

МАРТ 2023

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

За още свежи идеи  
[cosmopolitan.bg](http://cosmopolitan.bg)

## НЕ ИСКАМ ДА ИМАМ ДЕЦА!

Как открих  
правилния  
избор за  
себе си

## САТ

ОРЪЖИЕТО  
ЗА ТВОЕТО  
ВЪРХОВНО СЕКС  
УДОВОЛСТВИЕ

## Звездите знаят

какво ще носиш  
следващия сезон

## ДА СРЕЩНЕШ БИВШЕ ГАДЖЕ?

Ами, не е чак  
толкова лошо

## Бела Порч

Момичето от  
армията, което  
счупи TikTok

ГРУПОВ ЧАТ:  
МОДЕРНИЯТ  
НАЧИН ЗА  
РАЗГОВОР

## Цветът на 2023

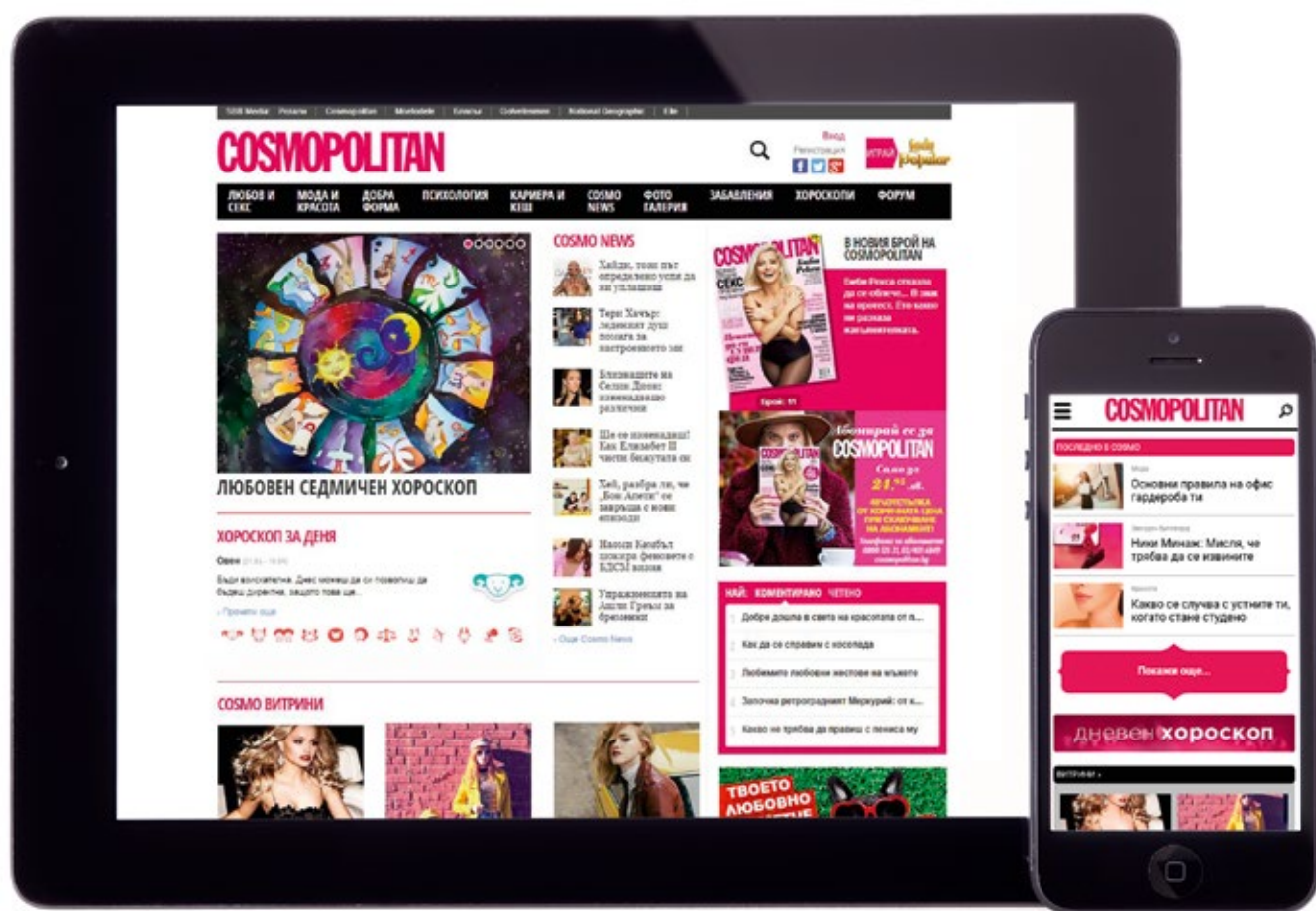
ЖЕЛАНИЕ ЗА  
ОПТИМИЗЪМ



9 771312 354334

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Ние сме COSMOPOLITAN



БЪДИ С НАС И ONLINE НА:  
**WWW.COSMOPOLITAN.BG**  
НАВСЯКЪДЕ ЗАЕДНО С ТЕБ! ПОСЛЕДВАЙ НИ В:

cosmopolitanbulgaria



Cosmopolitan Bulgaria



COSMOPOLITAN

Март

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

### ОТ КОРИЦАТА

**24** Цветът на 2023:  
желание за оптимизъм

**32** Груповият чат:  
модерният начин  
за разговор

**44** Мислех, че не  
искам да имам деца

**46** Бела Порч:  
Момичето от  
армията, което  
счупи TikTok

**79** Лошо ли е да  
срещнеш бившия?

**82** Оръжието за  
върховно секс  
удоволствие

**109** Звездите знаят  
какво ще носиш  
следващия сезон

56



