

НОЕМВРИ 2021

# COSMOPOLITAN

За още свежи идеи  
cosmopolitan.bg



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## ТИ ЛИ СИ ОНАЗИ К\*ЧКА СЪС СЕКС ЛЮЛКАТА

Ех, толкова  
е забавно  
да пазаруваш  
мебели

СЪБЕРИ  
ПОВЕЧЕ  
ЛАЙКОВЕ  
БЛАГОДАРЕНИЕ  
НА НАУКАТА

## Страхотна красива ЕСЕН

С НАШИТЕ COSMO  
ВДЪХНОВЕНИЯ

Той и  
социалните  
мрежи

Разобличихме го  
що за образ е!

## Ашли Бенсън

Връзките ми не  
ме определят  
каква съм  
като човек

Кажу  
НЕ на  
шефа си

НАПРАВИ ГО  
КАТЕГОРИЧНО,  
МОМИЧЕ!

МИСЛИШ СИ,  
ЧЕ СВЕТЪТ  
Е МЪЖКИ?

Запознай се  
с жените зад  
най-влиятелните  
политици



9 771312 354604

COSMOPOLITAN

# Ноември

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## ОТ КОРИЦАТА

**30** Cosmo идеи  
за красива есен

**44** Кажу  
(категорично)  
НЕ на шефа си

**56** Ашли Бенсън  
за връзките и  
плановете ѝ

**94** Образът  
му според  
поведението му в  
социалните мрежи

**96** Събирай  
лайкове с помощ  
от науката

**100** Ти ли си  
онази к\*чка със  
секс люлката

**110** Жените заг  
най-влиятелните  
политици

56

## МОДА

Питай модния (34),  
Какво харесахме  
този месец (35),  
Номаг: Между два  
свята (64), Обикни  
отново 60-те  
години (72), Есен,  
здравей с Allison  
Ponthier (80)



### Във всеки брой

- 6 Най-страхотният ноември
- 8 Cosmo чете...
- 10 ...и гледа
- 116 Хороскоп
- 120 Cosmo тест

# 90

## КРАСОТА

Да оставиш сешоара  
настрана или пък не (14),  
Плюсове и минуси при  
използването на продукти  
с киселини (18), Този месец  
се влюбихме в... (20),  
Питай Васи (21), Премини  
в празничен режим (22)

# 110



## И ОЩЕ

Обидната истина (38),  
Васка Бакларова: Как се  
успява по време на криза  
(42), Новите технологични  
методи на обучение (48),  
Фитнес митовете са  
разбити (52), Храните,  
по-вкусни за консумация  
на втория ден (54), Да  
промениш партньора (90),  
Как да почистиш всякакви  
петна след секс (98), Дали  
не вървим към криза с  
нивото на самоубийствата  
(104), Манифестирай, за да  
спечелиш в живота (117)



# КРАСОТА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Списък от ТОП ПРИЧИНИ ДА ИЗПОЛЗВАШ ТЕЧНО ЧЕРВИЛО

ОТ SAMI ROBERTS

1

Вече не ти трябвават три прогукта, кърпички и клечка за зъби, за да изглежда червилото перфектно.

2

Да проверяваш дали червилото ти се е размазало във всяка витрина: вече не е твоят проблем.

3

Едно нанасяне ще издържи по време на обяд и среща.

4

Друг несъществуващ проблем: следи от червило върху чашата.

5

Кичурите от косата ти могат да си хвърчат наведомо си искат, но няма да се залепят върху устата ти.

6

Най-накрая можеш да носиш два цвята едновременно (виж снимката).

7

Следващата ти целувка ще е съвършена.

# ДА ОСТАВИШ СЕШОАРА НАСТРАНА ИЛИ ПЪК НЕ? Това е въпросът

От локдауните, които ти дават правото да си починеш от засуканите прически, до популярния в момента стил „току-що станал от леглото“, изглежда все повече жени се поддават на изкушението да оставят косата да изсъхне сама. Но дали тази тактика наистина заздравява кичурите ти? **Kate Pasola** разказва

**И**мам новини за жените, пристрастени към горещите уреди за оформяне на прическата. Ако не са изпробвали метода за оставяне на косата да изсъхне без помощта на сешоар миналата година, все още имат време да яхнат вълната. Благодарение на знаменитостите (хей, Риана, за теб говорим) и работата от вкъщи, тенденцията продължава да набира сила и последователи. Фактор тук са и многобройните TikTok видеа, които показват как да нахъдриш кичурите си без нагорещени уреди. Лесно е да

придобиеш нагласата и да оставиш косата си на мира.

