

ДЕКЕМВРИ 2016

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## МОДЕРНИЯТ СЕКС

МНОГОЪГЪЛНИК

(ВСИЧКО ЗА  
ПОЛИАМОРИЯТА)

## АСТРО

НОВОГОДИШЕН  
МАНИКЮР

## МЪЖКА КОНТРАЦЕПЦИЯ

СТРАСТОУБИЕЦ  
ИЛИ РЕШЕНИЕ  
НА ПРОБЛЕМИ

ЗАПОЗНАЙ СЕ  
С „КРАДЛАТА  
НА МЪЖЕ“...

## КОЛЕДЕН ВИНЕН ГИД

## Криса Тийгън

НЕЙНИТЕ  
ЗЛАТНИ ПРАВИЛА  
ЗА УСПЕШЕН  
ЛЮБОВЕН ДУЕТ

Най-желаните  
**COSMO**  
ПОДАРЪЦИ

Дядо Колега  
ще те изненада  
на стр. 40

ДОБРЕ ДОШЛА В  
ЕРАТА НА  
ПОРНО  
ЛИЦАТА

АРМИЯ  
ОТ КЛОНИНГИ  
В СВИРЕПА  
БИТКА ЗА  
#ЛАЙКОВЕ

ISSN 1312-3548 12  
917713121354228  
cosmopolitan.bg

COSMOPOLITAN

# гекошври

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## ОТ КОРИЦАТА

**93** Модерният секс  
многоъгълник (всичко за  
поламорията)

**24** Астро Новогодишен  
маникюр

**64** Мъжка контрацепция  
– страстоубиец или  
решение на проблеми

**98** Запознай се  
„Крадлата на мъже“

**109** Колеген Винен Гиг

**77** Криси Тийгън и  
нейните златни правила  
за успешен любовен дует

**38** Най-желаните Cosmo  
поваръци – Дяго Коледа  
ще те изнаеда на стр.38

**50** Добре дошла в ерата  
на порно лицата – Армия  
от клонинги в свирепа  
битка за #лайкове

82

## МОДА

Минута нежност (31),  
Питай Мира (35),  
Какво харесахме този  
месец (36), В плен на  
нощта (37), Стилна  
опаковка (38), Луда по  
червено (82)



# 31

## Във всеки брой

6 Идеи за месеца  
114 Хороскоп  
117 Шопинг информация  
120 Cosmo тест

# 93



## И ОЩЕ

Селфи защита (49), Речено-  
сторено (54), Спри да се  
тревожиш, ти печелиш (56),  
Не заспивай на работа (58),  
Приятелство в големия  
офиса (60), Запитай се  
колко часа на ден седиш  
(70), 31 начина да ускочиш  
метаболизма си (72),  
Секс поз на месеца (103),  
Неравносътният брак (104),  
Хороскоп (114), Чистница ли  
си или мърла? (120)

# 64



# 17

## КРАСОТА

Грим право в целта (17),  
Този месец се влюбихме в...  
(18), Питай Василена (20),  
Страхотни комплекти до 50  
лв. (22), Астро маникюр (24),  
Бюти трикове (26), Лудешки  
секси обем (85), Празничен  
Гид на Cosmo (40), Послание в  
бутылка (89)



# Най-страхотният ДЕКЕМВРИ



## Прави безо- пасен секс

не само, когато е  
Световният ден  
за борба със СПИН  
на 1 декември.

## Изпий това

### Сангрия с нар

2 чаши студена газирана вода

1 чаша бренди, добре охладено

1 чаша захар

2 бутилки пенливо бяло вино

2 чаши зърна от нар

*Смеси и разбъркай всичко без зър-  
ната от нар, докато захарта се  
разтопи. Пресили в кана, в която  
сложи половината зърна. Дру-  
гата половина сложи в чашилте.  
И лег, разбира се. Много лег.*

# ИДАСОТА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



## ГРИМ: ПРАВО В ЦЕЛТА

Малко умения са по-сложни и рисковани от това да си слагаш грима, докато пътуваш в градския транспорт. Дали няма да изстискаш половината тубичка фон дьо тен върху самото на добре облечения господин? Или ще бръкнеш в окото на жената до теб с четката за спирала? За щастие, козметичните компании разбират неволите ти и създават удобни като формат за приключението „грим по пътя за работа“ фон дьо тени. Lancome, Dior, L'Oreal Paris, Sephora и още много марки се включиха със свои версии на изключително лесните за употреба в движение фон дьо тени с гъбички. Те не се разливат, не цапат и се нанасят за нула време. Съжеляваме, те нямат силата да се справят с непривичните ухания, които се носят сутрин от возещите се в автобуса пътници, но първите малки стъпки към по-комфортното ти съществуване са направени.

