

# Online МАРУСЯ

*Неделя цветущего мая  
2018*



***Крем без проблем***



# *Диета. Нужно ли это?*

**Синди Кроуфорд** не запрещает своей дочери Кайе Гербер есть неполезную пищу, да и сама не прочь иногда перекусить в ресторане быстрого питания.





«Приятно всем вместе дома съесть мороженое после обеда, — сказала топ-модель в беседе с корреспондентом журнала «People». — Я никогда не хотела быть матерью, которая запрещает есть что-то. Особенно Кайе. Я не хотела, чтобы она думала: «Чтобы стать моделью, нельзя наслаждаться такими вещами». Можно, только умеренно».

Сама Синди каждый день ест салат, пьет зеленый чай, но время от времени позволяет себе и что-то не очень полезное. Недавно она пошла в ресторан быстрого питания «In-N-Out» и заказала бургер. «Картошку фри я брать не стала, но выпила шоколадный коктейль».

*(Информация предоставлена  
Agency TURNER).*



## На клеточном уровне

Клетка снова в моде! Осталось только выяснить, какая из ее разновидностей тебе больше нравится.

### **Виши**

Этот рисунок образуется пересечением двух одинаковых по ширине полос. Придума-



ли его в 1850 году ткачи из французского городишка Виши, известного на весь мир своими термальными источниками. Изначально незатейливый орнамент украшал домашний текстиль (постельное белье, салфетки, скатерти, занавески и т. п.), а потом незаметно переполз и на одежду. В клетчатых платьях, юбках и блузках начали расхаживать жительницы Прованса и Лазурного Берега, а вскоре к ним присоединились модницы из других стран.

## ***Пепита***

Мелкий рисунок в виде квадратиков с завитушками в уголках. Название он получил в честь испанской танцовщицы Жозефа де-ла-Олива, которую публика ласково называла Пепита. Она обожала этот орнамент. Кстати, размер каждой клеточки не больше 1 см.

## ***Гусиная лапка***

Этот принт популярен во все мире, но называют его везде по-разному. Немцы говорят — петушиный шаг, англичане — собачий зуб или зубы гончей, французы — пье-





де-пуль. И это, представь себе, тоже клетка, только ломаная. Широкую популярность узор получил в 60-х годах прошлого века после выхода на большой экран фильма «Завтрак у Тиффани», в котором Одри Хепберн появилась в приталенном жакете Chanel, украшенным этим необычным орнаментом.

## **Тартан**

Его родиной считается Шотландия. В каждой ее местности нитки окрашивались разными красителями: береза придавала им желтый оттенок, ольха — черный или коричневый, вереск — оранжевый, черника — фиолетовый, ежевика — голубой. По расцветке тартана узнавали, где живет человек и к какому клану он принадлежит. Сейчас существует более 6000 разновидностей этого рисунка, и все время появляются новые. При этом каждый орнамент существует в нескольких вариантах: повседневный (более темный), охотничий (с добавлением зеленых тонов) и парадный, на котором цвет фона заменяется белым.



## Цепная реакция

Если тебе надоело ходить с простой косичкой, то добро пожаловать на наш урок! Сегодня ты узнаешь, как быстро сделать необычную косу, которая имитирует плетение цепочки.

**Тебе понадобится:** расческа; три тонких прозрачных резиночки или резинки в цвет твоих волос; парикмахерский зажим; разглаживающий спрей или сыворотка для волос.

