

АПРИЛ 2023

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

За още свежи идеи  
cosmopolitan.bg

## ОБСЕБЕНА ОТ БИВШИТЕ

Предлагаме  
спасение

## 50+ идеи

за твоя  
пролетен  
вайб

## СКЪПОТО УДОВОЛСТВИЕ ДОМАШЕН ЛЮБИМЕЦ

Моля те, бъди  
подготвена

## Е, какво ще правиш с лицето си?

ГОЛЕМИЯТ ДЕБАТ  
ЗА ФИЛЪРИТЕ

## Магелин Клайн

Магията се случи  
и тя е готова да  
ти разкрие как

## ВАЖНО: ГРИЖАТА СЛЕД СЕКС СИ СТРУВА

## Финансова истерия

ПОМОЩ! КАК ДА  
СПЕСТЯ ПАРИ?



9 771312 354334



#### ОТ КОРИЦАТА

- 11** Супер идеи за пролетта
- 42** Магията на Маделин Клайн
- 85** Грижата след секс си струва
- 91** Как да спестиш пари
- 98** Обсебена от бившия
- 100** Скъпото удоволствие да имаш домашен любимец
- 102** Големият дебат за филърите



## Мода

Размерът има значение (20), Тази пролет се доверяваме на оранжевото: най-щастливия цвят (22), Какво харесахме този месец (24), Питай Толя (25), С любов към роклята (54), Просто танцувай (60), Шапки горе! (66)

# 66



## Във всеки брой

4 Най-страхотният април  
6 Cosmo чете...  
8 ...и гледа  
108 Хороскоп  
112 Cosmo тест

# 88



## Красота

Сингъл съм от 8 години заради грима (12), Прическите обират овациите (14), Този месец се влюбихме в... (16), Питай Алекс (17), Живот в постели (72)

# 38

## И още...

Quiz с Маделин Клайн (18), Скука и апатия от девет до пет? Познато ли ти е? (26), Защо не използваш кутиите си с боя? (30), Когато се опитваш да се превърнеш в човек, който подрежда (31), 12 мита за женското здраве (36), Можеш ли да повярваш, че това тук е веган? (38), Направи си торта Наполеон (39), Махмурлук: кошмарът, който трябва да избегнеш (40), Истинската причина да съм необвързана (80), Спящият вулкан (82), Истината за ниското либидо (86), Как да не си най-непохватният човек на секс парти (88), Пролетта е огледало на чувствата (109), На какво се смееш (110), Задава се голямо астро вибрационно буркване (111)





ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# ОЧАКВАЙ С COSMOPOLITAN ТРИ ТОП РОМАНА НА НОРА РОБЪРТС

Първият *Синя далия* ще бъде при теб с майския брой на списанието

## Оживяват легенди и забравени семејни истории

Сигурни сме – името на Нора Робъртс провокира на мига в теб желанието да прочетеш тази книга. На един дъх! Първата от трилогията *В градината*, тя ще те пренесе в света на интригуваща романтика. Но не ти обещаваме сладниково щастие, ще има и тъга, и солидна доза бъркотии, които като че ли те следват навсякъде. Но как иначе ще се слееш с героите, за да преживееш заедно с тях цялата палитра от чувства? Някои от тях веднага ще ти станат любими, други ще ти се сторят странни. Но не бързай да ги зачеркваш, дай им шанс да разкрият истинските си лица. А главната героиня? Загърбила всичко и отгледана на децата и работата си, нормална жена. Но... Направи си планове за спокоен и комфортен живот, за да разсееш съдбата. Тя много обича да провокира своите любимци и да ги захвърля в другия край на бурното от емоции море. Да ги разтърси хубаво и да ги събуди за нов живот. Такъв, за който не са си мечтали и в най-смелите си мисли. А Нора Робъртс много умело успява да покаже, че крайностите не само могат да се срещнат в центъра, но и по някакъв невероятен начин създават магичен баланс.

УНИКАЛНА  
ЦЕНА  
**COSMOPOLITAN**  
+ КНИГА  
**7,99**  
лв.



