

МАРТ 2019

COSMOPOLITAN

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

СЕКСИ ДИЕТА

ОТСЛАБВАЙ,
ДОКАТО
ПРАВИШ
ЛЮБОВ

Тини Стоесел

МОМИЧЕТО
СЕ ПРЕВЪРНА
В ЖЕНА

Спри да се тревожиш за глупости

Готова ли си
да спечелиш
тази битка?

Хей, искаш ли да се оженим?

Какво се случи
с добрия стар брак

КОЛКО
ЧАСА
ТИ ТРЯБВАТ,
ЗА ДА СИ
НАМЕРИШ
РОКЛЯ ПО
МЯРКА

Сайтът за изневери е хакнат

Милиони
Връзки са
застрашени

ISSN 1312-3548 03
9 771312 354556
cosmopolitan.bg

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

COSMOPOLITAN

Магнет



ОТ КОРИЦАТА

20 Хайтек красота

Козметичните процедури на бъдещето

38 Соло

пътешествия с ограничен бюджет

35 дни в Азия за 2 023 лева

48 Секси гуета

Отслабвай докато правиш любов

54 Тини Стоесел

Момичето се превърна в жена

86 Хей, искаш ли да се оженим?

Какво се случи с добрия стар брак

100 Колко часа ти

трябват, за да си намериш рокля по мярка

106 Сайтът

за изневери е хакнат

Милиони връзки са застрашени

112 Спи да се

превожиш за глупости

Готова ли си да спечелиш тази битка

70

МОДА

Очаровай го със стил (27), Хей, как да нося груби маратонки (32), Какво харесахме този месец (34), Питай Мира (35), Неделен следобед (58), Труд в града (70)

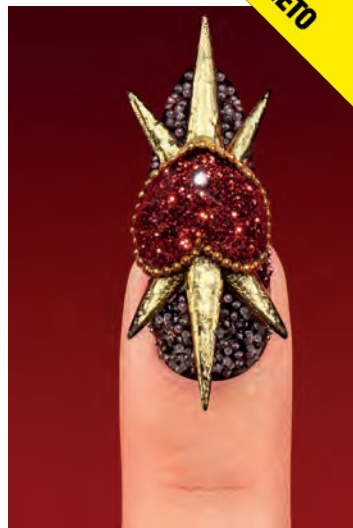
60



Във всеки брой

- 6 Най-страхотният януари
- 116 Хороскоп
- 119 Шопинг информация
- 120 Cosmo тест

106



КРАСОТА

Балсами за душата... добре де, за косата (16), Този месец се влюбихме в... (18), Възходът на „уикенд ноктите“ (19), Питай Васи (20), Красиви селки (21), Как използвах грима вместо лекарство (78)



И ОЩЕ

Как да се храниш вегански (44), Когато гинекологът ти е насилник (46), Здравни новини (50), Нови начини да си хванеш гардже (92), Мъжелогия (96), Колко истински са приятелствата ти в Instagram (114)

94



Най-страхотният март



Събуждай се с по-мека кожа

Нощната терапия със силата на маракуя и нежни ексфолиращи киселини Good In Bed Passionfruit Skin Softening Cream на Glamglow ще ти помогне.

Шприц за най-женския месец „Червена боровинка“

- 20 мл сироп червена боровинка
 - 40 мл газирано вино
 - 30 мл Аперол
 - Газирана вода
 - Резенчета портокал
- Сипи виното, сиропа и Аперола във висока чаша, разбъркай, досипи газираната вода и украси с резенчета портокал.

Спирала **ControlledChaos MaskaraInk** на Shiseido



Оцвети деня си

Ако не си фен на твърде дръзките цветове при сенките за очи, заложи на цветната спирала – супер актуално предложение за топлият ден.

КРАСОТА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

БИЖУ НА ПОКАЗ

След като повече от година отсъства от основните бюти тенденции, изкуственият маникюр прави завръщане. Говорим за нокти, достойни да заемат местата си като произведения на изкуството в музеи. Любимите ни дизайни от модните дефилета за пролет-лято 2019-а? Кичур коса, обрамчен от ситни мъниста (намигване към бижутата от Викторианската епоха) или върхновенният от филмите на „Дисни“ маникюр с шипове, който би подходжал на Господарката на злото (показан на снимката). Дори да не се спреш на толкова екстравагантни варианти, няма да сгрешеш с украсата на ноктите – тя е още едно извинение да пропуснеш миенето на чиниите.



Сексу Cosmo

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

МОДА

ОЧАРОВАЙ ГО СЪС СТИЛ!

Предстои ти любовна среща? Моделът и моден инфлуенсър Оливия Кулпо показва как да се облечеш, за да спечелиш сърцето му!

ОТ RACHEL TORGERSON
ФОТОГРАФ ALLIE HOLLOWAY
МОДЕН РЕДАКТОР TIFFANY REID

Блейзър Express x Olivia Culpo
Топ и пола Jay Godfrey
Сандали Alessandra Rich
Обици Ryan Storer

ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



Направи го даже по-мързеливо

Тези вегански храни ще добавят вкус и полезни вещества към храната ти без да си мръднеш малкия пръст.

Конопени семена

Тези семена са пълни с протеини и здравословни мазнини. Поръсвай с тях абсолютно всичко. От смутитата до салатите.

Кашу пармезан

Този сорт кашу в добавка към мая има вкус на истински пармезан.

Ядки с шоколад

Към каквото и да е микс от сурови ядки и сушени плодове добави натрошени парчета черен шоколад. Разбъркай и готово!

Замразени зеленчуци

Полезни са точно толкова, колкото и пресните, с разликата, че могат винаги да са ти под ръка, а и срокът им на годност е около 10 месеца. Задуш ги в растителна мазнина за минути и добави ядки, ако предпочиташ.

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

ФОТОГРАФ **OLGA RUBIO DALMAU**
СТАЙЛИНГ **LAIA GOMEZ**
ГРИМ И КОСА **MARTA SAEZ**
@ **MOROCCANOIL**
АСИСТЕНТ ФОТОГРАФИ **SERGI**
RADIAL И **ERIC BLONDE**
АСИСТЕНТ СТИЛИСТ
ALEJANDRA CARUSO
МОДЕЛ **FRANCISCKA GALL**
@ **MAD MODELS**

Барета **Muhlbauer**
Обици **CHANEL**
Сако **VIVETTA**
Панталон **VIVETTA**
Обувки **CUPLE**

ТУИД В ГРАДА

Каре, пепит, туид... добавят елегантен и изискан щрих на всяка визия. Модерните градски момичета не могат без тях!

И Други Неща

ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



НАПИШИ ЛЮБОВНАТА СИ ИСТОРИЯ

Дали ще живееш сама, или неистово ще си търсиш гадже – е въпрос на предпочитание. На твоеето! И въпреки че според приятелките ти и двете положения влизат в определението за дефиниция за лудост, бъди отворена за нови идеи и стратегии, за да напишеш с най-красивите думи собствената си история на любовта.

#LIFE



КРИТИЧНА ТОЧКА

Намираме се на технологичен кръстопът. В едната посока ни очаква още от същото: безкраен низ от изскачащи известия и още платформи за съобщения, които са ни до болка познати. А в другата? Услуги, ограничаващи силата на електронните ни устройства. Instagram например има нова функция, която ти позволява да сложиш дневен лимит за използване на социалната мрежа. Или смартфон приложението Moment – то следи колко време си стоял пред монитора през последните 24 часа и ти дава „награди“, ако оставяш телефона настрана от време на време. Огледай се, послушай се. По кой от двата пътя ще поемеш?