

МАЙ 2015

# COSMOPOLITAN

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

**СЕКС!  
СЕКС!  
СЕКС!**

СЕЗОНЪТ НА  
ГОРЕЩИНТЕ  
ИДВА – И ТОВА  
НИ ХАРЕСВА!

**10**  
НЕЩА,  
КОИТО  
БОГАТИТЕ  
ПРАВЯТ  
ВСЕКИ ДЕН

ГОТОВА  
ЛИ СИ НА  
ВСИЧКО?  
ЕРОТИЧНИ  
ПРОВОКАЦИИ

**MADONNA**

ДУМИТЕ СА ИЗЛИШНИ

НАУЧИ СЕ  
КОГА ДА  
РИСКУВАШ  
И КОГА  
ДА ГО  
ДАВАШ  
ПО-КРОТКО

ISSN 1312-3548 05



9 771312 354341  
cosmopolitan.bg

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# COSMOPOLITAN Маи

**58** Научи се кога да рискуваш и кога да го даваш по-кратко

**62** 10 неща, които богатите правят всеки ден

**66** Madonna – Думите са излишни

**83** Секс! Секс! Секс!  
Сезонът на горещините идва – и това ни харесва!

**88** Еротични предизвикателства  
На абсолютно Всичко ли си готова?

**104** Тяло за милиони: упражненията!

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

## COSMO ШУМ

08 Какво да правиш този месец

## ШОПИНГ

- 17 Разкодирай фестивалното облекло
- 26 Намери своята перфектна комбинация
- 28 Секси предложения за топлите дни
- 30 Еснагрили за настроение
- 32 Пастелни нюанси за вечерни партита
- 34 Дъждовна мода
- 36 Разбери как да си секси в бански, дори да имаш няколко килограма в повече, от Станимира Стефанова, нашият моден редактор

## COSMO КРАСОТА

- 39 Пътеводител за настелни момичета
- 42 Този месец се влюбихме в...
- 44 Бюти находки
- 46 Василена Цанова, козметичният ни редактор, знае всичко



## МОДА И КРАСОТА

76 Завръщане в бъдещето

## ЛЮБОВ, СЕКС И ДРУГИ НЕЩА

- 94 Спри с грешките в любовта
- 98 Мъ-же-ло-гия [наука за чуждите същества от Марс]

## ТВОЕТО ТЯЛО

- 101 Постави ново начало
- 102 Вкус на лято
- 103 Време е за кецове омбре
- 108 Как да се отървеш от венерическите болести

## УИКЕНД

109 7 начина да съхрани-ваш снимките си

най-ново от света на красотата... и точните отговори на въпросите ти

- 48 Тайните на твоите обриви
- 52 Запази млагодостта

## ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА

- 57 Успокой се!
- 64 Правила, които да запомниш, когато отменяш поети ангажменти

## ВЪВ ВСЕКИ БРОЙ

- 06 От редактора
- 114 Хороскоп
- 118 Шопинг информация
- 120 Cosmo тест



ТОВА Е ОТКЪС ОТ СПИСАНИЕТО

От Редактора



„Аз съм твърда, амбициозна и знам точно какво искам. Ако това ме прави кучка, ок“. Тази фраза на Магона за мен може би е квинтесенцията на феминизма. Сигурно не една и две феминистки в момента получават сърдечен удар, но коя, ако не Магона в цялата си, блестяща, провокативна и уникална кариера демонстрира, че да си жена е ако не най-великото, то тогава най-интересно, което може да ти се случи?

Тя до такава степен е повлияла на всички нас, че няма начин да нямаш свой спомен с нейна песен или дори поредица от албуми. Начинът ѝ на обличане и модният ѝ усет е повлиял всички, дори Сара Джесика Паркър, да не говорим музикалната сцена! Спомням си как с приятелки се стараехме да приличаме на нея в училище, включително и с нарисувани с молив за очи бенки над устата (руска не се боядисах само по случайност!); излизането на всеки нейн, тотално различен албум винаги е събитие и разбира се, непрекъснатия начин, по който Магона се „самоизобретява“ и се променя – като хамелеон, като истинска жена...