### СИНЯ ДАЛИЯ

Привлекателната Стела Ротшилд е щастливо омъжена, но съдбата ѝ готви непредвиден удар – съпругът ѝ загива при самолетна катастрофа. Съсипана от загубата, младата жена решава да се върне към корените си в Южен Тенеси, където да започне нов живот с двете си момчета. Намира ново предиз-

викателство като управител на градинарския център в Харпър Хаус – внушително имение, наследено от амбициозната Роз Харпър. Има само една уловка – арогантният и сексапилен колега градинар – Лоугън Кътридж. Когато професионалните им сблъсъци палят искрата на страстно привличане, Стела трябва да реши дали е готова отново да бъде щастлива...

„Колкото повече мечтаеш за спокоен и подреден живот, толкова по-често съдбата ти поднася друго. Готова ли си да разбереш какво?“

„А дали ударите на живота не са пътят, който трябва да извървим, за да стигнем до истинското щастие и да му се насладим с всичките си сетива?“

## ДОСТЪПНО ПЪТЕШЕСТВИЕ В СВЕТА НА ХУБАВИТЕ КНИГИ!

Издателска къща SBB Media предлага над 100 романа от световни автори, здравни и кулинарни книги на цени от 6,99 лв. – в комплект със списание, и от 6,50 лв. – на [www.sbb.bg/shop](http://www.sbb.bg/shop). Всяка година обогатяваме каталога си с над 40 нови книги. Може да ги намериш навсякъде, където се продават списания, в комплект с „Журнал за жената“, „Кулинарен журнал“, „Здравен журнал“, „Романтични разкази“, Cosmopolitan, Crime и други наши издания и онлайн на: [www.shop.sbb.bg](http://www.shop.sbb.bg)

# красота

## Повече любов за тези зони

Обикновено грижата за кожата е фокусирана основно върху лицето, но шията и деколтето също имат нужда от любов, която можеш да им даваш под формата на хидратация, освежаване и поддръжка. Независимо дали говорим за ежедневния ти овлажняващ крем, слънцезащитата, или за вечерния ти продукт с ретинол, винаги разнасяй от тези блага по шията и деколтето. От грижата не се пестят!





## Cosmo куиз

### МОИТЕ ЗОДИАКАЛНИ ЗНАЦИ В СЛЪНЦЕ И ЛУНА, И АСЦЕНДЕНТ

Слънцето ми е в  
Стрелец, Луната ми  
е в Дева (искам се за  
мен), а асцендентът ми  
е Везни. Твърде много  
неща се случват

### МОЯТА ИДЕАЛНА КОМПАНИЯ ЗА ВЕЧЕРНО ПАРТИ

Агата Кристи, Принс,  
актьорите от Glass Onion  
(много ясно!), Дженифър  
Лорънс, Дейвид Боуи,  
Челси Хендър, Банкс,  
Дженифър Кингтън,  
Една "E" Mode!

### МОЯТ ЛЮБИМ КОКТЕЙЛ

Pornstar Martini

### ЕДИНСТВЕНАТА ЗВЕЗДА ОТ OUTER BANKS, НА КОЯТО БИХ ПОВЕРИЛА АУХ КАБЕЛА, Е?

Магистъри Бейли!

### АКТЬОР, С КОГОТО БИХ ИСКАЛА ДА РАБОТЯ

Флорънс Пю или  
Мис Фло

### НАЙ-ДОБРИЯТ АЛБУМ ЗА ПЪТУВАНЕ

Морсе Си Pet Sounds  
на The Beach Boys

### НАЙ-НОВАТА МИ ПРИДОБИВКА

Питсма и парфюм  
Baccarat Rouge 540

### КОЛЕГА АКТЬОР ОТ ФИЛМА GLASS ONION, НА КОГОТО БИХ ПОВЕРИЛА ЖИВОТА СИ

Джесика Хенуик

### НЕЩО В СПИСЪКА МИ С ЖЕЛАНИЯ, КОЕТО ИСКАМ ДА ИЗПЪЛНЯ

Да бъда на корицата  
на Cosmo!!!

