

Online МАРУСЯ

*Неделя цветущего мая
2018*



Ближе к телу



«Моя прелесть. Волосы»

Выставка с таким названием открылась в Московском музее современного искусства (Гоголевский бульвар, 10). Собранные на выставку работы представляют человеческие волосы в неожиданном качестве, исследуют их историю и анализируют их место в культуре.

На экспозиции представлены инсталляции, скульптуры, видеоработы, объекты, рисунки



и коллажи современных художников, которые с различных ракурсов отражают тему волос и их значения, во многих работах использованы настоящие волосы.

Кроме того, в рамках проекта пройдут перформансы Насти Беловой и Анны Третьяковой, а также выставка будет сопровождаться специальной программой школы стилистов «Персона».

Выставка будет открыта до 10 июня 2018 года.



Ближе к телу

При выборе нижнего белья стоит обращать внимание не только на дизайн, но и на ткань, из которого оно сшито. Материал должен быть дышащим.

Лучше выбирать натуральные ткани: хлопок, лен, бамбук. Небольшой процент синтетики в составе не должен тебя пугать. Искусственные волокна делают ткань эластичной и помогают белью не деформироваться со временем. Впрочем, нижнее белье из 100%-ной синтетики тоже бывает качественным. Хо-



рошо себя зарекомендовали микроволокна. Так называют целую группу синтетических материалов (лайкра, спандекс, полиуретан, мерил, сенситив, тактель). Белье из них получается необычайно тонким и прочным, оно не электризуется и обладает высокой степенью гигроскопичности, то есть, если ты вдруг вспотеешь, оно не намокнет, а выведет влагу на поверхность, при этом само останется сухим. Только обязательно проследи за тем, чтобы в таких трусиках была хлопковая ластовица. И помни, что нижнее белье нужно выбирать по размеру. Правильно подобранный комплект облегает тело, а не висит на нем или, еще хуже, впивается в кожу, оставляя на ней следы. Это может быть опасно для здоровья.



Кратеры на коже

Размер пор кожи, также как форма носа или цвет глаз, определяется наследственностью. Поэтому не стоит верить производителям косметики, обещающим навсегда избавить тебя от подобного несовершенства. Это просто невозможно. Однако предлагаемые ими препараты не бесполезны.

Очень часто поры забиваются кожным салом и от этого кажутся больше, чем есть. Так вот, специальные сыворотки, а также стягивающие маски и кремы очищают поры от скопившегося жира. Результат заметен сразу, но, к сожалению, он временный.

Красота держится ровно до тех пор, пока поры снова не забьются, а это происходит



очень быстро :(Процедуру приходится повторять снова и снова. Кстати, очищать поры нужно не только для того, чтобы их сузить. Забитые отверстия — это настоящий рай для гадких бактерий, только и думающих о том, как бы «украсить» твое личико противными прыщами. Не дай им ни единого шанса!



Взгляд со стороны

Ты знаешь, что думают о тебе мальчишки? Только догадываешься ли даже предположить не можешь? Если ответишь на вопросы этого теста, то узнаешь это с большой долей вероятности.

1. Сколько телефонных номеров в твоей записной книжке?

- А) «Не больше десяти»;
- Б) «Штук двадцать точно есть»;
- В) «Трудно сказать, потому что их о-о-очень много».



2. Как обычно здороваются с тобой ребята?

- А) «Просто кивают и говорят «привет»»;
- Б) «Пытаются чмокнуть в щеку, но я ловко уворачиваюсь»;
- В) «Обнимают и целуют в щечку».

3. Давай представим, что тебе очень нравится один юноша. Но он почему-то не торопится приглашать тебя на свидание. Сможешь сделать первый шаг?

- А) «Ни за что! Не хочу, чтобы он подумал, будто бы я навязываюсь»;
- Б) «Наберусь смелости и пошлю ему sms с вопросом: «не хочет ли он сходить со мной в кино»»;
- В) «Конечно, да! Не вижу в этом проблемы. Мальчики сейчас такие нерешительные».

4. Перебирая старые фотографии, ты нашла снимок своего бывшего поклонника. О чем подумаешь?

- А) «Наверняка он давным-давно меня забыл»;
- Б) «Все-таки он был классный парень. Зря я не захотела с ним встречаться»;
- В) «Эээ... Как же его звали? Могу поспо-



рить, что этот бедняга до сих пор по мне сохнет».

5. Каким качеством должен в первую очередь обладать молодой человек, чтобы тебе понравиться?

- А) Ум;
- Б) Решительность;
- В) Чувство юмора.

А теперь посмотри, какие буквы ты выбирала чаще:

Больше А: Давай честно признаемся: когда ты идешь по улице, встречные ребята не столбенеют перед тобой и не падают на асфальт, сами собой укладываясь в штабеля. А знаешь почему? Они тебя боятся. Да, да! Представь себе. Им кажется, что ты о-о-очень разборчива в мальчиках и невероятно строга. Проще говоря, они восхищаются тобой, но боятся проявить свои чувства, опасаясь быть отвергнутыми. Если хочешь изменить их мнение о себе, почаще улыбайся, стань более общительной и не бойся показаться слабой и беззащитной.

Больше Б: Ты умеешь подать себя в выгодном свете и словно магнитом притягива-



ешь восторженные взгляды парней. Любишь жизнь и наслаждаешься каждой ее минутой. При этом ты производишь впечатление умной и спокойной девушки, умеющей строить планы на несколько лет вперед. Именно это мальчикам в тебе и нравится. Ты разносторонняя и всегда разная. Если хочешь построить прочные отношения, среди многочисленных поклонников выбери того, который будет с тобой на одной волне и сможет улавливать изменения твоего настроения.