## Мода

Освободи се от  
скинитата, време  
е за нещо много  
по-удобно! (22),  
Какво харесахме  
този месец (26),  
Питай Толя (27),  
Пролетно ухание  
(56), Колежански  
стил (66)

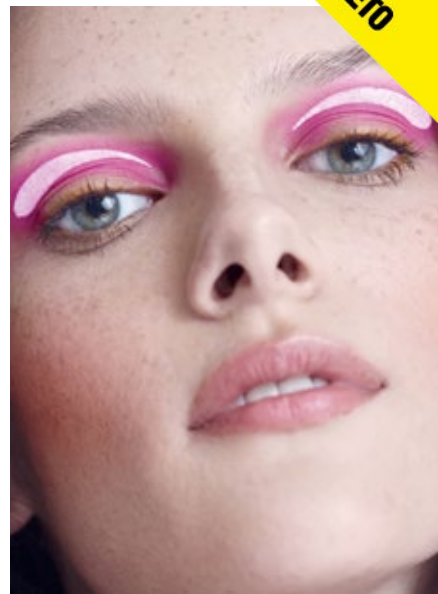
66



## Във всеки брой

4 Най-страхотният март  
6 Cosmo чете...  
7 ...и гледа  
108 Хороскоп  
112 Cosmo месц

82



## Красота

Дълбоката хидратация е  
възможна с тези кремове  
(14), Този месец се  
влюбихме в... (16), Гланц и  
още гланц (17), Най-добрите  
хайлайтъри на всички  
времена (18), Питай Алекс  
(19), Негово Величество  
Неонът е тук (72)

40

## И още...

Cosmo Winter Fest (8), Quiz с  
Бела Порч (12), Грешно ли е да  
споделям победите си (30),  
Добра приятелка ли си (34),  
Йога: твоего ново вдъхновение  
(37), Всички твои въпроси за  
витамин С (39), Сандвичите  
с препечен хляб са си основно  
ядене (40), Салата Оливие  
(42), Килограмите са опасни  
за живота (43), Плюс един  
вкъщи (84), Най-побърканите  
секс съвети от Cosmo (88),  
Не е ли време да спрем да се  
преструваме, че наркотиците  
не съществуват (90), Наистина  
ли всички имаме нужда от  
терапия (96), Жените, които  
изгубихме (102), Астрологът  
в личните ти съобщения може  
да е измама (110), От страстни  
по-страстни (111)