Намираме се на плаваща  
в Космоса скала, спри да се  
приветим, облегни се удобно!  
Отнасяй се към себе си с любов  
и приеми с отворени обятия  
върховете и низините.

*MGL*

Винтидж топ The  
Quality Mending Co.  
Къси панталонки Altu.  
Сандали на платформа  
Piferi. Обици Mejuri.  
Пръстен Jacquie Aiche.



# moda



## Извади щастието

Време е да отключиш ковчежето и да освободиш оттам усмивките. Не само защото щастието е заразно, прави те по-красива, по-желана, но и защото щастливите хора са предпочитани навсякъде. Зареди се с добро настроение за пролетни емоции. А от нас още един коз – оранжевото е цветът на щастието. Имаш ли достатъчно от него в гардероба си?



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Доверяваме  
се на цвета на  
щастие

# ОРАНЖЕВО

Ако често го избираш за част от  
ежедневния си стайлинг, сигурни сме,  
че си екстровертна личност с развито  
креативно мислене и невероятно чувство  
за хумор. Все пак скучните хора не се  
обличат в цвета на щастие!



# ти, ти, ти

Имаш чувството,  
че си притисната до  
стената? Може би е  
време да промениш  
посоката си на  
движение

## Скука и анатия от девет до пет? Познато ли ти е?

Втръсна ли ти? Тотално ли  
ти се изчерпа вдъхновението?  
Докато четеш тези редове, в  
същото време си принтираш  
и молбата за напускане?  
Спри – може би в написаното  
по-долу ще откриеш точно  
онази мотивация, от  
която се нуждаеш

ОТ HARRIET HALL



# твое то тяло

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Направи си  
собствена водка,  
като оставиш  
кората от един  
лимон в шишето  
за 24 до 48 часа.



## Как да направиш перфектния Cosmopolitan

Вероятно си изпила не един и два от този коктейл, така че знаеш, че има голяма разликата между съставките, които си измислила като тийнейджър, и в тези, които неслучайно наричат \*целувката на бармана\*.

Да, не всички коктейли Cosmopolitan са еднакви. За щастие, Giorgia Coccozza, отговорна за миксовете в лондонския бар Blame Gloria, е тук, за да ти преподаде бърз майсторски клас за перфектен Cosmopolitan.

### ★ ЗА ПЕРФЕКТНИЯ COSMOPOLITAN ИМАШ НУЖДА САМО ОТ 4 НЕЩА

- 40 мл водка с  
вкус на лимон
- 15 мл Куантро  
(портокалов ликьор)
- 40 мл сок от червена  
боровинка
- 7,5 мл сок от лайм

Изсипи всичко в шейкър или буркан от конфитюр, напълни го с лед, затвори и го разклати, докато не те заболят ръцете. След това прецеди само течността (ледът – не! Това е голямо НЕ в барманството) в стъклена чаша за мартини. Страхотно Вкусно, нали?



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



ИНТЕРВЮ EMMА BАТУ СНИМКИ AMBER ASALY  
СТИЛИСТ CASSIE ANDERSON

# ОГНЕН ПЕРИОД

Когато само за три години, от търсещо работа момиче се превърнеш в същинска звезда, изглежда така, сякаш късметът те е озрял с топлината си. Освен ако не си Магелин Клайн обаче.



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# С любов към РОКЛЯТА

Живеем във времена, в които панталоните и джинсите са заели голяма част от гардероба ни. Преди години обаче бабите ни са носили само поли и рокли, но днес сякаш търсим специален повод, за да ги облечем. Въпреки това роклята си остава символ на женската красота. Не го забравяй никога!

ФОТОГРАФ NIKOLA DECHKOV  
СТИЛИСТ JORDEN JAKOBS





ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

▲  
**Claudia La Chispa:**  
Кацфена рокля Primark.  
Чокър Bimba y Lola

▲  
**Karina Soro:**  
Топ с кристали  
P.A.R.O.S.H.  
Каубойски  
панталон и  
чорапи Primark.  
Кецове Geox

# Просто таницувай

Главните герои на *UPA Next*, продукция на Mediapro Studio за Atresplayer Premium, дават уроци по танци, стил, приятелство и забавление. Присъединяваш ли се?