Секци Cos

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# МОДА

**ФОТОГРАФ** Ольга

Тупоногова-Волкова; **СТИЛИСТ** Марта

Вандъш; **МАНИКЮР** Лилия Зарупова;

**МОДЕЛ** Екатерина Ткачева (Modusvivendis);

**АСИСТЕНТ СТИЛИСТ** Елизавета

Драгунова; **РЕАЛИЗАЦИЯ** Тамара

Айдемир

Часовници *Nika*

*Изящно  
завъртяна около  
ръката кошката –  
това и е трябва  
на момиче-  
тата с тънки  
китки.*

## Минута НЕЖНОСТ

Време е да  
избягаш от  
шума и суетата  
и да настроиш  
часовника си на  
време за теб и  
най-близките!

ПРАЗНИЧНИЯТ ГИД НА  
**COSMO**

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# Скъпи Дядо Коледа...

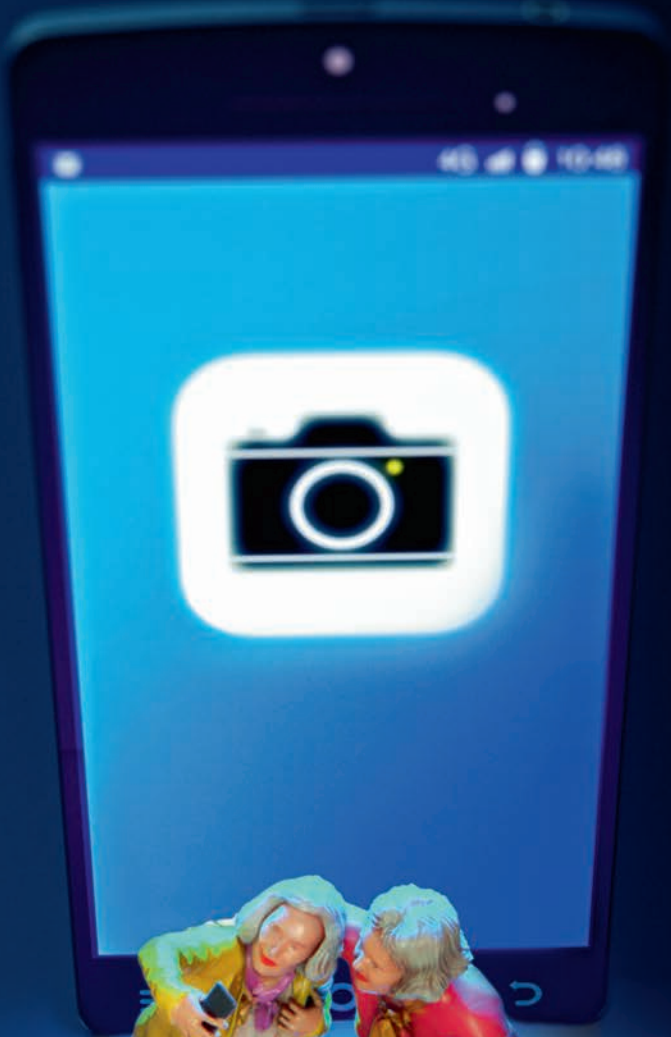
Готини подаръци, с които да  
изненадаш любимите хора... и себе си!

# ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## СЕЛФИ ЗАЩИТА

Следващият път, когато заставаш в съблазнителна поза за поредното селфи, имай предвид това: съвсем възможно е да вредиш на кожата си. Според ново изследване, високоенергийната видима светлина (HEV) – синята светлина, която се излъчва от екрана на смартфона ти – прави тена ти по-сивкав от нависналите оловни облаци навън. Причината е, че електромагнитното поле на телефона променя минералите в кожата, което от своя страна изменя твоеото ДНК. Най-лошата новина? Тъй като модерните хора прекарват около 20 седмици в годината пред екрана на телефона си, това може сериозно да допринесе за старенето на лицето ти. Но преди да захвърлиш мобилното си устройство и да отидеш да живееш в пещера, довери се на козметични продукти, съдържащи антиоксиданти (подобряват възобновителните процеси на кожата). И нека селфитата продължат!



# ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



## АПЛИКАЦИИТЕ: НОВИЯТ ЕЛЕКТРОНЕН „КОНТРАЦЕПТИВ“!

Ясно е, че за предпазване от нежелана бременност има три варианта – употреба на презервативи, на противозачатъчни хапчета или въздържание от секс (хе-хе). Ако обаче си решила да използваш мобилно приложение за контрол над твоя цикъл, то трябва да вкараш данни от месечните си цикли, изпитаните менструални болки и промените в настроението си. Обикновено приложенията изготвят точен портрет на жените въз основа на техните специфични алгоритми, разработени съвместно със специалисти по женски фертилитет.

Според записаните в приложенията математически модели, те показват в кой период е най-ниска и най-висока вероятността от зачеване. Запомни обаче, че приложенията, които проследяват твоя цикъл и неговите закъснения няма как да те предпазят от нежелана бременност на 100%. Ако все пак си решила да се възползваш от електронната „контрацепция“, с едно наум, може да изпробваш: Babymed.com, Clue, MyDays, iPeriod.

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Открий своя нов стил!

НЯМА РИЗА, НЯМА ПРОБЛЕМ.  
ВДЪХНОВИ СЕ ОТ ЗВЕЗДАТА НИ  
ОТ КОРИЦАТА **КРИСИ ТИЙГЪН**,  
ОБЛЕЧЕНА В ИЗИСКАНА ЧЕРВЕНА  
РОКЛЯ. НАЙ-ДОБРИТЕ МОДНИ  
ИДЕИ ЗА ПАРТИТА ИДВАТ С  
ДЕКЕМВРИЙСКИЯ НИ БРОЙ!

Рокля Alexandre  
Vauthier. Обувки  
Nicholas  
Kirkwood.  
Колане Salvatore  
Ferragamo.

Какво е  
секси за

*декември*

И Други Неща

# ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## Трима НЕ е равно на: Навалица!

ЗА НЯКОИ МОНОГАМИЯТА МАЙ ОТДАВНА Е АРХАИЧНА ОТЖИВЕЛИЦА, А ПОЛИГАМИЯТА – ДЕМОДЕ! МОЖЕ БИ ВСЕ ОЩЕ ПРЕДИЗВИКВА АСОЦИАЦИИ С УМОРЕНОТО КЛИШЕ ЗА ХИПИТАТА И СВОБОДНАТА ЛЮБОВ, НО В РЕАЛНОСТТА НА ОНЛАЙН ПРИЛОЖЕНИЯТА ЗА ЗАПОЗНАВАНЕ И ПРОЦЕНТА НА РАЗВОДИТЕ, ДАЛИ ПЪК „ПОЛИАМОРИЯТА“ НЕ Е НОВАТА ЛЮБОВНА СЕКС РЕАЛНОСТ? **DOLLY ALDERTON** ПРЕЦЕНЯВА ДАЛИ Е ПОДХОДЯЩА ЗА НЕЯ.

# COSMO УИКЕНД

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## КОЛЕДЕН ВИНЕН ГИД

ТИ, РАЗБИРА СЕ, ЗНАЕШ, ЧЕ ЧЕРВЕНОТО ВИНО СЕ СЕРВИРА С МЕСО, А БЯЛОТО С РИБА, НО ВЪПРЕКИ ТОВА РЕДИЦИТЕ БУТИЛКИ В МАГАЗИНА ТЕ ОБЪРКВАТ. ПОСЛУШАЙ НАШИТЕ СЪВЕТИ, ЗА ДА ОТКРИЕШ ИСТИНАТА ВЪВ ВИНОТО БУКВАЛНО.