

**Хватит
ИПОХОНДРИТЬ!**

Болезни, которых на самом деле нет с. 20

**ДИЕТА
анти-
стресс**
с. 22

№21/2017 • 20 мая • Издательский дом «Бурда»

Все краски жизни для тебя!

Лиза®

**РЕАЛЬНАЯ
ИСТОРИЯ**

**Нашу
семью
спас
любовник**
с. 32



Домашняя кухня
Быстро, просто, недорого с. 25



**«ВЕЧНЫЙ МАЛЬЧИШКА»:
как с ним жить?** с. 36

ОТ РОСКАЧЕСТВА

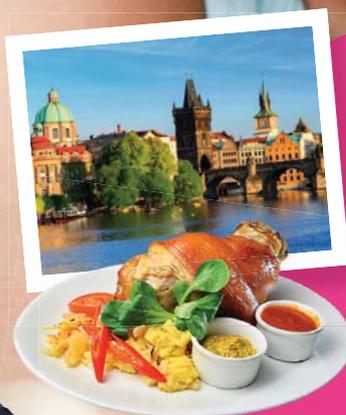
*В курсе
дела*

**Выбираем
колготки**

с. 38



**Сергей
БУРУНОВ:**
«Я помог
Ди Каприо выиграть
«Оскар»!» с. 8



10
лучших
фестивалей
лета

+ Белые ночи в Питере
+ Путеводитель по Праге

**МАМА, ТЫ МЕНЯ
НЕ ПОНИМАЕШЬ!**
Находим общий язык
с подростком с. 34

**АЛЬПИЙСКАЯ
ГОРКА**
+ 2 простые идеи
для дачи с. 42



Дорогая читательница!

Конец мая – какое-то особенно радостное время. Есть стойкое ощущение, что все самое волнительное, беззаботное и непременно приятное – впереди. Может, это чувство обосновалось во мне еще со школьных времен, когда вкус предстоящей свободы пронизывал особенно остро. А может, благодаря наступлению долгожданных теплых дней настроение поднимается вместе с градусами на термометре, совершенно независимо от происходящего вокруг. В общем, выступлю сейчас как «капитан очевидность», друзья: впереди – лето. А это значит, что поводов грустить и нервничать становится все меньше, зато идей и планов, событий и впечатлений – море! Но мы же никуда не спешим, правда? Наслаждаемся!



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
ЖУРНАЛА «ЛИЗА»
Алёна АЛЕКСАНДРОВА

Пиши мне:
glavred-lisa@burda.ru



25

РЕЦЕПТ НЕДЕЛИ
Сочная свиная вырезка «капрезе» с моцареллой

СОБЫТИЯ&ЛЮДИ

- 8 **Интервью.** Сергей Бурунов: «Дадут «Оскар», скажу: «Спасибо, тронут».
- 48 **Такая жизнь.**

МОДА&КРАСОТА

- 10 **Стиль.** Платьяной шкаф.
- 12 **Гардероб.** Группа поддержки.
- 14 **Тренды.** Возьми в свои руки.
- 16 **Практика.** Румяна или бронзер?

ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС

- 20 **Важная тема.** Болезни, которых у тебя нет.
- 22 **Будь в форме.** Диета-антистресс.

КУХНЯ&ДОМ

- 26 **Вкусно и просто.** Бюджетный вариант.
- 28 **Мастер-класс.** Хрустящая курочка.
- 29 **В твою коллекцию рецептов.** Жарим во фритюре.
- 38 **В курсе дела.** Как выбрать колготки.
- 40 **Интерьер.** С новым стилем!
- 42 **Дача.** Ландшафтные преобразования.

ВСЕГДА НА СВЯЗИ

Обсуждаем ВКонтакте рубрику «Мода» из №18/19

Наталья Смирнова:

Образ «На прогулку» самый удачный. «Выход в свет» хороший тоже, но я бы чуть-чуть подругому Елену одела. Слишком пестрый принт. Но, безусловно, девушке он идет!))

Александра Горбунова:

Мне больше всего образ «На прогулку» понравился))

Кузнецов Петр:

Цветочный принт вообще прелесть во всех проявлениях ♥



Настя Сумарина:

Мне всегда казалось, что цветочный принт – ох какой коварный. Иногда расцветка такая красивая и яркая, что сама женщина в этой «клубе» теряется. Да и вообще, залюбовавшись на ткань, можно купить то, что тебе не очень-то и к лицу. Хотя у вас преобразование удачное – девушке очень идет. Даже захотелось самой попробовать в цветочки нарядиться.



