

ЮЛИ 2020

COSMOPOLITAN

За още свежи идеи
cosmopolitan.bg



СЕКС

**ОБИЧАМЕ
ДА Е АДСКИ
ГОРЕЩО**

Показваме как

**Сбогом,
грозни
кецове,
ще се
видим
друг
път**

**СУПЕР
жените
свалят
маските**

ТИ ОТ ТЯХ ЛИ СИ?
(Виж на стр. 30)

Луиза

**В ОЧАКВАНЕ
НА БЕБЕТО**

„Любовта е
за смелите
момичета“

**ЗАЩО
ГРИМЪТ
ТИ „БЯГА“
ПО-БЪРЗО
ОТ ГАДЖЕТО**

**ПРИЕМАШ ЛИ
РАЗЛИЧНИТЕ?**

„Не“ ли чуваме...

**Фитнес
за здрав
мозък**

**Гинекологът:
твоят
любовник**

Правила за
употреба



COSMOPOLITAN Юли

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

ОТ КОРИЦАТА

14 Защо гримът
ти изчезва по-бързо
от ново гадже

25 Сбогом,
грозни кецове

30 Супер жените
свалят маските

40 Фитнес за
здрав мозък

50 Луиза в очакване
на бебето:
„Любовта е за
смелите момичета“

94 Обичаме да е
агски горещо в секса

95 Гинекологът:
твоят любовник

102 Приемаш
ли различните

50



МОДА

Направи чантата си Insta-икона (21), Какво харесахме (24), Хей, как да нося много блясък (26), Питай Cosmo (27), Капчици емоция (60), Енергия от тропика (68)



КРАСОТА

Придобий приказен загар (11), Този месец се влюбихме в (16), Да се разкрасяваш, без да замърсяваш (17), Ето как всички момичета имат дълга коса (18), Питай Васи (19), Назаем от звездите (76)

Във всеки брой

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

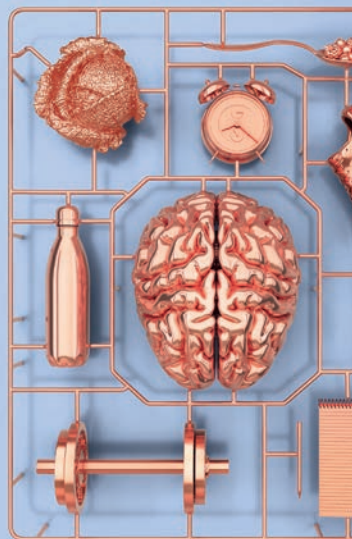
88

40



И ОЩЕ

Как да си търсиш нова работа, докато работиш (35), Време е да пораснеш (36), Бонбони срещу контрацепция (44), Зеленчукова наслада в чиния (48), Отслабвай, правейки любов (86), Това е по-хубаво дори от секса (88), Предварителната игра: Да! Да! Да! (90), Побъркай го от секс (92), Синдромът на токсичния бивш (96), Истории от психо зоната (108), Живей като богаташ (114), Твоят трик за ефектно Insta стори (115), Магията на цветовете (117), Астрологията дава решения (118)



ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Най-страхотният Юли



Стани майстор на ягодовото Дайкири през горещите дни.

За две чаши ти трябваат 80 мл ром,
60 мл лимонов сок, 100 г ягоди, 1 ч.л.
захар. Смеси всичко това в блендера,
а накрая добави натрошен лед.