Светът ни нямаше да е същия, ако Магона не беше част от него и затова месец Май е месецът на М. Решихме и да те провокираме с три различни нейни корици и едно интервю, което обяснява защо е това, което е...

*Detelina*

главен редактор  
detelina@cosmopolitan.bg

# Русо пристрастяване

Имитацията е най-висшата форма на ласкателство и в кралството на попмузиката, Магона вдъхновява всички



Още в началото на кариерата си Риана заяви, че иска да бъде „черната Магона“ и оттогава насам променя имиджа си, не се страхува да бъде скандална и хич не мисли на сцената.



Майли може да е кръщелница на Доли Партън, но не се държи като кънтри певица на сцената вече.

Тейлър Суифт търси вдъхновение в Магона също, макар и не точно в конусовидните сутиени...



...както обича да прави Лейди Гага.

Снимка: ВАСИЛА ГЕРМАНОВ; групи: ВЕСЕЛА КРУШ ЗА BEAUTY ZONE | DOUGLAS; Коса: СЛАВМИЯ АНГЕЛСКА ЗА САЙОН СТЕРНАН ИЗТОК

# 18 неща, които да правиш този месец



## 2 НАИЗУСТИ

песните на Роби Уилямс, преди да отидеш на концерта, на който, очевидно, ще бъдем всички.

## 3 Стани по-умна,

отколкото си. С мобилното приложение duolingo ще научиш френски безплатно. Или шведски.



# 1

## Отбележи

Деня на Труда, като довършиш нещо, което отлагаш отдавна. Погреди си чантата, направи си паеля или мохито (това също е работа, нали?).

## 4 Подари си

българска книга за 24 май. Няма да ти подсказваме, избери сама, българската литература е във (временен) подем.

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Сексу Cosmo

# МОДА



**ХИПИ!**  
ЗАЛОЖИ НА ДИАДЕМА С ЦВЕТА,  
ДЕТАЙЛИ ОТ МАКРАМЕ  
И ЗЕМНИ ТОНОВЕ.



Елек Mango



Панталонки  
Jupona, 43 лв.



Диадема  
Benetton



Сандали H&M,  
99,90 лв.



Ton Marks&Spencer

## РАЗКОДИРАЙ ФЕСТИВАЛНОТО ОБЛЕКЛО

Моделът Амбър Ле Бон ни показва как можеш да влезеш в ролята на фест момиче, без да си профукваш парите за един парти уикенд.

ФОТОГРАФИИ НА AARON RICHTER  
МОДЕН РЕДАКТОР JAMES WORTHINGTON DEMOLET



Чанта Mango

Амбър е с:  
Елек French Connection  
Ton Charlotte Ranson  
Дънки Cheyann Benedict  
Венец от цветя Stone Fox Bride  
Гривна Cleobella  
Одеало Pendleton Woolen Mills

# КРАСОТА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

ОТ LAUREN BALSAMO  
И ВАСИЛЕНА ЦАНОВА

## Пътеводител за ПАСТЕЛНИ МОМИЧЕТА

БЕБЕШКО РОЗОВО И СИНЬО ЗВУЧАТ КАТО НОРМАЛЕН ИЗБОР ЗА УКРАСЯВАНЕ НА НОКТИТЕ... НО КЛЕПАЧИТЕ? ИСТИНСКА БОМБА! ИМА САМО ТРИ НЕЩА, КОИТО ДА СПАЗВАШ, ПРЕДИ ДА СТАНЕШ ВЗРИ-ВООПАСНА СЪБЛАЗНИТЕЛКА, ПРИКРИТА ЗАД УЖ НЕЖНИТЕ ПАСТЕЛНИ ЦВЕТОВЕ.