44

ГОСТЕПРИИМНАЯ ПРАГА

Краткий гид по прекрасной чешской столице

ПСИХОЛОГИЯ&СЕМЬЯ

- 32 **Реальная история.** Спасти семью помог любовник?
- 34 **Дети.** Мама, ты меня не понимаешь!
- 36 **Отношения.** Взрослые мальчишки.

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

- 6 **Развлечения.** 10 летних фестивалей.
- 24 **Сканворд** и анекдоты.
- 43 **Судоку.**
- 46 **Моя страна.** Питер по карману.
- 50 **Гороскоп.**

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



СКОРО ОТПУСК
Планируем интересный и экономичный отдых на море



НА ШАШЛЫКИ
Жарим мясо, курицу, сосиски и даже грибы



ИНТЕРВЬЮ
У нас в гостях актриса Елена Ксенофонтова



10 летних фестивалей

Сидеть летом дома – не наш вариант. Тем более когда вокруг столько интересных фестивалей и праздников. Куда же отправиться всей семьей?

ПРАЗДНИК ОГУРЦА **Суздаль** 15 июля

В Музее деревянного зодчества уже который год подряд проходит Праздник огурца. Приятный вкус и веселый хруст местного овоща отмечали путешественники еще в XVIII веке. И сегодня попробовать зеленого «молодца» приезжают много гостей. В программе: дегустация, кулинарный конкурс, народные гуляния, карнавал.

■ vladmuseum.ru



«ВРЕМЕНА И ЭПОХИ»

Москва

1–12 ИЮНЯ

Римские легионеры в «Царицыно» и средневековые воины на Новом Арбате, Севастополь XIX века на Чистопрудном бульваре и русские кирасиры с французскими драгунами из 1812 года на Страстном... Нет, это не фантастический фильм, а исторический фестиваль. Больше 6000 реконструкторов из разных стран мира, 12 эпох, 30 площадок по всей столице... Масштабы впечатляют! Кульминацией фестиваля станет сражение Русско-польской войны XVII века в музее-заповеднике «Коломенское». Для этой битвы будет построен русский острог с двумя 10-метровыми башнями и мощной крепостной стеной. В баталии примут участие более 500 человек. Словом, лучше все увидеть своими глазами.

■ historyfest.ru

«КИРИЛЛО-БЕЛОЗЕРСКАЯ ОСАДА» Кириллов

8–10 ИЮНЯ

Фестиваль реконструкции в декорациях монастыря XVII века. Как и несколько веков назад, защитники обители отразят атаку польско-литовских захватчиков. Кроме зрелищ-

ной битвы, будет работать «школа» скорописи XVII века, прозвучит концерт средневековой музыки, пройдут мастер-классы по фехтованию.

■ kirmuseum.org



«ДИКАЯ МЯТА» Тульская область

23–25 ИЮНЯ

Новый хедлайнер летних музыкальных фестивалей, что неудивительно. Это отличная возможность провести несколько дней на природе у реки, слушая хорошую музыку и не только. В программе заявлены песни у костра, представления уличных театров, мастер-классы и, конечно, море позитива.

■ mintmusic.ru

«ОПЕРА – ВСЕМ» Санкт-Петербург

12–22 ИЮЛЯ

Мировые шедевры оперы будут звучать под открытым небом: в Петропавловской крепости и на Елагином острове, на улице Зодчего Росси, в парке им. Кирова и Царском Селе. По традиции, вход на все постановки бесплатный для всех. Главное, успеть занять лучшие места!

■ musichallspb.ru



«ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО РОССИИ» Переславль-Залесский

12–17 ИЮЛЯ

На Фестивале воздухоплавателей пилоты будут соревноваться в скорости и дальности полета, а в свободное время – катать всех желающих

(утром с 6.00 до 9.00 и вечером с 18.00 до 21.00). Гости, которые решат подняться в воздух, смогут с высоты полюбоваться Переславлем-Залес-

ским, Ростовом Великим и озером Неро. Гвоздь программы – впечатляющее ночное свечение аэростатов.

■ fly-pz.ru

«РЫЦАРСКИЙ ЗАМОК» Выборг

29–30 ИЮЛЯ

Рядом с Выборгским замком развернется целый город, живущий по средневековым традициям. Здесь будут варить еду в котелке на костре, устраивать рыцарские турниры, выступать менестрели и чародеи из самой Флоренции. Гостей научат стрелять из лука. Тех, кто задержится до вечера, ждет огненное шоу и театрализованный штурм крепости.

