

Online МАРУСЯ

*Неделя тёплого июня
2018*



**5 правил поведения
на пляже**

Любимы читать «Марусю»?



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»



Подружки по очереди

Дженнифер Энистон и Кортни Кокс подружились на съемках популярного ситкома «Друзья» более 20 лет назад. Когда Дженнифер в 2015 году выходила замуж за Джастина Тера, подружкой невесты у нее была Кокс. Теперь актрисы поменялись ролями.

12 июня, спустя всего полгода после знакомства, 53-летняя Кортни вышла замуж за 41-летнего Джонни Макдэйда, музыканта рок-группы «Snow Patrol». Свадьба состоя-



лась в доме гитариста в Северной Ирландии. Затем молодые отправились в Малибу, штат Калифорния, где решили устроить вторую церемонию для друзей. Большая разница в возрасте Кокс не смущает. Она утверждает, что для нее и Джонни это не проблема.

*(Информация предоставлена
Agency TURNER).*



В цветку

Зачем ограничиваться одним цветком, если можно собрать целый букет? Из аксессуаров :)

Орхидеи

Ты только представь себе: ботаники насчитали 35 тысяч видов этого растения! Некото-



рые из них обвивают деревья, другие живут на скалах и камнях, а есть и те, которые прячутся под землей. Высота стебля тоже может быть разная. Она колеблется от нескольких миллиметров до 20 метров!

Подсолнухи

Этот цветок получил название из-за своей способности поворачивать голову к солнцу — и это тебе наверняка известно. Но знаешь ли ты, что, когда бутон полностью раскрывается и появляется корзинка с семенами, растение замирает и постоянно смотрит только туда, откуда появляются первые утренние лучи!

Тюльпаны

Это одни из самых быстрорастущих цветков в мире. Всего за сутки они могут вырасти на два сантиметра. Когда-то их луковицы стоили дороже, чем драгоценные камни и металлы. И, кстати, некоторые тюльпаны вполне съедобны. Их листья добавляют в закуски, десерты, первые блюда и соусы.

Розы

Дикая роза — это кустарник, но некоторые экземпляры так разрастаются, что становятся



ся похожи на деревья. В немецком городе Хильдесхайм цветет старейшая дикая роза. Ее высота достигает 13 метров, а ствол в основании имеет диаметр полметра. Куст практически сровнялся с крышей здания. Говорят, что этому кустарнику около 1000 лет!



Тёмная история

Если твоя кожа с трудом загорает, не стоит ее мучить и проводить целый день на пляже под палящим солнцем. Есть более быстрый и безопасный способ получить красивый шоколадный оттенок. Вооружись автозагаром и обязательно изучи наши советы по его нанесению.



Совет № 1

Чтобы искусственный загар держался дольше и смотрелся наиболее натурально, за два-три дня до использования автозагара перестань наносить на кожу лица и тела кремы и лосьоны, в составе которых есть масла. В эти дни регулярно применяй увлажняющий легкий крем-гель с алоэ-вера. Утром в день процедуры прими душ, чтобы смыть пот, следы дезодоранта и парфюма, и обязательно воспользуйся скрабом, который удалит все отмершие частички кожи. Особое внимание удели коленям, локтям, запястьям, ключицам и щиколоткам.

Совет № 2

Первым делом наноси автозагар на лицо, но не забудь защитить зоны, которые не нуждаются в загаре. Возьми ватную палочку, окуни ее в жирный крем и аккуратно нанеси его на контур губ, брови и линию роста волос. Затем возьми порцию автозагара и хорошенько смешай ее с таким же количеством увлажняющего крема. Эту смесь распредели по лицу, шее и ушам. Таким образом ты получишь более естественный загар. И кстати,



припаси еще такой же смеси для нанесения на колени, локти, запястья, ключицы и щиколотки. В этом случае ты избежишь более темных пятен на выступающих частях тела. Сразу по окончании этого этапа как следует вымой руки.

Совет № 3

Теперь можно приступать к нанесению автобронзата на все тело. Начиная распределять средство от стоп и постепенно двигайся вверх, При этом твои движения не должны быть круговыми, распределяй средство легкими движениями вверх-вниз. И ни в коем случае не втирай автозагар в кожу.

Совет № 4

Оценить первые результаты ты сможешь уже через восемь часов после использования автозагара. Внимательно осмотри свое лицо и тело, и если заметишь какие-то огрехи — исправь их с помощью смеси равных частей автозагара и крема.



Не дуйся – радуйся

Как общаться с обиженным человеком? Например, если твоя подруга проявляет отстраненность, демонстрируя обиду, у тебя есть несколько способов решить эту проблему:

1. Спросить, чем же ты ее задела. Если она отводит глаза в сторону, буркнув «Ничем», остается лишь развести руками — это уже ее проблема.