Като жена с права коса, която вече свикна да работи от комфорта на дивана у дома си, няма как да не презърна идеята. Къпеш се и това е. Кичурите изсъхват *au naturel*, което би трябвало да е супер за здравината и блясъка им. Звучи страхотно!

Ето я истината: бях сигурна, че отказът ми да използвам горещи уреди ще свърши чудеса за прическата ми. Но дали тя стана по-красива? Спряха ли краищата ми да се късат и цъфтят? Категорично не. На какво се дължи неочакваният обрат?

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# ПРЕМИНИ В ПРАЗНИЧЕН РЕЖИМ

Не знам за теб, но екипът на Costo минава на режим „Празници“ веднага след смяната на лятното часово време в края на октомври. А това означава блясък в излишество, ярко червило и тонове добро настроение, които да ни гържат до след Нова Година. Както се чувстваш, така и искаш да изглеждаш! Доказателството е на следващите страници...

СНИМКИ **DAVID GARCIA** @DAVIDGARCIAPIHOTOGRAPHER, [HTTPS://MODELS.COM/PEOPLE/DAVID-GARCIA](https://models.com/people/david-garcia)  
МОДЕЛ **NIKOL** @NIKOLNKLL МОДНА АГЕНЦИЯ **SIGHT MANAGEMENT STUDIO** @SIGHTMANAGEMENT  
ГРИМ И ПРИЧЕСКА **YOLANDA BLANCO** @YOLANDBLASCOS\_MAKEUP  
АСИСТЕНТ ГРИМ И ПРИЧЕСКА **MARINA ROSICH** @MARINAROSICHMAKEUP  
РЕТУШ **VITALINA ONYSHKEVUCH** @RETOUCH\_VITA

Cekcu Cosmo

# МОДА

ТОВА Е ОТКЪС ОТ СПИСАНИЕТО

MARINE SERRE



ECKHAUS LATA



ХЕЙ, ЕТО ГИ СУПЕР КРАСИВИТЕ

## ЕСЕН/ ЗИМА 21/22

ТЕНДЕНЦИИ



1

### ЛЮЛЯК

Остави черната си визия зад гърба, защото пастелите не са само за пролетта. Здравей, цвят! И тъй като този специфичен оттенък има специално ~излъчване ~ можеш да го облечеш навсякъде.