### Как делать?

Расчеши волосы, затем нанеси на них раз-



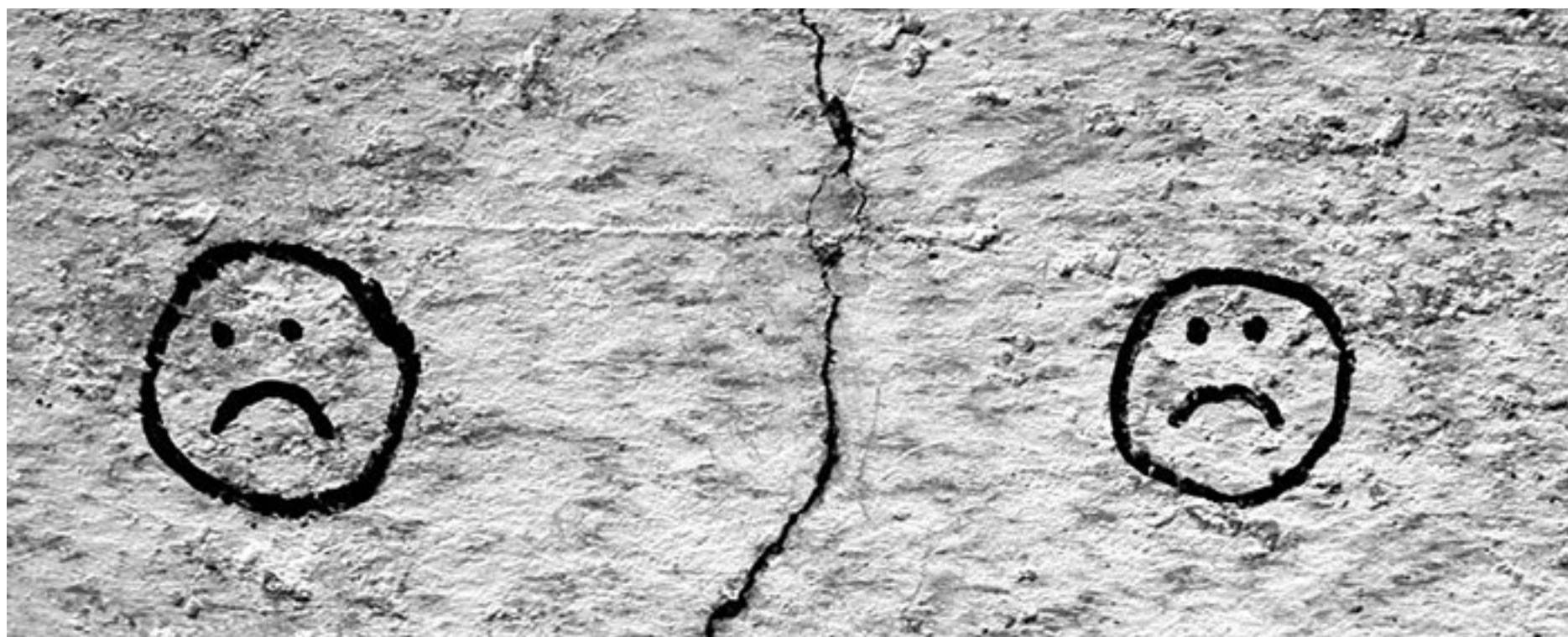
глаживающий спрей или сыворотку, чтобы придать волосам гладкость и блеск, а потом снова расчеши локоны. Раздели всю массу волос на две части. Одну заколи парикмахерским зажимом, чтобы она не мешалась.

Теперь возьми одну часть волос и раздели ее на две пряди. Скрути каждую прядь вокруг оси, а потом соедини их вместе, чтобы получился этакий жгут. Зафиксируй кончик жгута прозрачной резиночкой.

Возьми вторую прядь волос и проделай с ней то же самое.

Далее возьми два жгутика и переплети их между собой. Закрепи кончики резинкой и полюбуйся на свою необычную косичку с цепным плетением.





## *Обида – беда*

Еще Аристотель сказал, что обижают всех: и друзей, и врагов, потому что первых обидеть легко, а вторых — приятно :) А вот просто ли задеть тебя? Ответ на вопросы теста и узнаешь.

***1. Вы с подругой договорились встретиться, а она опоздала на сорок минут. Твоя реакция?***

А) «Обрадуюсь. Я ведь уже начала думать, что с ней случилась беда»;

Б) «Поинтересуюсь, почему она опоздала, и попрошу ее в будущем быть более пунктуальной»;

В) «Буду топтать ногами, размахивать кулачками и кипеть от негодования. Терпеть не могу кого-то ждать».



**2. Часто ли ты обижаешься?**

- А) «Ой, даже не помню, когда последний раз это делала»;
- Б) «Время от времени»;
- В) «Еще бы! Постоянно находятся поводы надуться».

**3. Сегодня месяц, как вы встречаетесь с молодым человеком, а он забыл поздравить тебя с этим событием...**

- А) «Попробую ему как-то намекнуть»;
- Б) «Подсуну ему календарь и молча ткну в дату. Пусть срочно исправляется»;
- В) «Обижусь и не пойдут с ним гулять. Вообще не буду отвечать на его звонки и эсэм-эски. Это же надо так испортить праздник!».

**4. Старушка на улице по ошибке назвала тебя мальчиком. Как отреагируешь?**

- А) «Рассмеюсь. Я ведь совсем не похожа на парня»;
- Б) «Не обращаю на это никакого внимания. Ну может быть, только в первые секунды слегка удивлюсь»;
- В) «Разозлюсь и посоветую ей купить новые очки».



**5. Какой-то незнакомец прислал тебе очень обидное сообщение в соцсети...**

А) «Подумаешь! Удалю сообщение, а автора отправлю в черный список на веки вечные»;

Б) «Расплачусь»;

В) «Напишу какую-нибудь гадость в ответ».

