный возраст, модель представляется необычайно серьезным человеком. «Когда я работаю, у меня даже нет энергии флиртовать с кем бы то ни было, просто не могу. Но вообще не теряю надежды на любовь. Дома у меня есть нарды. И это все, что мне нужно. Я живу жизнью 70-летней. Я — старая душа».

*(Информация предоставлена
Agency TURNE).*



Разрешите поухаживать

В том что ты уже купила к новому сезону красивый свитер, джемпер или кардиган, мы даже не сомневаемся. Осталось научиться правильно ухаживать за изделиями из трикотажа.

Это просто:

— трикотажные вещи, как известно, почти не мнутся. Но это не значит, что их можно хранить как попало. Выдели для трикотажа отдельную полку в шкафу. Аккуратно уло-



женные вещи дольше сохраняют свою привлекательность. Вешалками лучше не пользоваться: трикотаж растягивается;

— трикотаж желательно стирать вручную. При этом не теревить его, а только мягко сжимать, иначе на полотне могут появиться катышки. Смесовые материалы менее прихотливы — их можно доверить стиральной машине. Только не забудь выбрать бережный режим стирки и соблюдай температурный режим, указанный на этикетке (обычно до 30 градусов);

— трикотажные вещи нельзя замачивать надолго. При этом вода лучше пусть будет слегка прохладной, чем чересчур горячей, поскольку в горячей воде трикотажные изделия садятся и сваливаются;

— сильно загрязненные вещи замачивают на пару часов в теплой воде с пятновыводителем, порошком или небольшим количеством пищевой соды;

— при полоскании изделий из шерсти вода для первого полоскания должна иметь ту же температуру, что и вода для стирки, иначе шерсть может скататься;



- выстиранный трикотаж слегка отжимают и заворачивают в сухую простыню;
- гладить трикотажные вещи нужно с изнанки не очень горячим утюгом;
- рельефные узоры не отпаривают, иначе они вытянутся и станут плоскими.

Фото: [Designed by Freepik](#)



Жертвы эталона

Ты часто глядишь в зеркало и думаешь: вот бы стать похожей на Анджелину Джоли или на солистку модной группы. А ведь еще несколько веков назад на таких, как они, никто бы и не взглянул!

Во все времена существовали эталоны красоты, которые

зачастую с приходом новой эпохи кардинально менялись. И конечно, в древности красавицы не меньше тебя переживали, если им не удавалось вписаться в общепринятые стандарты.



В Древнем Египте в моде были красавицы «а-ля Клеопатра».

Девушки должны были быть худощавыми, с фигурой как у мальчика, а идеальной считалась загорелая и гладкая, как персик, кожа. А в соседней Древней Греции царил культ чистоты и здоровья. И неважно, было ли тело очень стройным, главное, чтобы был «здоровый дух в здоровом теле». Гиппократ рекомендовал всем (и не только женщинам) правильное питание, свежий воздух, массаж и разумный образ жизни.

Но наступило «темное» Средневековье, и здоровый образ жизни вышел из моды. Барышни в большинстве своем сидели в

высоких башнях и ждали прекрасных рыцарей на белых конях. И в моду вошли бледные и худощавые девушки. Чтобы лоб казался выше, его выбривали, а чтобы придать большую выразительность глазам, жертвы моды сбривали брови и выщипывали ресницы! Шло это, как ты понимаешь, далеко не всем.

Зато во времена Ренессанса худышки популярностью не пользовались. Яркие красот-



ки, с пышными формами и рыжими волосами были любимыми моделями художников. Бледные девушки всю румянились и красили волосы хной, а чтобы хоть чуть-чуть поправиться, пили неразбавленные жирные сливки!

И вот наступил блестящий XVIII век. Эталонной красоты стала аристократическая бледность. Дамы стремились обладать светлой, почти прозрачной кожей, сквозь которую просвечивают вены (если таковых не наблюдалось, их рисовали голубой краской). Особенно большое внимание уделялось бледности лица, которое неравномерно посыпали белой пудрой, а румяна (!) наносили под глаза. Получалось этакое фамильное привидение, жуткое, но симпатичное. Лицо украшали мушками (искусственными родинками): считалось, что они придают лицу особое очарование. (Такая маскировка была еще связана с эпидемиями оспы, после которых приходилось скрывать оставшиеся на коже рубцы.)