Палитра чер-  
вила Mia Moretti  
Who's the DJ на  
M.A.C (очаквай  
скоро)

Пълки по челото? Сигурно е виновна любовта ти към слякото.

Ако мечтаеш за чисти бузи, почиствай не само тях, но и телефона си редовно.

# ТАЙНАТА НА ТВОИТЕ ОБРИВИ

Искаш да имаш успокоено, чисто лице, сякаш всеки ден практикуваш дзен изкуството на медитацията? Най-новият път към безупречния тен съчетава медицината на Запада с мъдростта на Изтока.

ОТ GINA WAY

## Чао, акне!

Почистващият гел Purifying Cleansing Foaming от серията за мазна и акнеична кожа Sebium Global на Bioderma нежно отстранява нечистотите. За лице, свободно от пъпки.



ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# ТИ, ВСЕ ПО-ДОБРА



## Успокой се!

Животът далеч не е толкова сложен, колкото ти се струва понякога

### НАМЕРИ СИ СВОЯ ОСТРОВ „ЩАСТИЕ“

Естествено ли ти идва мисълта, че оцеляването на ръба на силите е неотменна част от живота? Приключи с това мислене – не се отнасяй към живота като към предизвикателство – то е привилегия! Успокой се, дишай дълбоко и бъди по-безгрижна. Животът ти е това, което се случва в самата теб – и можеш да го направиш позитивен само ти.

### УТАЖДАЙ СИ ПОВЕЧЕ

Всичко е добре, когато си в супер настроение, но понякога трябва да направиш нещо специално, за да достигнеш до това състояние. Не разчитай на другите да го направят вместо теб. Помни винаги – ти си важна също – така че си отдели време да правиш каквото ти сърце иска. Отиди на масаж – или се пръсни от ядене на пуканки.

### ПРАВИ ФИТНЕС... ПО-МАЛКО

Съвсем правилно прочете. Изостави цялата тази остаряла философия „без болка няма победа“ – така сама си прецакваш цялото удоволствие от физическите упражнения и натоварвания – прави редовни, но умерени упражнения – би трябвало да те накарат да се почувстваш само по-добре и в никакъв случай не по-зле.

Ти, Все По-Добра

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

10

**НЕЩА, КОИТО  
МИЛИОНЕРИТЕ  
ПРАВЯТ  
ВСЕКИ ДЕН**

Психоложката Джуг Милър Бърк попита жени-милионери как са спечелили парите си – защото и ние искаме да знаем.

Ти, Все По-Добра

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

Извинявай,  
изгикна  
нещо.

# ПОКОЛЕНИЕ- ЗАБРАВЛЕНИЕ

Ако анулираш уговорки по своя вина в последната минута, ето как да не изгубиш уважението и приятелките си заради това.

# ГОЛЯМА

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# МОТИВИРАНА НЕР

Фотограф Ellen Von Unwerth  
Стилист В. Akerlund

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# АЗБРАНА ГЕНИМАЛНА

**КОМБИНЕЗОН** Samantha Chang. **СУТМЕН** Stella McCartney. **БИКИНИ, КОЛАН С ЖАРТИЕРИ, ЧО-РАПОГАШНИК** Agent Provocateur. **SHOES** Miu Miu. **МАСКА** Jennifer Behr. **ДАНТЕЛЕНА РЪКАВИЦА** Urstadt Swan. **ОБИЦА** Erickson Beamon. **КОЛИЕ** Собственост на Магона. **ГРИВНИ** DYLANLEX. **БИЖУ НА ДЛАНТА** Colette. **ПРЪСТЕНИ** (лява ръка, показалец), Cristina Ortiz; (пръстен-корона) Lynn Van Jewelry; (дясна ръка показалец, среден и кутур) Lynn Van Jewelry; (безименен) Colette. **КАМ-ЩИК** The Model. Traitor. **КОЛИЕ С ПЕРЛИ** Erickson Beamon. **ОБУВКИ НА ПОДА** Christian Louboutin