■ timeago.ru



ДЕНЬ ГОРОДА Феодосия

29 ИЮЛЯ

В этом году День города совпал с 200-летним юбилеем самого известного его жителя – Ивана Константиновича Айвазовского. Поэтому-то праздник начнется на очень торжественной ноте. Корабли Черноморского флота выстроятся на рейде Феодосии, как когда-то уже было при жизни художника.

«СЕРЕБРЯНАЯ ЛАДЬЯ»

Кострома

12 АВГУСТА

На фестивале фейерверков между собой будут соревноваться самые сильные пиротехнические команды из разных стран. Каждая из них покажет эффектное пятиминутное представление с музыкальным сопровождением. По традиции, запускают фейерверки с воды, точнее с плавучих платформ, так что лучшие места будут на возвышенных берегах Волги.

ГОРОДСКОЙ ПИКНИК «ПИР ГОРОЙ» Ярославль

19 АВГУСТА

На Стрелке, где, по легенде, и был основан Ярославль и где сейчас разбит парк, устроят настоящий пир горой. Посетителей ждут вкусные угощения от лучших ресторанов города и кулинарные мастер-классы от именитых шеф-поваров. Местные производители при-

везут свои самые лучшие то-вары. Где еще ты попробуешь традиционное французское блюдо – улитки, выращенные в Переславле-Залесском?! Кроме того, пройдет чемпионат по грилью и чемпионат кухни регионов России.

■ volgafoodfest.ru



Сергей Бурунов:

Дадут «Оскар», скажу: «Спасибо, тронут»

22 мая на ТНТ стартует киносериал «Полицейский с Рублевки в Бескудниково». И герою Сергея Бурунова снова придется терпеть, кипеть и взрываться от возмущения. Как справляться с ежедневным стрессом и почему не стоит улыбаться без причины, актер рассказал «Лизе»

«Лиза»: Подполковнику Яковлеву, которого вы, Сергей, сыграли, конечно, не позавидуешь. От издевок Измайлова в прошлом сезоне его не спасли даже разговоры с психологом. А случалось ли вам испытывать подобные эмоциональные перегрузки?

Сергей: Я вообще очень терпеливый человек, и нужно потрудиться над тем, чтобы по-настоящему меня вывести из себя (*смеется*). Конечно, есть вещи, на которые я раздражаюсь. Например, глупость. Когда недоумеваешь: «Ну как же так ты не знаешь, это ведь общеизвестный факт!» Но чтобы по-серьезному закипеть... От этого меня спасают ирония и чувство юмора, которые у меня есть, а у моего героя нет. А со стрессовыми ситуациями помогает бороться спорт – сходишь в бассейн, поплаваешь. И весь негатив как рукой снимает.

Л.: Серьезные различия! А общие черты между вами и вашим героем имеются?

С.: Ну, тело – мое, голос тоже мой (*смеется*). Даже прошлое у нас похожее. Когда мы со сценаристом Ильей Куликовым продумывали персонажа, я ему много рассказывал про свое детство. Он ухватил это и гиперболизировал. Получился вот такой Владимир Сергеевич, которого наверняка воспитывала мама, которая на все говорила: «Сиди тихо и не чирикай у

меня!» У моей мамы было тоже не забаловать: «Куда ты пошел? Зачем ты это сделал? Посмотри на себя – во что ты одет!» Вот этот пласт советского воспитания, конечно, никуда не выкинешь. Где-то внутри все равно будет сидеть этот голос: «Нельзя, не надо!» Но вообще искать сходство себя и персонажа – дело неблагодарное. Зазор между персонажем и собой я всегда пытаюсь оставлять максимально большим.

Л.: И, тем не менее, многие роли к вам приклеиваются намертво. Как это было во времена «Большой разницы», когда вас на улице узнавали как Штирлица...

С.: Хотите спросить, боялся ли я стать заложником одной роли? Конечно, я очень сильно переживал. Но не на счет конкретно Штирлица. Был страх, что меня станут воспринимать только как артиста-пародиста. Долго с этим боролся, пытался доказать, что я еще и то, и вот это умею. А потом вдруг успокоился, плюнул на все – и ситуация как-то сама собой разрешилась...

Л.: С тех пор накопились солидные цифры в творческой биографии: 30 ролей, 108 пародий, 87 озвучек. Даже больше, вы – голос Леонардо Ди Ка-