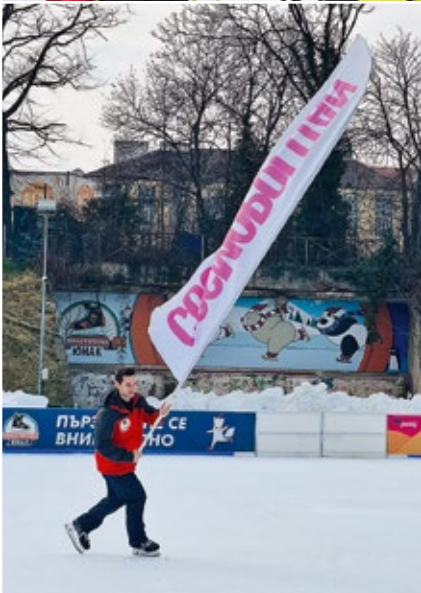




# COSMO WINTER FEST`23:

## СНЕЖНОБЯЛА ЕУФОРΙΑ, ВЪЛНУВАЩИ МОМЕНТИ И ЩУРА ЗАБАВА

Защото където си ти, там е купонът!



**Cosmo  
куиз**

ПРЯКОРЪТ МИ

Белинда Мари ♡

ПЪРВОТО CD, КОЕТО СИ КУПИХ

Fearless на  
Тейлър Свифт

ПОСЛЕДНИЯТ СКРИЙНШОТ  
В ТЕЛЕФОНА МИ

Снимка на Ким Кардашън  
Джени на платина '10

ПЕРФЕКТНИЯТ АЛБУМ ЗА  
СЛУШАНЕ, КОГАТО СЪМ НА ПЪТ

Hot Pink на Doja Cat

НАЙ-ХУБАВАТА ДРЕХА,  
КОЯТО СЪМ ОБЛИЧАЛА  
В МУЗИКАЛНО ВИДЕО

Иконичният ми  
аутфит във видеото  
на Built a Bitch



МЕЧАНАТА МИ  
КОЛАБОРАЦИЯ Е...

Риана – нека се  
върнем в студията,  
Кралице! ♡

Le Love You So Much?

Bella Poarch  
9/3

Рокля Cong Tri. Обувки GCDS.  
Обици и гривни Patricia Von  
Musulin earrings and bracelets  
(отгоре и в средата). Гривна  
Lizzie Fortunato bracelet (отдолу).



# красота

## Купонът продължава!

Краят на зимния сезон е близо, но не и краят на парти сезона.

Осми март е поредният повод да празнуваш, но и да си припомниш, че не е нужно да чакаш специален момент, за да сложиш любимото си червило, да пробваш „онзи ексцентричен грим“, на който отдавна си хвърлила око, да облечеш бляскавата си рокля и да се почувстваш готова да покорис света. Наздраве за живота! Ти си на ход.





# мода



Само ако...

## ДЕНИМЪТ МОЖЕШЕ ДА ГОВОРИ

Колкото и останалите материци да се опитват да изтласкат денима от сцената, той не престава да води първенството. Никога няма да се откажеш от него, нали? Ние също!



ЦВЕТЪТ НА 2023

# Нетрадиционно червено за нетрадиционно време – Viva Magenta

Червеният нюанс е вдъхновен  
от цвета на едно сравнително  
неизвестно насекомо –  
бръмбарът кохинил.

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



# ти, ти, ти

## Още цветя, моля!

Ако има жена, която никога не си е купувала сама цветя, нека вдигне ръка! Правили сме го многократно – за настроение, от любов и просто ей така! Така че сега седни и пиши: „Нито един ден оттук нататък няма да е сив и скучен. Чао, зима! Пролет, здравей!“ Усмихни се и... Не забравяй за цветята.





# твое то тяло

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



**Да посрещнем  
пролетта,  
заредени с енергия!**

Потърсихме йога инструктора **Албена Колячева** за съвет и ето какво ни разкри тя





Десерт

Препечена филия, намазана с дебел слой Нутела, върху който подреждаме резенчета банан и бекон, а отгоре заливаме с кленов сироп? Ето това наричаме ние сбъждане на най-сладките мечти. Няма проблем, ако и на теб са ти потекли слюнките направо върху страницата от списанието.