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

# #ЗВБ

ЗАВРЪЩАНЕ  
В БЪДЕЩЕТО

НЯКОИ НЕЩА НАИСТИНА  
СА ПО-ХУБАВИ, КОГАТО  
ГИ РАЗГЛЕДАШ ЗА ВТОРИ  
ПЪТ. КАТО СЛЕДВАЩИТЕ  
ТРЕНДОВЕ, КОИТО  
БЯХА АКТУАЛНИ ПРЕДИ  
ГОДИНИ. ПРИБАВЯМЕ КЪМ  
ТАХ НЯКОЛКО МОДЕРНИ  
ХИТРИНКИ И СМЕ ГОТОВИ  
ДА СЕ СПУСНЕМ С ТЕБ В  
МАШИНАТА НА ВРЕМЕТО,  
КОЯТО НИ ВРЪЩА  
ПРАВО... В БЪДЕЩЕТО!

ОТ LAUREN BALSAMO  
ФОТОГРАФ BEN WATTS  
МОДЕН РЕДАКТОР JAMES  
WORTHINGTON DEMOLET

И Други Неща

# ЛЮБОВ, СЕКС

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО

ОТ YEONG SASSALL, LOU CHEUNG И  
ALEXANDRA WHITING

Всяка жена  
има пред-  
почитания,  
задръжки и  
пречки, кога-  
то се стиг-  
не до секса.  
Как да от-  
криеш какви  
са те? Взе-  
ми една хи-  
микалка и...

Отговори на тези въпроси и —

# ИЗЖИВЕИ СТРАХОТЕН СЕКС

*(доста простичко е)*



# Малка ГРЕШКА

Защо понякога се случва така, че има жени, които избират неподходящ мъж, омъжват се за него и го търпят цял живот? За да не се случи това с теб, ето нашите пет лесни правила, които ще ти помогнат да бъдеш щастлива с този, когото обичаш. Защото по-добре сама, отколкото зле придружена, нали?

ОТ ЛОРА ТОДОРОВА

# ТВОЕТО ТЯЛО

ТОВА Е  
ОТКЪС ОТ  
СПИСАНИЕТО



## ПОСТАВИ НОВО НАЧАЛО

Правиш ли нездравословни неща на автопилот? Сложи край на вредните си навици с тези полезни за теб ритуали.

### ЛЯГАШ СИ СЪС СЛУЖЕБНАТА ПОЩА

Да си проверяваш пощата през нощта е най-лошото нещо, което можеш да направиш за себе си. И за работата си. Така се разфокусираш и нито почиваш, нито работиш пълноценно. След 7 вечерта не отваряй служебната поща. Утрото е по-мъдро от вечерта.

### ЯДЕШ ДЕСЕРТ СЛЕД ОБЯДА

Яж сладки, но здравословни неща за десерт към обяда – като мандарина, за да не изпитваш глад за сладко по-късно. Приключи храненето с дъвка, за да сигнализираш, че яденето е приключило.

### НЕ МОЖЕШ ДА СИ ПРЕДСТАВИШ АНАТОМИЯТА НА ГРЕЙ БЕЗ ЧАША ВИНО

За да спиш като къпана, хапни си нещо вкусно, което не натоварва храносмилателната система и си сипи напитка без алкохол. Направи си топло мляко с мед и яж сурови ядки. Или хапни филия пълнозърнест хляб с нискомаслено сирене.

### ПАЗРУВАШ ОНЛАЙН, КОГАТО СИ ОТЕГЧЕНА И ИЗМОРЕНА

Вместо да купуваш онлайн грехи и обувки бързайки, запази ваканция за теб и любимия. Очакването на нещо хубаво – излизане по женски в петък вечер, например – ни прави пощастливи от постигането му, се твърди в ново изследване на Psychological Science.