**А теперь посмотри, какие буквы ты выбирала чаще:**

**Больше А:** Тебя практически невозможно обидеть. Даже при большом желании :) Ты очень миролюбивая и позитивная девушка. Предпочитаешь переводить неприятные моменты в шутку и держишься с достоинством даже в самых непростых ситуациях. Прекрасно, что ты ни на кого не можешь долго злиться и в случае ссоры первой идешь на примирение, даже если в конфликте виновата не ты. Но с таким подходом окружающие могут злоупотреблять твоей добротой. Научись говорить людям «нет» и показывать, что некоторые их слова и поступки тебе неприятны.

**Больше Б:** В целом, ты уравновешенный и спокойный человек. Можешь анализировать поступки окружающих и всегда стараешься





поставить себя на место другого человека, пытаюсь понять, почему он сделал именно так, а не иначе. Хотя и ты не железная и иногда испытываешь чувство обиды и досады на кого-то. Из-за того, что ты умеешь влезать в чужую шкуру и смотреть на ситуацию со стороны, тебе не так сложно, как другим, понять мотивацию людей. Ты готова прощать им ошибки, если они, конечно, не выходят за грани дозволенного. А если кто-то обижает тебя не первый раз, просто прекращай с ним отношения.

**Больше В:** Ты не просто обидчивая, ты о-о-очень обидчивая. Остро воспринимаешь критику и резко реагируешь на замечания в свой адрес. Тебе бывает трудно побороть собственную гордость и выбросить белый флаг примирения. Обидчивым людям тяжело жить. Ты ведь это и сама прекрасно понимаешь, правда? Поэтому постарайся измениться. Не воспринимай слова окружающих близко к сердцу. Поверь, большинство из них совсем не хотят тебя задеть.



## *The show must go on*

В сети появился первый трейлер биографического фильма «Богемская рапсодия», рассказывающий о становлении группы Queen и личной жизни ее вокалиста Фредди Меркьюри. Проект создавался с большим трудом и многочисленными заменами в составе съемочной группы.

Сначала из-за творческих разногласий с гитаристом группы Брайаном Мэем ушел актер Саша Барон Коэн. Вслед за ним проект покинул режиссер Том Хупер, чем по-



ставил производство фильма под большой вопрос.

Несколько лет спустя Декстер Флетчер согласился стать постановщиком картины, но и его не обошла участь творческих разногласий. В конечном итоге в режиссерское кресло сел Брайн Сингер, создатель киновселенной Людей Икс. На главную роль Сингер позвал актера египетского происхождения Рами Малека, получившего премию «Эмми» за роль в сериале «Мистер Робот». Компанию на съемочной площадке ему составили Майк Майерс, Джозеф Маццелло, Бен Харди, Эйдан Джиллен, Люси Бойнтон и Том Холландер. Съемки фильма стартовали в начале 2017 года. Первые фотоматериалы продемонстрировали удивительное сходство актера с легендарным музыкантом, чем зародили надежду, что многообещающий и долгоиграющий проект все-таки увидит свет. А в декабре 2017 года Брайн Сингер был уволен с поста режиссера за прогулы и постоянные конфликты с исполнителями главных ролей. Завершал съемку уже другой режиссер — Декстер Флетчер,





который, видимо, смог уладить разногласия.

Премьера фильма назначена на 1 ноября 2018 года.

*(Информация предоставлена  
ПрофиСинема).*



## *Крем без проблем*

Наверное, ты даже не представляешь, как легко сделать настоящий крем своими руками. Ты думаешь, он получится совсем не таким, как тот, что продается в магазине? И правда, он будет во много раз полезнее для твоей кожи!

### ***Тебе понадобится:***

*50 мл растительного масла (оливковое, кунжутное, льняное, подсолнечное и др.);*

*50 мл очищенной воды;*



5 г (2 ст. ложки натертого на мелкой терке)  
пчелиного воска;

1 ч. ложка настойки прополиса;

эфирные масла (если есть в наличии);

две небольшие термостойкие емкости;

мерный стакан;

погружной блендер или миксер-капучина-  
тор;

баночка для крема

Отмеряем 5 г воска. Если мерить ложкой — это 2 столовые ложки натертого на мелкой терке воска (утрамбовывать не надо). Высыпаем в термостойкую емкость.

Отмеряем 50 мл воды и выливаем во вторую емкость.

Ставим емкость с водой и емкость с воском на водяную баню. Ждем, пока расплавится воск. Как только расплавился воск, добавляем к нему 50 мл масла и ждем (буквально полминуты), когда масло с воском станут прозрачной жидкостью. Снимаем емкости с расплавленным воском и маслом и водой с водяной бани.