# Сандвичите са основно ядене и не приемаме никакви възражения

Внимание: хора, за които добавката от авокадо вече е върхът

ОТ HANNAH CHUBB | СНИМКИ CODY GUILFOYLE



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Бела Порч счупи TikTok

А с излизането на  
новия ѝ музикален  
проект, 26-годишната  
попзвезда показва на  
всички защо е успяла  
да го направи

ОТ LINDSEY WEBER

СНИМКИ KANYA IWANA

СТИЛИСТ CASSIE ANDERSON



Бански Asacia

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Ухание на пролет

Усети аромата на пролетта и се зареди със свръхдоза настроение. На почит са нежните нюанси на розовото. Свързваме ги с цъфналите дървета, оповестяващи, че природата се събужда за нов живот – още по-красива и вдъхновяваща

ФОТОГРАФ И СТИЛИСТ **ANDREW ATWELL**  
(@ANDREWATWELL • ANDREWATWELL.COM)



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Риза **Jil Sander**,  
джинси **Mara Russo**,  
обувки **Enclò**, чанта  
**Stradivarius**, очила  
**ASOS Design**, обици  
**Radà**, вратовръзка  
**Silvio Fiorello**, ръкавици  
**Fontana**, брошка **Radà**



# Колежански стил

Една от най-актуалните тенденции за предстоящия сезон е небрежното секси облекло, излъчващо и някаква скрита невинност. Добре познато от любимите ти американските филми, в които главен герой е колежанското момиче с очила, бяла риза, вратовръзка и мини пола.

ФОТОГРАФ **MICHELE VITO BELLO**, @MICHELE.VITO BELLO

СТИЛИСТ **DOMENICO DIOMEDE**, @DIOMEDE\_DOMENICO



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

КОЖА: Палитра за  
лице **Make Up For Ever**  
**All-In-One Face Palette**  
Хайлайтър и балсам  
за лице **Pat McGrath**  
**Labs Skin Fetish**  
**Highlighter & Balm Duo**  
ОЧИ: Кремообразни  
сенки **Danessa**  
**Myricks Colorfix**  
**Cream Pigment**,  
цвям **Valentine**

# Негово Величество Неонът е myk

Този тренд е сред най-актуалните решения в грима  
и няма никакви намерения да напуска сцената,  
а да продължава да провокира артистизма ти и през 2023 г.

ФОТОГРАФ **ADAM MAYER** (@ADAMDAYER; ADAMDAYER.COM) | КОСА И ГРИМ **SHRENI PATEL** (@SHRENDIZ), LAB ARTISTS (@ABARTISTS)



# любов и секс

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Духовете на предишните връзки

Колумнистката на Cosmo **Зара Фийлд\*** печели в иначе неудобната ситуация да присъства на сватба, като необвързана жена, и успява да възстанови контакта си с бивше гадже

ИЛЮСТРАЦИИ  
THE SCISSORHANDS





**САТ...**

**...или  
коиталната  
техника  
на...**

**...изравняването**

**Тайната за  
СУПЕР силен  
оргазъм**

И за онзи секс, за който  
жадуваш, при който буквално  
ставате едно и просто няма  
с какво друго да се сравни

ОТ RACHEL VARINA



Просто списък с

# най-побърканите секс съвети, които ние от COSMO някога сме публикували



Извинявай, донълче!





# Наистина ли всички ние имаме нужда от терапия?

ОТ CATRIONA INNES — ИЛЮСТРАЦИИ MAI LY DEGNAN

Днес грижата за менталното здраве е не просто приета, а и аплодирана. Всички виждаме значимостта на това. Но въпреки че ползите от терапията стигнаха мейнстрийм пространството, дали не сме започнали да се заблуждаваме, че това ще реши всичките ни проблеми? И дали е възможно това да се случи изобщо? **Катриона Инес** изследва проблема.