СНИМКИ PABLO MINGO РЕАЛИЗАЦИЯ VERÓNICA SUÁREZ  
ТЕКСТ CARMEN MARTÍNEZ PITA



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

★  
КОСА: Всички използвани  
продукти са от I.C.ON.  
ГРИЖА ЗА КОЖАТА: Тоник-  
мист за лице Sioris Falling  
into the rose, успокояващ  
монер Barr Centelles  
Calming Ampoule, дневен  
ампулен серум Sioris A  
Calming day, успокояващ  
гел-крем за лице Barr Super  
Green Deep Energy Cream,  
подхранващ балсам Urang  
SOS multibalm, озаряващ  
серум Yummy skin Glow  
serum – Main Squeeze

# Шанку горе!

Бъди готова за безкрайни слънчеви дни

ФОТОГРАФ **DAVID GARCIA** @DAVIDGARCIAPIHOTOGRAPHER.COM  
СТИЛИСТ **CARLA HOYOS & GEMMA SOLSONA** @MAMMAMARMALADE

Корсет **CANTIA**, шанка **ZORRO**,  
обици и колие **DANIELA MIANO**

Фон дво тен/ коректор:  
**Le Pure Perfecting Illumination**  
(2) + **Light Wonder Charlotte**  
**Tilbury** (2) + **TOUCHE ÉCLAT**  
**HIGH COVER** (слонова кост)  
Очи: **Сенку Dior 5 couleurs**  
**couture 679** + спирала  
**Diorshow de Dior**.  
Вежди: Молиб **MAC**,  
сапун за вежди **WBCO**  
Лице: Универсална пудра **Chanel**  
+ бронзираща пудра **Bobbi**  
**Brown** (Златна светлина), руж  
**Sugqu 101**

Лунички: Молиб **SHAPE + SHADE**  
**BROW TINT MAC** (кафяво)  
Хайлайтър: **Diorskin Nude**  
**Luminizer - Nude Alow**  
Устни: : Матово червило **YSL**  
**TATOUAGE COUTURE VELVET**  
**CREAM 210 Nude Sedition**  
**DANIELA MIANO**



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Сенки **Dior Beauty**,  
палитра **MONO**  
**COULEUR COUTURE**  
826 Rose Montaigne  
Сенки **MAC Cosmetics**,  
цвят **Mint Condition**  
Червило **Kryolan**,  
**PALETTE 18 Colors**  
**LRP1** (палитра от  
18 цвята)

Обици **Made**  
от **Moi Paris**

# Живот в... пастели!

Този сезон пастелните нюанси са сред горещите трендове, така че остави класическата черна очна линия настрана и извади цветните гримове, отразяващи пролетната красота навън. Почерпи вдъхновение в следващите кадри.

ФОТОГРАФ **DAMIEN ETCHEVERRY** @DAMIENETCHEVERRYPHOTOGRAPHE  
ГРИМ И КОСА **BERNOIT CLAVERIE** @CLAVERIEBERNOIT  
МОДЕЛ **LOLA ALCALUZAC** ОТ **UPMODELS PARIS** @UPMODELSPARIS