Чанта
Marc Cain



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



Колан
Marc
Cain

**Подчертай
силуета си
елегантно.
Защо не с
този колан.**

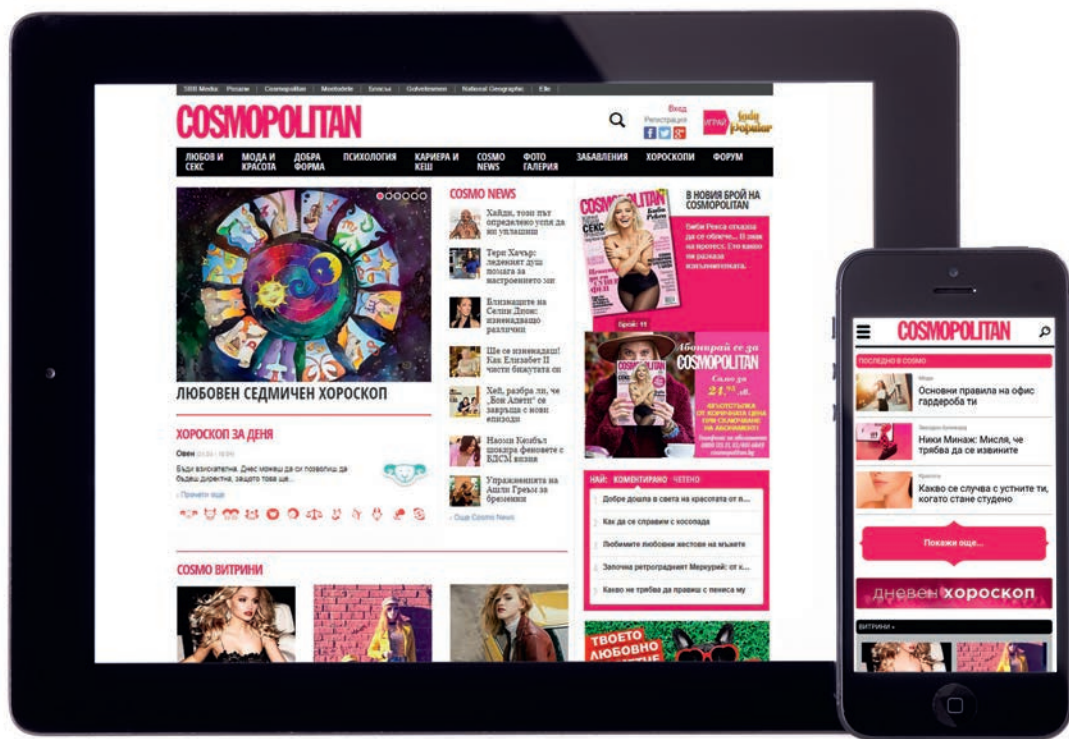
Следвай тренда

Кожата „без
грим“ набира ско-
рост, но това не
значи да спиращ
с грижите за нея.
Застигнат ли те
жегите, довери се
на хладния „кок-
тейл“ от топ със-
тавки, който ще
откриеш в тер-
малния хидрати-
ращ концентрат
Glow Up Water
Essence на Uriage.



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



КРАСОТА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

БРОНЗОВА ЕРА

Как да придобиеш приказен загар, дори без да се излагаш на слънце, прочети на следващата страница (не сме пропуснали и съветите за тези, които предпочитат да се излежават на плажна кърпа)

Cekcu Cosmo

МОДА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Направи следващата си чанта Insta-икона

Тези 11 готини предложения използват съзнанието
ти и засенчват черния тотал лук.

ФОТОГРАФ LAUREN ADRIAN

Странно ли е да си атрактивна с портмоне? Поискай пратениците си

Колкото
по-оригинален е
дизайнът, толкова
повече слава в
социалните мрежи

Stee, 744 долара
stee-atelier.com

ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



Перфектна ли си?

Бързае да отговорим на всички, които си задават този въпрос. Според мъжете (допитането е направено сред 1000 от тях) съвършеното женско създание има лице на холивудската звезда Дженифър Анистън, стегнатото коремче на изпълнителката Шерил, краката на Бионсе, дупето на Пипа Мидълтън и гърдите на Кели Брук.

Но ние от Cosmo имаме друг отговор: „Да, перфектната жена съществува – и това си ти!“ Да, точно ти.

ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО



МИСЪЛА КАТО ОРЪЖИЕ

Предлагаме ти да ни отделиш 10 минути и да прочетеш материала на стр. 40. И преди да си казала: „Голяма работа! Всеки мисли постоянно за успехите си, но някои успяват, а други не“, ще ти споделим, че според експертите по личностно развитие външният свят на човека отразява неговия вътрешен свят. А ние ще ти помогнем да направиш мозъка си по-добър.

ВНИМАНИЕ ОПАСНОСТ!
БОНБОНИТЕ
СРЕЩУ
КОНТРА-
ЦЕПЦИЯТА?

Приемаш противозачатъчни? Имаме добра новина за теб. Да, изненадващо е, но диета, богата на захар, повишава риска от инфаркт с 300% – три пъти повече, в сравнение с пиенето на противозачатъчни. Да, да, знаем, че си чувала за лошата им репутация. Още от дете майка ти ти казваше за проблемите, които създават хапчетата антибебе, приятелките ти се оплакват, дори фитнес инструкторът го потвърди, а във Facebook – прочете страшни истории на препатили. Cосто акцентира върху истинските рискове от хормоналната контрацепция... които са реални, но се случват по-рядко, отколкото си мислиш.