2. Узнала, за что на тебя дуются? Если ты чувствуешь свою вину, можно искренне извиниться, но только один раз. Не надо угождать «Обиженной», подыгрывать ей и ка-



яться, посыпая голову пеплом. Такое уничтожение не поможет ни ей, ни тебе.

3. Если ты совершила какую-то ошибку по отношению к другой девочке (например, разместила под ее фотографией недобрый, оскорбляющий комментарий), просто исправь ее. Удали эту надпись, извинись — большего и не нужно.

4. Если ты уже извинилась и, по мере возможности, все исправила, не ведись на чужие провокации. Продолжает дуться? Оставь человека в покое. Захочет — прекратит.

5. Постарайся так или иначе сохранить мир, не принося себя в жертву. Например, попытайся поговорить с «обиженной» и пообещать, что больше не станешь поступать подобным образом.



Возвращение в строй

Кристина Агилера выпустила новый сингл «Accelerate», первый за пять лет. Композиция совершенно не похожа на то, что Агилера делала раньше.

В записи «Accelerate» принимали участие рэперы Ty Dolla \$ign и 2 Chainz. Саунд получился с сильным уклоном в хип-хоп с тяжелым битом. Продюсировал композицию Канье Уэст, а режиссер Зои Гроссман сняла клип к песне.

Но это еще не все новости. 15 июня вышел новый шестой по счету студийный альбом



Агилеры «Liberation». Помимо «Accelerate» в его трек-лист вошли «Right Moves», записанная с участием Keida и Shenseea, и «Fall In Line», дуэт с Деми Ловато.

*(Информация предоставлена
Agency TURNE).*



5 правил поведения на пляже

Если тебе хочется произвести приятное впечатление на отдыхающих на пляже людей, постарайся придерживаться простых правил.

1. Пляж — не место для «праздника желудка». Если ты очень проголодалась, то можно перекусить продающимися поблизости мороженым или бутербродами с соком, не более. А раскладывать лежанку-самобранку с овощами, жареной курицей, напитками



и «громко пахнущей» копченой рыбой — совсем не признак хорошего тона.

2. В зоне отдыха неприлично: показывать пальцами, фотографировать загорающих без их согласия, громко разговаривать, рассказывать анекдоты или обсуждать окружающих, приходить на пляж со своей музыкой и навязывать ее всем.

3. Переодеваться на пляже нужно только в специальных кабинках — дабы не шокировать окружающих и не вызывать жгучее любопытство желанием узнать: что это там девушка ищет у себя на теле, завернувшись в полотенце.

4. Держи дистанцию! Ты здесь не одна. Постарайся не мешать тем, кто спит (особенно маленьким детям) или просто читает. Крики, беготня, громкие диалоги за 50 метров друг от друга наверняка не вызовут энтузиазма у окружающих.

5. Если ты привела на пляж домашнего любимца, нужно следить, чтобы он не мешал людям вокруг. Купать животных в том месте, где плавают отдыхающие, непозволительно.



Если Вас часто достают,
то Вы дефицит.



Картошка- гармошка

Беспроеигрышный вариант на любое торжество — картошка с мясом! А если захочешь удивить необычной подачей, попробуй приготовить вот такую симпатичную картошку-гармошку.

4 крупные картофелины
200 г бекона (или ветчины)
100 г сыра



***соль, черный перец — по вкусу
зелень и соленые огурчики — для подачи на стол***

Картофель замочить в воде минут на 10-15, затем очень тщательно, с помощью чистой губки или щетки промыть шкурку, чтобы не осталось земли.

Теперь нужно нарезать картошку гармошкой, но не прорезая до конца. Надрезы нужно делать на расстоянии около 1 см друг от друга.

Нарезать небольшими кусочками бекон и аккуратно вложить его в прорези. Каждую картофелину укутать в фольгу и выложить на противень или жаропрочную форму.

Разогреть духовку до 180 градусов и отправить туда противень с картошкой в фольге на 40-45 минут. Чем больше картофелин ты отправишь печься, тем больше времени может понадобиться (до часа). Через 35-40 минут ты можешь достать одну упаковку, аккуратно открыть фольгу (осторожно, не обожгись!) и проткнуть клубень вилкой — так ты проверишь готовность твоего блюда. Когда



поймешь, что картошка пропеклась, стала мягкой, доставай. После того как откроешь фольгу — сразу густо посыпь картошку тертым сыром (чтобы он расплавился), а также зеленью — и подавай к столу.



Энциклопедия «Звёздные войны»

Есть путеводители по странам, а вот этот — по целой вселенной. Всем фанатам «Звездных войн» будет приятно полистать такой вот солидный том, полный красочных иллюстраций. Тут есть статьи о персонажах, сюжетах фильмов и анимационных сериалов, информация о планетах, где происходит действие, о невероятных гаджетах и технологиях. А еще ты сможешь узнать о том, как съемочная группа создавала этот поразительный мир, впоследствии завладевший умами миллиардов зрителей.



Пусть все твои проблемы лопаются,
как мыльные пузыри!!!



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