# любов и секс

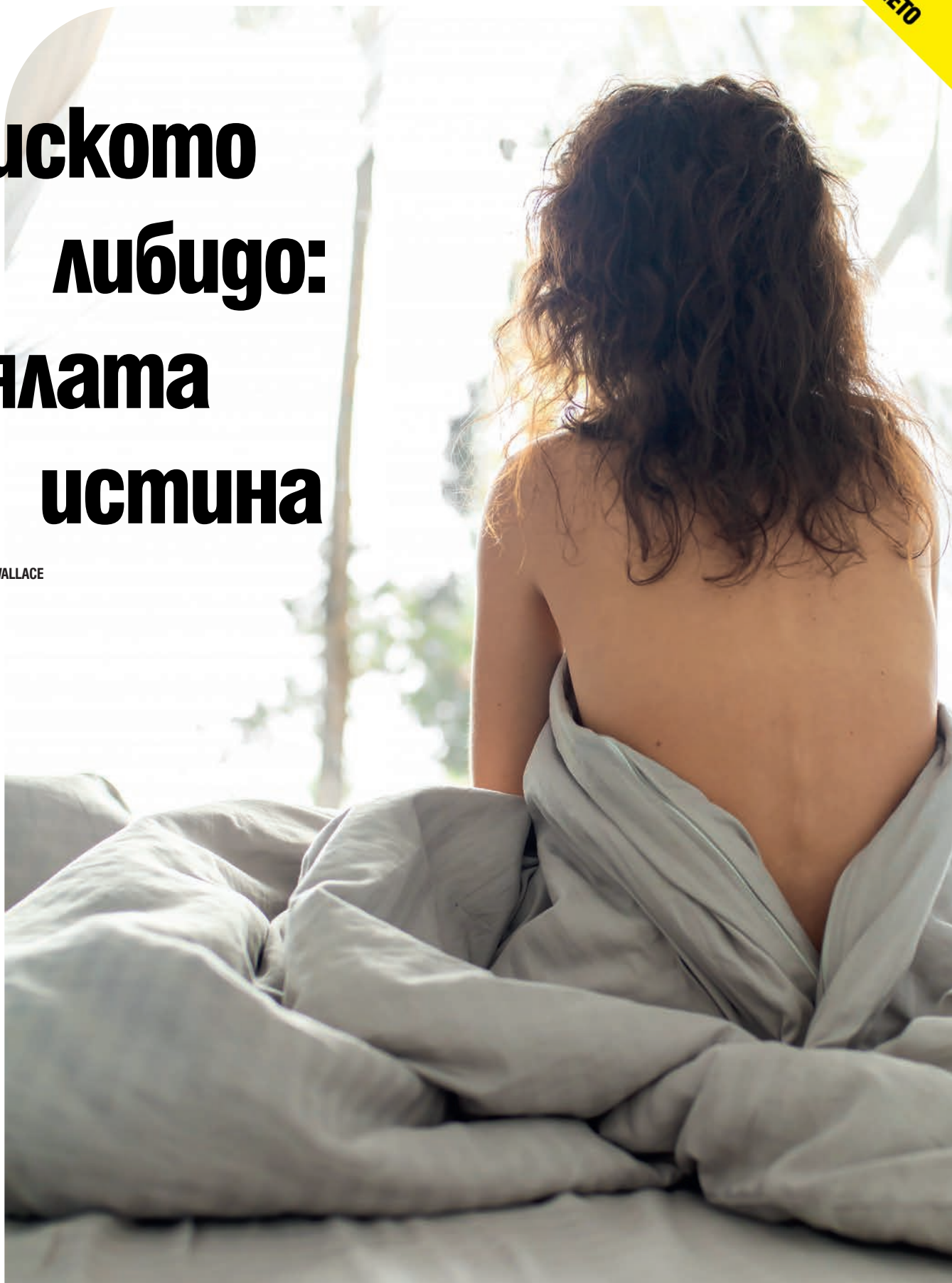
ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



Истинската  
причина да съм  
необвързана

# Ниското либидо: цялата истина

ОТ MEGAN WALLACE





# #life



## Писна ми да се тревожа за пари!

Попитахме ви, а вие избухнахте. Младите жени не просто „усещат икономическата стагнация“ – те изпитват икономическото желание да забият юмрук в ш\*\*аната стена. По-надолу ще откриеш резултатите от първото по рода си (и изключително катарзисно) проучване на Cosmopolitan по отношение на финансовата ярост

ОТ ELIZABETH KIEFER | ИЛЮСТРАЦИИ JIAQI WANG



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Големият дебат за филърите

Трябва ли да ти е позволено да преправяш визията си, ако не си ментално стабилна? Ами ако се окаже, че менталните ти проблеми са породени именно от това как изглеждаш? Ново предложение в парламента на Великобритания гласи, че е редно да се правят задължителни тестове за психично здраве, преди всяка неинвазивна козметична процедура. Но дали това ще попречи на онези, които имат нужда от процедурата, или ще предизвика още по-задълбочени проблеми? Бюти журналистката Кийкс Рийд разследва.