

АПРИЛ 2017

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## МРЪСНИ СЕКС

### ПРИЗНАНИЯ

МОМИЧЕТА ОТ  
ПОРНО КАМЕРИ  
СПОДЕЛЯТ

## Snapchat ЕФЕКТ

Използвай грим,  
Вместо филтър

## ВАКАНЦИЯ ПО НИКОЕ ВРЕМЕ

КАЖИ „ЧАО“  
НА РАБОТАТА  
И ШЕФА СИ

## ГАСТРО ДРАМА

9 ХРАНИ ЗА  
ПОДУТ КОРЕМ

Добре дошла  
в COSMO  
Будуара!

## ПРОЛЕТНА МОДА

стр. 74

## Ариана Гранде

ВСИЧКИ Я  
ПОЗНАВАТ!

## #НОВИЯТ ЛЮБОВЕН ТРИЪГЪЛНИК

ТИ, ТОЙ  
СМАРТФОН +  
(моля, третият  
да напусне!)



# COSMOPOLITAN април

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## ОТ КОРИЦАТА

**59** Ариана Гранде –  
Всички я познават!

**110** Мръсни секс  
признания – Момичета  
от порно камери споделят

**12** Snapchat Ефект –  
Използвай грим, вместо  
филтър

**106** Ваканция по никое  
време – Кажу „чао“ на  
работата и шефа си

**48** Гастро драма –  
9 храни за подут корем

**94** #Новият любовен  
триъгълник –  
ти, той + смартфон  
(третият да напусне  
стаята!)

# 59



# МОДА

Да го направим (23), Какво харесахме този месец (28), Модна инвестиция (29), Питай Мира (30), Високо в небето (65), Бугоар (74),



# КРАСОТА

Красиви сделки (13), Силата на ухапването (14), Този месец се влюбихме в... (17), Питай Василена (18), Водени от слънцето (20), Запази сезона с тези двойки (82)



## Във всеки брой

- 4 Идеи за месеца
- 116 Хороскоп
- 118 Шопинг информация
- 120 Cosmo тест

# 100



# И ОЩЕ

Не откачай! (33), Открадни си време само за теб (38), Яж хранителни отпадъци (47), Запази храната (49), И какво, ако е дошъл моментът за аборт? (52), Напляскай го с финес! (89), Секс позите (99), Научи го да те задоволява (100)

# 105

# Най-страхотният атриц

Всички  
хубави неща,  
които да  
направиш  
този месец

Мини на цветни  
слънчеви очила,  
които да са в тон с  
пролетното време.

Очила H&M

Гривна Swatch

Колие Swatch

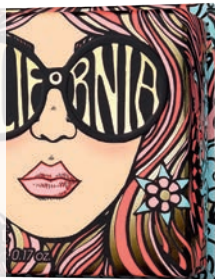


Не си губи  
времето по  
спирките

и не се чуди кой  
автобус или тролей  
да хванеш, а използвавай  
телефона си и moveit.

## Пипни слънцето

„Слънце в кутийка“ – само така бихме оприличили златисторозовия руж GALifornia на Benefit. Винтидж рисунка на опаковката е вдъхновена от сърфистките в Калифорния и те карат да мечтаеш за морските вълни и жарките лъчи.



# КРАСОТА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



# SNAPCHAT

Има причина защо Snapchat филтрите те карат да се чувстваш невероятно: добавените ефекти изглаждат тона и правят очите и устните ти да изпъкнат. Претвори твоят магическо и разкрасяващо действие с лесни трикове.

*ефекти*

Сексу Cos

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# ДА ГО НАПРАВИМ!

ЗАЕДНО С ТЕБ ЩЕ  
СЕ ПОИЗПОТИМ В  
ИМЕТО НА МИСИЯ  
„ИДЕАЛНО ТЯЛО“,  
НО ПРЕДИ ТОВА  
СМЕ СЕ ПОГРИЖИЛИ  
ЗА ПЕРФЕКТНАТА  
ТИ ВИЗИЯ ДОРИ,  
КОГАТО СПОРТУВАШ!  
ЗАХВЪРЛИ СТАРАТА  
СИ ТЕНИСКА И БЪДИ  
НАЙ-ЯКАТА МАЦКА  
ВЪВ ФИТНЕСА СЪС  
СЕКСИ БЮСТИЕТА,  
ВТАЛЕНИ КЛИНОВЕ И  
ЯРКИ ЦВЕТОВЕ.

Яке adidas Neo  
Спортен  
сутиен Koche  
Шорти Danskin  
Маратонки  
New Balance

ФОТОГРАФИИ TURE LILLEGRAVEN  
МОДЕН РЕДАКТОР ADAM MANSUROGLU



# ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Ревът, сополите, сълзите, обилното потене, изчервяването като догмат, викането на енергиите... малка част от забранения списък на неща, които да не правиш в офиса пред колегите. Попитяхме експерти за помощ как да спреш да показваш колко си емоционално нестабилна пред избрана публика.

**НЕ**  
**откачай!**



# ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



## ЯЖ ХРАНИТЕЛНИ ОТПАДЪЦИ!

**Колкото и да ти се вижда и гнусно, и странно, истината е, че хранителните отпадъци, най-вече обелките, са изключително полезни.**

**Да, знаем, че има нитрати там, но пък и не само там.**

Обелките на citrusите съдържат два пъти повече витамин С от вътрешността им, както и витамин В6, калций, калий и магнезий. Те са истинско находище на фибри, витамини и флавоноиди. По неофициални данни активното химично вещество (D-лимонен), съдържащо се в корите на тези citrusи, допринася за облекчаване на стомашните киселини и лошото храносмилане. Добрата концентрация на витамин С помага за подсилване на имунната система и за предотвратяване на респираторни инфекции. Освен това, екстрактът от обелките може да се използва в качеството си на антибактериален овлажнител, като средство против насекоми и дори за почистване на кухненските съдове от мазнини. Намира приложение и за избелване на зъби. Пектинът и влакната в белия слой под кората може да помогнат за овладяване на апетита и да потиснат глада за около 4 часа.

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Много си пагаме по Ариана

ПРЕДИ ДА ТРЪГНЕ НА  
СВОЕТО СЕКСИ СВЕТОВНО  
ТУРНЕ DANGEROUS WOMAN,  
МЕГАЗВЕЗДАТА **АРИАНА**  
**ГРАНДЕ** СЕ СРЕЩНА С COSMO  
ЗА ИНТИМНО ИНТЕРВЮ, В  
КОЕТО НИЩО НЕ Е ТАБУ.

Какво е секси за  
**април**

И Други Неща

# ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Напляскай го с финес!

Игри на съзнанието, предизвикателства от разстояние и влудяващи умствени препятствия са огромна част от преживяването за някои хора. Садо-мазото е много повече от белезници, болка и камшици. Контролът и подчинението могат да бъдат забавни и възбуждащи, без да са включени „играчки“. Но може и да е опасно занимание, което крие реални рискове. Запомни, че безопасността е на първо място, след това е удоволствието.



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

#LIFE

## ВАКАНЦИЯ ПО НИКОЕ ВРЕМЕ

Неочакваната ваканция действа изключително добре на организма ти. Още повече ако отидеш на някое място, на което никога не си била, и е минимум на 4000 км от твоеото местоживеене.

