

ЮНИ 2020

COSMOPOLITAN

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

За още свежи идеи
cosmopolitan.bg

Най-голямата
СЕКС

измама
на века
ДА СПИШ
С НАРЦИС

СПЕЦИАЛНО
ЗА ТЕБ

101
модни
и beauty
находки

Почивай
като
ЗВЕЗДА
на половин
цена

Ледников
период в
любовта

Осмеляваш ли се
да запалиш огъня

ЛАЙКОВЕТЕ ТИ
В INSTAGRAM
ТЕ РАЗКРИВАТ

Нищо не харесваш?
Ти нямаш сърце

САРА
ХАЙЛАНД

НАПРАВИ ВСИЧКО,
КОЕТО И КАЗАХМЕ
ДА НЕ ПРАВИ. И ПОПИТА:
„Е, КАКВО ОТ ТОВА?“

ISSN 1312-3548



9 771312 354884

1 COSMOPOLITAN ЮНИ

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

ОТ КОРИЦАТА

36 Лайковете
ми в Insta
говорят за теб

50 Сара Хайланд –
Крайт на една ера.
Началото на нова

84 Най-голямата
секс измама
на века

88 Ледников
период в любовта

108 Почивай
като звезда
на 1/2 цена

58

МОДА

Твоят дневник с екстра идеи (20), Актуалните бански за сезона за всеки тип тяло (24), Какво харесахме (26), Питай Cosmo (27), Нежна в градската джунгла (58), Безбрежно синьо (68)

68



Във всеки брой

4 Най-страхотният юни
114 Хороскоп
119 Шопинг информация
120 Cosmo тест

96



И ОЩЕ

Дай перфектното интервю за работа (30), Ще изкараш ли ден без телефон (35), Всички ли са ти яросани, или има нещо друго (37), Витамините: за и против (40), Още една порция сладолед, моля! (42), Как да се храниш, когато... (44), Непреодолимата пречка в любовта (92), Той е страшен тип. Но какъв? (94), Безразлична ли си му, или така ти се струва (96), Пълна суша на любовния континент (102), Разчисти боклука (115), Защити дома си (116), Зареди с положителни емоции твоеят място (118)



КРАСОТА

Разчисти козметичния си несесер (9), Премахни лицевото окосмяване (12), Този месец се влюбихме в (16), Питай Васи (17), Овладей идеалните грим-техники с Becky G (76)

42



Най-страхотният Юни

**Всички
хубави неща,
до които да
се докоснеш
през този
месец**

Чанта H&M

Плетено безврешие

Всички погледи ще
бъдат насочени към
теб... и към тази
сладка плетена чанта.

**Само домашният
студен чай ще ти
помогне да влезеш
в работен ритъм
и форма. И нека
да е без захар,
нали?**

Чехли Marc Cain

Стани прекрасно Burberry момиче

Безрижно естествен, както е
типично за всяко Burberry момиче,
ароматът Her London Dream черпи
живот от свободата на мъгливите
лондонски дни. Светъл и интригуващ,
той е превъплъщение на лежерното
и младежко усещане за стил.

BURBERRY

КРАСОТА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Умоляваме те, не изпирай четките си за грим!



ДА ПОЧИСТИМ НЕСЕСЕРА ТИ ЗА ГРИМ

Пълна бъркотия сред разкрсяващите ти продукти? Съчувстваме ти, при нас е същото. Има няколко неща, с които да се захванем незабавно...

Cekcu Cosmo

МОДА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



ТЕКСТ: AMY BANNERMAN. ФОТОГРАФ: LOUISA PARRY. БЛАГОДАРНОСТИ: НА SIGNALUREBRICKS.COM

СПИСЪК С ЖЕЛАНИЯ

Всяка от вас трябва да има поне една шанка с Burberry принт. Да, той е бил свойствен на грубите момчета и на водещата Даниела Уестбрук, но днес нещата стоят различно. Затова инвестирай и влез в играта.

Облечи бяла нежна рокля и се разходи из града, или в парка.

Шанка Burberry в Mytheresa.com.