В емкость с маслом и воском приливаем тонкой струйкой воду, постоянно помешивая. Смесь белеет и чуть густеет.

Затем берем приготовленный и обязательно протертый спиртом или хлоргексидином блендер, погружаем в емкость и включаем. Практически сразу эмульсия густеет и по консистенции превращается в крем. Взбиваем до тех пор, пока крем не приобретет желаемую консистенцию. Обычно это буквально минута-две.

Ждем, когда крем остынет. Теперь можно добавить эфирные масла. Их вводят из расчета 30 капель на 100 мл.

Добавляем настойку прополиса, 1 чайную ложку. Перемешиваем крем после добавления.

Перекладываем крем в протертую дезинфицирующим раствором баночку. Готово! Хранить такое средство нужно в холодильнике.



## *Обмани меня, если сможешь*

Если ты будешь обращать внимание на жесты и мимику людей, то без труда поймешь, когда они говорят правду, а когда лгут.

Когда человеку нечего скрывать, он открыто смотрит в глаза. А врун отводит взгляд или, наоборот, смотрит слишком пристально.

У искреннего человека в момент улыбки сверкают глаза, а кожа вокруг них покрыва-



ется мимическими морщинками. У обманщика глаза не «улыбаются»: взгляд остается серьезным, даже если собеседник заливается смехом.

Если человек по-настоящему увлечен разговором, он сидит, развернувшись в твою сторону, и иногда наклоняется вперед, чтобы сократить между вами расстояние. Если же он откидывается назад или отворачивается, это значит, ему есть что скрывать.

О том же говорят скрещенные руки и ноги. Активная жестикуляция — верный признак правдивости слов говорящего. Лгун не жестикулирует: трудно использовать язык тела для описания ситуации, которой на самом деле не было.





С ДОБРЫМ УТРОМ!  
СЛАДКИХ ПОТЯГУШ!







## *Пирог «Звезда» с шоколадной пастой*

Повозиться с этим пирогом, конечно, придется. Но оно того стоит! Зови лучшую подругу или привлеки на помощь маму или бабушку — и вперед!

*400-450 г муки (+50 г для раскатки)*

*70 г сахара*

*2 яйца*

*50 г сливочного масла*

*8 г дрожжей*



*200 мл молока*

*щепотка соли*

*300 г шоколадной пасты*

В теплое молоко добавить дрожжи, 1 ст. ложку сахара, 1 ст. ложку муки, перемешать и оставить в сторону на 15 минут. Затем в большой миске смешать остальную муку, сахар и соль. Яичные желтки добавить к размягченному маслу, смешать с дрожжами и сухими ингредиентами, замесить тесто. Накрыть полотенцем и поставить в теплое место минут на 20-30. Выложить поднявшееся тесто на стол (посыпанный мукой) или большую доску и тщательно вымесить. Когда оно станет достаточно эластичным, без комочков, разделить его на четыре равные части.

Затем взять одну часть. Раскатать диаметром примерно 25 см, толщиной 3-5 мм и выложить на противень с пекарской бумагой. Смазать этот пласт шоколадной пастой, немного не доходя до краев. Так же раскатать остальные три части, сложить сверху, каждый раз промазывая шоколадной пастой (верхнюю мазать не нужно). Затем с помо-





щью большой тарелки или крышки можно подровнять края — чтобы пирог получился более ровным.

В центр верхнего пласта поставить стакан, который будет служить ограничителем. Сделать надрезы, начиная от края стакана: сначала на четыре равные части. Затем каждую четверть еще раз пополам. Всего должно получиться 16 равных частей. Аккуратно поднять вверх один «лепесток», повернуть влево и положить. Следующий поднять вверх, повернуть вправо и положить. Так, чередуя все «лепестки» (вправо-влево) вывернуть все «лепестки» пирога.

Когда все будет готово, накрыть пирог полотенцем и дать ему немного «подойти» в теплом месте 30-40 минут. Затем смазать сверху взбитым белком и поставить в предварительно прогретую до 180 градусов духовку на 20-30 минут — до появления румяной корочки.



## Уолтер Айзексон. «Инноваторы»

Ты наверняка всюду пользуешься компьютером. А знаешь ли ты, с чего все началось? А началось все, между прочим, с женщины-математика Ады Лавлейс, дочери лорда Байрона, которая считается первым программистом в истории. Но прошло немало времени, прежде чем получилось применить на практике ее инновационные идеи. Множеству талантливых и целеустремленных людей пришлось проложить усилия, чтобы совершить цифровую революцию.





Ты фантастическая девушка,  
которая заслуживает  
фантастической жизни!





## **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.mariisia.ru](http://www.mariisia.ru)**