PH5



COURRÈGES



JONATHAN SIMKHAИ

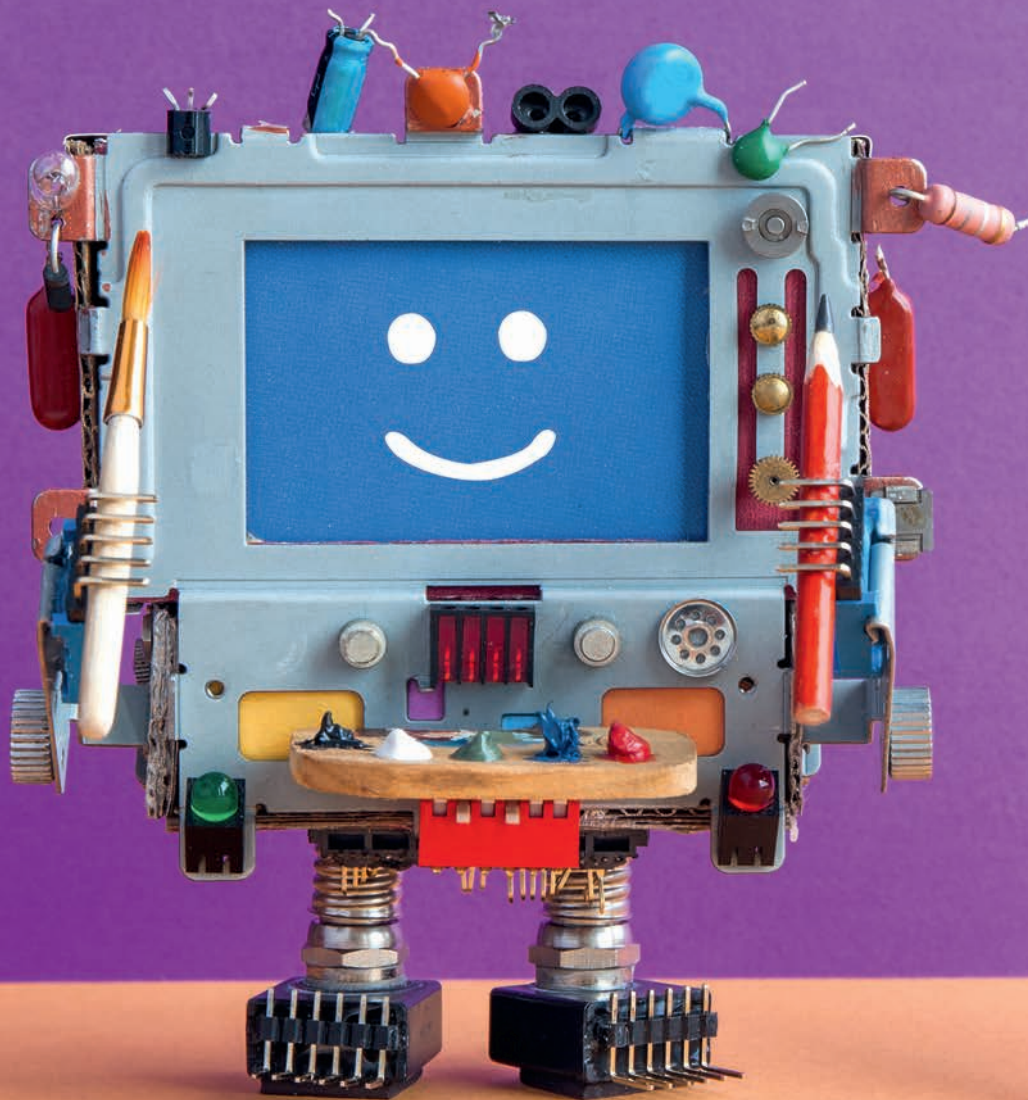
SALVATORE FERRAGAMO



ECKHAUS LATA: BFA; ЗА ECKHAUS LATA: PH5; KUN SEOK LEE; JONATHAN SIMKHAИ; TANYA AND ZHENYA POSTERNAK

# ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



# ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



## Време за есенно почистване

Знаеш какво казват – „Подредена къща, чисто съзнание“. Добре, има много истина в тези думи. Да живееш в разхвърляна къща, означава, че хормонът на стреса, кортизол, може да е с много високи нива.\* А също така, проучване\*\* разкрива, че 61% от хората разтоварват стреса, след като подредят дома си. 54% пък признават, че това дори ги релаксира.



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# „В МОМЕНТА СПОСОБНОСТТА ДА ПРИЕМАШ, Е без

Тя е в шоубизнеса още от петгодишна възраст.  
Но дори Ашли Бенсън има проблеми с известността понякога

ОТ **LOTTIE LUMSDEN** СНИМКИ **RAMONA ROSALES**

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# ценна“



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# НОМАД:

## ЖИВОТ МЕЖДУ ДВА СВЯТА

Дилема на културната идентичност, живот между понякога напълно противоречиви светове, търсене на естетическата си принадлежност и постоянното чувство, че си на път – емоции, близки на всеки, който е имал множество домове, независимо дали по собствен избор, или не. Емоции, които раждат идеята за този разказ, сътворен из улиците на София.

Рокля Vernissage, забрадка, ботуши и обици – архив на стилистите

ФОТОГРАФ **TINA BOYADJEVA** (TINA В ФОТО)  
МОДЕЛ **JULEN CHOLAK** ОТ IVET FASHION  
СТАЙЛИНГ **СЛАВ&ХУБЕН** КОСА И ГРИМ **СЛАВ**

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

обикни ги

60-те...

отново

Качваме се на машината на времето,  
за да отлетим към 60-те,  
когато всичко беше цветно, секси,  
по момичешки свежо и бунтарско