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

С избора си на бански можеш да подчертаеш достоинства и да скриеш недостатъците си

„Цветовата палитра на сезона е подчинена на същата идея като стилистичните решения – да превърнем ваканцията си в незабравим празник. Ослепителното синьо във всичките му нюанси, дует от синьо и бяло, морски щампи, анималистичен принт, слънчевите цветове – оранжево и жълто, и дори черното – са особено актуални това лято“

Банските на лято 2020 за всеки тип тяло

Традиционно плажната Седмица на модата в Майами определи героите на лято 2020. Щастливи сме да ти споделим, че те изпъкват с елегантност и стил

ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



Презърни Врага си (FYI: Имаме предвид работата)

Според последни изследвания на Totaljobs 60% от нас работят в офис Немезида. И макар той да е леко неудобно място за пиене на разпускащи напитки, всъщност може да те подпомогне кариерно в дългосрочен план. Проучване* на бегачи установи, че те са по-бързи в състезания, в които участват добри съперници, тъй като са мотивирани да победят. Както обяснява психологът Сам Самърс**: „Да имаме качествен опонент, ни кара да копнеем повече за победа и да включим и неподозирани резерви, за да постигнем целта.“ Приложи това ново знание в работата и ще ни благодариш, когато те повишат.

ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



Кажи СТОП на безпокойството

Сложи прът в колелата на стреса. Или поне мъничка игла. Според изследване древната китайска терапия с игли намалява нивата на протеина, свързан с хроничния стрес. Ръководителят на изследването – г-р Ладан Ешкешвари от Университета в Джорджтаун, САЩ, дори доказва този факт. Но ако не си фен на иглите, заложи на физическа активност, медитация, писане, чай от успокояващи билки, вършене на дейности, които те правят щастлива... Усмихни се!

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Кулинарен COSMO 2иd



Настъпни краят на една ера.



И какво от това?

Сара Хайланд покори всички върхове – постигна професионален успех (*Модерно семейство* – някой да не е чувал за този сериал?), намери любовта (хора, тя ще се жени за любимеца на феновете от ТВ шоуто *The Bachelorette*) и се научи да обича себе си (и до тази тема ще стигнем!).

А всъщност сега, няколко месеца преди 30-ия ѝ рожден ден, нещата за нея тепърва започват да вървят още по-нагоре

ОТ HELIN JUNG СТИЛИСТ CASSIE ANDERSON ФОТОГРАФ KERRY HALLIHAN

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Нежна в градската джунгла

За любовта. За тъгата. За щастието. За страстта.
За жената и нейните чувства. За живота. За всичко,
което съпътства модерната жена в големия град.

ФОТОГРАФ OLGA RUBIO DALMAU СТИЛИСТ ELISABETH MERINO

Сливването отново е модерно

Певицата, композитор и повелител на идеалните грим-техники
(само погледни Instagram-а ѝ) Becky G показва как да яхнеш
тенденцията за координиране на цветовете

РЕДАКТОР МОДА CASSIE ANDERSON
СНИМКИ JENN COLLINS

И Други Неща

ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Не позволявай любовта да си отиге

Знаеш ли, че хората между 20 и 30 години правят секс средно по 112 пъти в годината. Тези между 30 и 40 години – по 86 пъти на 12 месеца, а между 40 и 50 години се отдават на страстта около 69 пъти годишно. Но да поддържаш отношения без секс (не са малко и тези двойки), е сигурният път към разрушаване на любовта. Ние те каним обаче да тръгнеш по другия: решенията са на следващите страници.



ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

А НЯКОГА
ЧЕТАХМЕ ЗАЕДНО
КАМА СУТРА

Изгасна ли огънят?

Любовен ЛАБИРИНТ

Ти и твоят любим ще оцелеете ли по пътя на любовта? Разходи се из нашия любовен лабиринт, за да разбереш дали ще успеете заедно да се измъкнете от него, или това е краят на една любов

ОТ TANISHA LOVE RAMIREZ

**КАКВО ЩЕ НАПРАВИШ
(ИЛИ ПЪК ПО-СКОРО НЕ),
КОГАТО СИ ВЛЮБЕНА**

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



A high-angle, close-up photograph of two women lying on their stomachs on a white tiled pool deck. The woman in the foreground is wearing a pink bikini top and has her legs bent and raised in the air. The woman behind her is wearing a black bikini top. The background is a clear, bright blue swimming pool.

#LIFE

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Бягство от реалността

Да заминеш с приятели на почивка, е яка забава. Това го знаем.

Знаеш го и ти. Но това, което може би не осъзнаваш, че груповите пътувания всъщност са полезни за благополучието ти.

Според проучвания на психолога д-р Уилям Чопик времето, прекарано лице в лице с приятели, е наложително за подобряване на щастието и здравето. Когато си на четири очи с най-добрата си приятелка, можеш да научиш много неща от езика на тялото ѝ.

„Тя също може да вижда твоите емоции и муцунки и да попивате една от друга“, казва той. А къде да почивате като звезди на половин цена, виж на стр. 108