ОТ KELLY MICKLE С ИЛИУСТРАЦИИ НА BEN GOLDSTEIN

ЛУИЗА: ЛЮБОВТА И ПРИЛИЧА

Изкуство ли е любовта? Търсим отговора с актрисата Луиза Григорова-Макариев. Разпитахме я за всичко. По време на изолацията, когато повечето се криеха зад маски, Луиза свали своята пред Cosmopolitan.

ОТ САВИНА ПЕТРОВА
ФОТОГРАФ КОСТАДИН КРЪСТЕВ – КОКО
СТАЙЛИНГ СТАНИМИРА СТЕФАНОВА
ГРИМ МАРИНА МЛАДЕНОВА
КОСА НИКИ ТОНЕВ

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Тениска и пола
Обици Emporio Armani
от Ве По.
Сандали H&M



ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

ЕНЕРГИЯ ОТ ТРОПИКА

РАЗПРЪСНИ РАДОСТТА ОТ ПУНТА КАНА С ТРОПИЧЕСКИ
ШАРКИ ПО ДРЕХИТЕ И С ЯРКИТЕ АКСЕСОАРИ НА ЛЯТОТО

РЕАЛИЗАЦИЯ **DANIELA GUTIERREZ** ФОТОГРАФ **HERVAS & ARCHER**

Раирана риза
Emilio Pucci
Оранжево долнище
на бански **Enfasis**
(от **El Corte Ingles**)
Обици и украшение
на глезена
Barokah Jewels
Розови балеринки
Pretty Ballerinas

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

НАЗАЕМ ОТ ЗВЕЗДИТЕ

За пъстроцветен живот, пълен със свежест и настроение, опитай тези вдъхновени от съзвездията и пропити с пръски от вълшебния Млечен път Визии

ФОТОГРАФ LUIS ALONSO MARTÍNEZ
СТИЛИСТ CHIQUI PEÑA

И Други Неща

ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

Отслабвай с удоволствие

И ти ли смяташ, че между секса и спорта няма никаква разлика (ако не броим удоволствието). Нека проверим колко калории ще изгориш при различни пози в леглото – на стр. 86. След сутрешния крос в парка – си изчисли сама.



Твоите да/не/може би Предварителна игра: грасни клечката

Това е като едно много секси домашно, което обаче, ако го направиш както трябва, накрая вместо шестлица ще получиш оргазъм

ОТ TAYLOR ANDREWS

Ако досега не ти се е случвало да се възбудиш само като гледаш лист хартия, подготви се това да се промени. Считай следващите редове за пътеводител, който ти предлага най-краткия и най-сигурен маршрут, по който да стигнеш до онези секс изживявания, които принципно обичаш, но също и до онези, които тепърва ще заобичаш. Отбележи си своите предпочитания, а после остави „въпросника“ на нощното шкафче на любимия си или, ако искаш да го накараш да се надърви по време на някоя служебна среща, небрежно го пъхни в онази папка с документи, която утре трябва да носи със себе си в офиса.

Повече толерантност не е излишна

Едно проучване на Амилия Ейбрахам ни накара да се замислим „Наистина ли сме достатъчно толерантни към тези, които не са като нас“? Или по-скоро принадлежим към групата „Мразя дискриминацията, но също и чернокожите, хомосексуалистите, бездетните, многодетните...“ След толкова години борба да постигнем мир със себе си и да приемем различията на хората, че оказва, че броят на престъпленията заради непоносимост и омраза се повишава. Защо се случва така?



ТОВА Е
ОТКЪС ОТ
СПИСАНИЕТО

ЧЕСТТА

Има ли я още?

След десетилетия, в които се борихме и постигнахме толкова много за LGBTQ+ общността, изведнъж се оказва, че въпреки успехите, броят на престъпленията от омраза всъщност напоследък се увеличава. Но защо? И по-важното: какво можем да сторим, за да спрем случващото се? Амилия Ейбрахам проучва...

СНИМКИ SARAH BROWN

Истории от психо зоната

Все повече и повече млади хора се озовават в болница, заради проблеми с психичното им здраве. Но как става това и как се чувстват? Три британски жени разговарят по темата с **Дженифър Савин**

ФОТОГРАФ ANTONIO PETRONZIO



2 1/2 МЕСЕЦА