ФОТОГРАФ **MARINA TESTINO**

АСИСТЕНТ НА ФОТОГРАФА **JORGE ORTIZ**

МОДЕЛ **INMA LOPEZ** КОСА И ГРИМ **MARIETA NOGUERAS**



## Всички запознанства ли са астро?

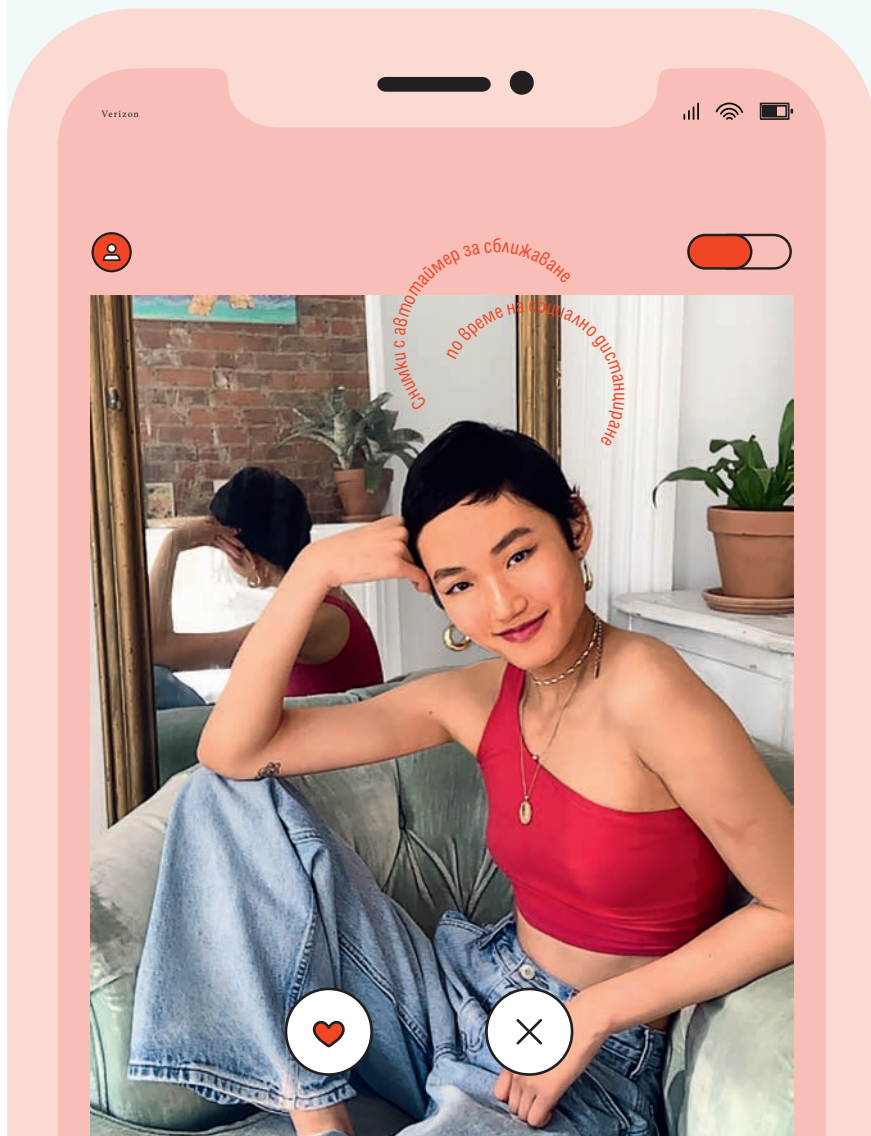
Може ли твоето „съвпадение“ с половинката да бъде предречено от звездите? Според Vumble поне милион британски потребители са си сложили зодиакален бадж в профилите само за 6 месеца през миналата година. Което означава, че много хора вярват, че астрологията може да им помогне да си намерят половинката. Астро запознанствата могат да ни помогнат да открием хора, с които сме духовно свързани, казва астрологът Кери Уард. Само че приеми думите ѝ с малко уговорки.

„Някои зодиакални знаци са по-способни да разчупят обстановката от други“, казва тя. И все пак, разчитането на звездните знаци никога не било толкова забавно...

# Как да получиш повече лайкове, благодарение на науката

Или как да впечатлиш алгоритъма в приложенията за запознанства

ОТ JILL HAMILTON



## Ето каква е истината:

Очевиден е фактът, че повечето лайкове, които правим и получаваме в приложенията за запознанства, са базирани на физическо привличане. Това означава, че ако видиш в някого потенциал да се забиее, а и той го види в теб, мачването ви е в кърпа вързано. Е, приятели мои, аз съм тук, за да ви кажа, че това не е напълно вярно – поне според Sparr, фотографска платформа, която е създала и изкуствен интелект за анализирани на профилни снимки. Факторите, които влияят на това колко пъти снимката ти ще бъде „суайпната“, имат повече общо с това как е направена, отколкото с това как изглеждаш.