Больше В: Ты очень активная и уверенная в себе девушка. Не любишь ждать и всегда добиваешься поставленных целей. Обожаешь экстрим и умеешь удивлять. Мальчики влюбляются в тебя с первого взгляда. Они считают тебя прикольной, заводной не похожей на других. Но именно поэтому большинство из них боятся к тебе подходить. Твоя энергия и активность их попросту пугает. Постарайся сдерживать свою неугомонную натуру. Хотя бы чуть-чуть. Для начала перестань подходить к мальчикам первой. Дай им возможность завоевать тебя!



Новый альбом «BrainStorm»

25 апреля вышел новый, тринадцатый по счету, альбом латвийской группы «BrainStorm» (у себя на родине коллектив называется «Prata Vetra») под названием «Wonderful Day». В него вошли 4 песни на русском и 5 песен на английском языках, а также песня на латышском языке.

На песню «Wonderful Day» группа презентовала клип в Международный день полета человека в космос, 12 апреля (<https://youtu.be/f5lrerij7lo>, режиссер — Каспарс Рога).



В клипе принял участие космонавт международной космической станции Сергей Рязанский, большая часть материала снята во время пребывания его в космосе, на МКС в ноябре прошлого года.

Оформление для пластинки уже традиционно создал легендарный голландский фотограф и режиссер, а также давний друг «BrainStorm» — Антон Корбейн.

Московская презентация нового альбома состоится 13 декабря 2018 года в «Крокус Сити Холле», где сольно музыканты выступят впервые.

*(Информация предоставлена
Agency TURNER).*



Невыносимая в сети

Некоторые девушки совершенно невыносимы в соцсетях. Они ведут себя абсолютно неправильно, а потом удивляются: почему меня банят и кидают в черный список, я ведь такая хорошая! Посмотри — не совершаешь ли ты такие же ошибки.

Ошибка № 1: странички, полные негатива

Очень неуютно чувствуешь себя, если друг изливается желчью на все происходящие события, а потом еще и открывает дискуссию. По сути это провокация: человеку хочется поспорить, и многие подписчики доставляют



ему такое удовольствие. Если ты не хочешь стать мишенью для скучающих троллей, лучше подобные дискуссии не заводить.

Ошибка № 2: слезливые исповеди

Иногда создается ощущение, что в социальной сети можно выплакаться в гигантскую жилетку всех своих подписчиков — пожаловаться им на жизнь, попросить поддержки, поговорить о наболевшем. И действительно, в порыве отчаянья у многих людей время от времени появляются грустные тексты. Однако, если вся твоя страничка состоит из бесконечной депрессии, не удивляйся, что друзья начнут вдруг удаляться пачками.

Ошибка № 3: сплетни

Говорить гадости о друзьях и знакомых — плохая идея. Потому что посты на твоей страничке останутся еще долго — если не в интернете, то в памяти тех, кто это прочел. Публичные площадки — не место для выяснения личных отношений и плетения интриг. И не только потому, что это плохо и аморально, а потому, что здесь такие манипуляции видны абсолютно всем без исключения. Подумай: нужна ли тебе такая репутация?





Тянем-потянем

Если тебе нужно растянуть обувь, попробуй сделать так...

Смешай спирт с теплой водой в пропорции 1:1, намочи ватку и хорошенько протри туфли изнутри. Затем надень обувь поверх хлопчатобумажных носков и проходи так пару часов. Туфли сразу не растянутся. Скорее всего, процедуру придется повторить, и, возможно, даже не раз. Так что запасись терпением. Кстати, вместо спирта и воды можно использовать особый спрей или пену. Их можно приобрести в обувных или хозяй-



ственных магазинах. Если собственными усилиями растянуть туфли не получится, отправляйся в обувную мастерскую. В арсенале мастеров есть специальные деревянные колодки в форме ступни. Винтики на них позволяют настраивать инструмент так, чтобы он растягивал обувь в нужном направлении. Такой метод называется «сухое растяжение».



Конвертики из лаваша с сыром и зеленью

Это блюдо можно готовить быстро. Но при этом оно сытное и полезное. Конвертик с хрустящей корочкой и мягким сыром внутри никого не оставит равнодушным!

*1 упаковка тонкого армянского лаваша
250 г российского сыра
250 г адыгейского сыра*



3 пучка зелени (петрушка, укроп, зеленый лук)

растительное масло для обжарки

Оба вида сыра натереть на крупной терке. Всю зелень тщательно промыть, просушить и нарезать. Смешать в миске сыр и зелень. Лаваш вынуть из упаковки и нарезать квадратами или прямоугольниками размером чуть больше альбомного листа.

Положить в центр каждого куска 2-3 столовые ложки начинки и аккуратно свернуть конвертом. Широкую сковороду поставить на огонь, налить немного растительного масла и обжарить конвертики с двух сторон на маленьком огне до румяной корочки. Не отходить — следить, чтобы не подгорели!

Подавать к столу горячими. Приятного аппетита!



Екатерина Коути. «Королева Виктория»

Эта книга посвящена одной из самых знаменитых английских королев, ее личной жизни, ну и общественной заодно: все-таки Виктория правила Великобританией целых 64 года, и недаром это время вошло в историю как Викторианская эпоха. Не только слава, но и простое женское счастье не обошли королеву стороной. Редчайший случай: монархический брак не был заключен по расчету — Виктория любила и была любима, и ее отношения с супругом стали образцом счастливой семейной жизни.



Для ребят огромная удача —
быть с тобой.
А как иначе?



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