Но это пустяки по сравнению с тем, что жертвы моды проделывали со своими волосами. Их тогда стригли коротко и прята-



ли под огромными напудренными париками. Королева Мария Антуанетта собственноручно изобрела модную прическу «пуф о сантиметан», которую надо украшать любимыми вещами. И что тут началось! В напудренные парики втыкали маленьких кукол, кораблики, пряди волос мужа или свекра и даже бутылочки с живыми цветами! Бедным девушкам приходилось иногда таскать на голове прическу весом более пяти килограмм!..

В XIX веке продолжалась мода на бледность: чтобы ее достигнуть, шли на немаленькие жертвы, ни о каком загаре речь и идти не могла! Загар станет модным только в XX веке, с приходом в мир моды Коко Шанель. А тогда девушки специально лицо прикрывали вуалью, некоторые даже глотали катышки белой бумаги, держали под мышками камфару и пили уксус! Странно, что некоторые вообще дотянули до двадцатого века.

Иллюстрация: [Designed by rawpixel.com /](http://Designedbyrawpixel.com/)
Freepik



Ябеда-корябеда

Если сплетницы болтают с кем ни попадя, то ябеды выбирают себе слушателя поважнее — как минимум это жаждущая отмщения за разрисованные стены уборщица, как максимум — директор. В результате такую девушку никто не уважает. А что, если ябеда — это ты? Как бороться с собой, чтобы не остаться в одиночестве?

Совет № 1: Даже если ты проникнешься светлой мыслью больше не доносить, взрослые, которым ты раньше поставляла информацию, попробуют заставить тебя прекратить забастовку. Сделай вид, что ты невыносимо



занята. Запишись во всевозможные секции, найди себе хобби по душе. Взрослые, увидев, что ребенок делом занят, не станут тебе мешать и преспокойненько отойдут в сторонку.

Совет № 2: Как быть с одноклассниками? Вряд ли после твоих «подвигов» они жаждут общения с тобой. Главное — не делать прежних ошибок. Не стоит докладывать классу, где лежат задачи к контрольной, и рассказывать анекдоты из закулисной жизни учителей. Дружбы ты не добьешься. Лучше сделай паузу. Чтобы уж совсем не задохнуться в этом вакууме, найди себе подружек из всяческих секций.

Совет № 3: А что же делать с собой? Раньше к тебе прислушивались учителя, ты была «на хорошем счету» у взрослых, а теперь никто не желает тебя видеть. Если новые друзья никак не находятся, придумай себе дело жизни (ну, или дело года). Оно должно быть в меру сложное, в меру почетное и очень интересное: покорение первой вершины в клубе альпинистов, например.

Фото: [*Designed by Freepik*](#)



Super личности

Изначально они были героями комиксов, но постепенно перекечевали в фильмы, мультфильмы и на обложки школьных тетрадей. Наверняка ты знаешь их в лицо: Бэтмен, Человек-паук, Супермен...

Вообще-то, первым в мире супергероем можно считать... Геракла. Если ты хорошо слушала учителей в школе, то знаешь про все его 12 подвигов и даже представляешь



себе, как он выглядел. Ведь его часто рисовали, по его вымышленному образу делали скульптуры и даже сняли диснеевский мультфильм! Почему Геракл — супергерой? Суди сама: у него есть божественная сила от папы Зевса, плюс он постоянно защищает слабых и сражается со злом. Так же, как и многие другие герои, Геракл все время стоит перед выбором — воспользоваться сверхъестественной силой во вред или во благо? Если ты плохо представляешь, о чем идет речь, не ленись почитать древнегреческую мифологию: поверь, драм, юмора и перипетий там не меньше, чем в современной книге комиксов :)

Кстати, комиксы про супергероев придумали американцы, истории в картинках существовали еще в начале прошлого века и были адресованы скорее взрослым, в силу своего абсолютно недетского содержания. От самого начала до наших дней нарисованные истории стали более реалистичными и менее вычурными, а герои — человеческими. Если Супермен — человек, напроць лишенный недостатков, то появившийся позднее



Человек-паук страдает от комплексов и поначалу даже не нравится девушкам.

Суперличности вынуждены существовать в рамках определенных законов жанра. Вот некоторые из них:

Существует некая предыстория, благодаря которой герой обрел свои силы или стал особенным. Как правило, ей сопутствуют какие-то трагичные обстоятельства: например, его ударила молния или укусил паук-мутант.

Очень часто герой материально независим, как, например, Бэтмен или Железный Человек. Основная работа у него уже есть — быть супергероем.

Обычно у героя из комиксов есть альтер-эго (в переводе — «другое я», реальная или альтернативная личность человека). А обычные люди не в курсе, что вот этот заурядный с виду ботаник на самом деле может выбрасывать из рук паутину и лазать по стенам!