На практика това значи, че можеш да качиш една купчина почти еднакви профилни



Горещ и тежък = добър за секс по обед, но не и за чаршафите ти

ИЗКЛЮЧИТЕЛНО  
ВАЖНА СЕКРЕТНА  
ИНФОРМАЦИЯ,  
ОТ КОЯТО НЕ  
СИ ПОДОЗИРАЛА,  
ЧЕ СЕ НУЖДАЕШ:



# Как га почистиш всякакви петна след секс

Откъсни този лист,  
пъхни го под матрака  
си и се консултирај  
с написаното при  
спешност

ОТ CARINA HSEH

**#LIFE**

**ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО**





☆☆☆

## Юху, сезонът на тиквите е!

Плодовият зеленчук – да, така се води, е идеалният вариант да отпразнуваш призрачния празничен ден Хелоуин, без да хвърляш куп пари за костюм, който после няма да ползваш (оставаше и да е обратното!). Е, в последните години ставаме все по-хитри, така че едва ли ще се хванем в този капан. Не и сега. И ако през 2019 хората, които правеха фенери от тикви, бяха единици, то през 2020 броят им се увеличи драстично (сегащ се защо). Предположението ти за 2021?

# Дали не вървим към криза с нивото на самоубийствата?



Броят на самоубийствата сред жените бавно се покачва. Какво говори това за бъдещето ни, като имаме предвид на какво огромно напрежение е подложено психичното ни здраве в днешните времена? **Катриона Инес** се среща с онези на предната фронтова линия, за да открие отговора

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

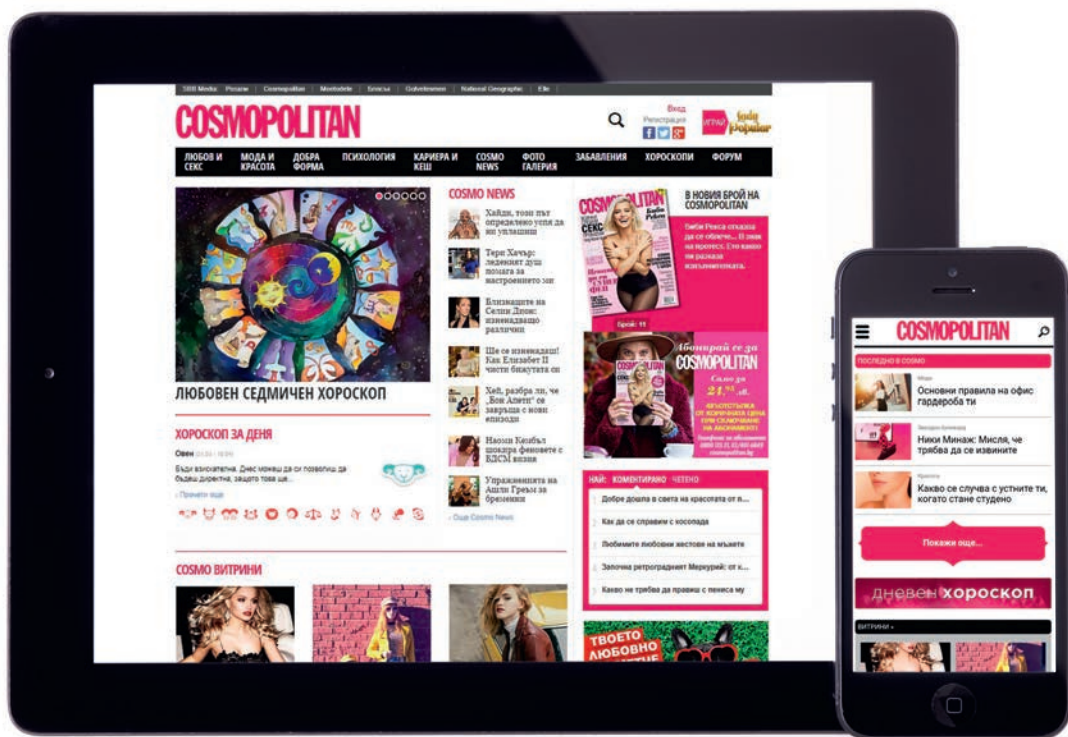
# ЖЕНИТЕ тайно УПРАВЛЯВАТ ДЪРЖАВАТА

Те са мозъкът, стоящ зад най-силните политици, които познаваме. Но жените съветници от района Уестминстър, Англия (където има редица правителствени служби), прекарват дните си в балон от мизогиния и елитарност. Какво повече можем да научим за техния свят, разследва **Tara Jane O'Reilly**

ДОПЪЛНИТЕЛЕН ОТЧЕТ **CYAN TURAN**    ФОТОГРАФИИ **LEO ACKER**

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Ане сме COSMOPOLITAN



БЪДИ С НАС И ONLINE НА:

# WWW.COSMOPOLITAN.BG

НАВСЯКЪДЕ ЗАЕДНО С ТЕБ! ПОСЛЕДВАЙ НИ В:

cosmopolitanbulgaria



Cosmopolitan Bulgaria