Иллюстрация: [Designed by Freepik](#)



5 последствий каникул

«Олечка (Катенька, Леночка, Ирочка...) как ты изменилась за лето! И не узнать!» Наверняка ты уже услышала от подруг или знакомых что-нибудь подобное. С какой интонацией это было произнесено: с завистью или с огорчением?

1. Во время летних каникул ты загорела и подросла

Абсолютно естественный процесс! Ведь твой растущий организм целый год нуждался



в свежем воздухе и усиленном питании. Надеюсь, ты внимательно читала «Марусю» и не пострадала от избытка солнечных лучей, тщательно мыла фрукты и овощи перед едой и ходила только в головном уборе.

Плюсы: Как говорится, все выше, и выше, и выше...

Минусы: Ты ни во что не влезаешь! И любимую кофточку теперь придется отдавать младшей сестре.

2. Голова совершенно пустая! Ты забыла все, что проходила в прошлом году...

Молодец! Отключила на лето голову, отдохнула. Теперь потихоньку (не перенапрягаясь) включай. Главное — не прогуливай занятия и помни, что лучший отдых — это смена деятельности.

Плюсы: Все свободные «файлы» в голове ты теперь сможешь заполнить самыми нужными и полезными знаниями.

Минусы: Если ты уже заглядываешь в таблицу умножения, или не можешь ответить на вопрос «What is your name?», то... ты очень хорошо отдохнула.



3. За лето ты обзавелась кучей новых знакомств

Чем больше у тебя было поездок летом, контактов с интересными людьми, тем лучше. Себя показать, на людей посмотреть — все это пойдет тебе только на пользу. Даже если не со всеми ты нашла общий язык, неважно. Главное — опыт общения, который пригодится тебе в дальнейшем.

Плюсы: Друзей много не бывает! Кто-то, конечно, отсеется, но со многими ты наверняка сохранишь хорошие отношения.

Минусы: «Старый друг лучше новых двух» — не забывай про эту поговорку и обзвони всех подружек. Ведь настоящая дружба требует усилий с твоей стороны.

4. «Мне совершенно нечего носить!»

Поверь, не одна ты такая. С началом любого нового сезона каждая девушка открывает шкаф и в ужасе рассматривает содержимое: «И в чем я ходила недавно...»

Плюсы: Прекрасный повод для покупки обновок! Надо только дождаться подходящего момента, когда у родителей будет хорошее настроение.



Минусы: Расходы предстоят серьезные. Ведь и осенние вещи надо покупать, и зимние. А если еще и нога выросла...

5. Каникулы показались тебе такими маленькими!

Вот если бы было все наоборот: отдыхаешь круглый год с небольшими сезонными перерывами на учебу. Мечта любого школьника. Только поди докажи это учителям... Эх, скорее бы опять лето!

Плюсы: Лучше меньше, да лучше. Если время пробежало быстро, значит, ты провела его великолепно!

Минусы: Не верь тому, кто говорит, что время быстро бежит. Оно движется хаотически: то медленно, то быстро.

Фото: [Designed by Freepik](#)



Салат «Свежесть»

Легкий, быстрый и питательный — этот салат придется по вкусу самым привередливым особам.

4-5 свежих огурцов

3-4 яйца

300 г кальмаров

1 пучок зеленого лука

100 г майонеза

Кальмары отварить (положить в кипящую подсоленную воду и варить 2-3 минуты), вынуть, остудить, нарезать соломкой. Яйца от-



варить вкрутую (минут 10), нарезать (кусочками среднего размера). Смешать кальмары с яйцами, добавить огурцы и лук (нарезанные также не слишком мелко и не слишком крупно).

Заправить майонезом и сразу подавать к столу.

Фото из архива журнала «Маруся».



Протягивая руки к звездам,
люди часто забывают о цветах
под ногами.

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



Джозел Левин.
«Будущее.
Технологии
завтрашнего дня»

Сегодня в лабораториях и институтах ученые разрабатывают поразительные технологии, которые определяют наше будущее. Хочешь прямо сейчас заглянуть в секретные файлы и выяснить, что нас ждет? Откуда мы станем брать энергию? С какой скоростью нас повезут поезда на магнитной подушке? Будут ли всех лечить медицинские нанороботы? Это и многое другое ты сможешь узнать, если пролистаешь данную энциклопедию. Вот увидишь, реальность порой круче любой фантастики!



Не зови уходящее — позволь ему
уйти. Не жди будущего —
позволь ему наступить.
Не усложняй — пусть происходит
то, что происходит.

Иллюстрация: [Designed by 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.margia.ru