

Дорогая читательница!

Мы часто судим о красивых людях поверхностно, думая, что безупречные внешние данные – верный признак скверного характера или недалекого ума. Иногда мы сами себя загоняем в рамки, когда за внешней красотой человека совершенно не желаем разглядывать что-то глубже. Ленимся. Или завидуем? Лично я готова простить красивым все. Как и талантливым. Эта обложка была выбрана неслучайно. Алиса Лобанова – совсем не модель, хотя ей несомненно есть чем гордиться. Искусствовед, дизайнер, журналист, руководитель благотворительного фонда и невероятно открытый, творческий и очень думающий человек. В своем интервью она сказала, что мечтает, чтобы русские художники вошли в моду. А я мечтаю, чтобы в моду вошли такие, как она.



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
ЖУРНАЛА «ЛИЗА»
Алёна АЛЕКСАНДРОВА

Пиши мне:
glavred-lisa@burda.ru

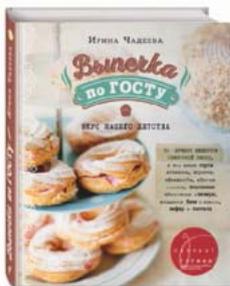
ВСЕГДА НА СВЯЗИ

ВМЕСТО ДИЕТЫ – ПРОГУЛКИ

«Дорогая редакция! Заметила, что в каждом номере публикуются разные диеты. И я хочу поделиться опытом подруги. Несколько лет назад она по причине, связанной со здоровьем, отказалась от мяса. Полного запрета нет, она может иногда съесть, например, немного паштета из печени. Но это бывает редко, мяса ей вообще не хочется. Ест она в основном гречку и творог с медом. И частенько позволяет себе шоколадные конфеты. Еще подруга много хо-

дит пешком. Даже в будни, а в выходные – не менее двух часов в день! И знаете, ее стройности и самочувствию можно позавидовать. Но я не завидую, у меня проблем с лишним весом пока нет. А появятся – буду брать пример с подруги!»

Ирина Скворцова,
г. Москва



Приз за письмо!

Рецепты знаменитых тортов «Прага», «Киевский» и «Птичье молоко», пирожного «Наполеон» и других кулинарных хитов советской эпохи. Изд-во ЭКСМО

СОВЕТ ДЛЯ ЛЮБОВНИЦЫ

«Моя близкая подруга 10 лет уже встречается с женатым. Он говорит, что жену не любит, не спит с ней, а развестись не может только из-за семейного бизнеса. Подруге снимает квартиру, меняет машины, подарил мага-

зинчик... Но! Ей уже 35 – хочется семьи, детей и совместных выходных... Я все, что могла, ей посоветовала. Может, вы напечатаете статью на эту тему? А я ей журнал подброшу».

Наталья, «Накупело», lisa.ru

СОБЫТИЯ&ЛЮДИ

- 8 Интервью.** Елена Ксенофонтова: «Я очень люблю дарить подарки».
- 48 Такая жизнь.**



29
ГОТОВИМ С ЙОГУРТОМ
мясной рулет, куриное филе, суп и бургер

МОДА&КРАСОТА

- 10 Стиль.** Модная штучка.
- 12 Гардероб.** В одном флаконе.
- 14 Уход.** Короткий разговор.
- 16 Новинки.** На пользу возрасту.

ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС

- 18 Важная тема.** На даче без неспячки: как не перетрудиться на грядках.
- 20 Диета.** Гормональный код стройности.
- 22 Будь в форме.** Без боли в спине.

КУХНЯ&ДОМ

- 25 Рецепт недели.** Шашлык из индейки с фруктами.
- 26 Вкусно и просто.** Сезон шашлыков.
- 28 Готовим вместе.** Мясо в пиве.
- 36 Дача.** Хороших выходных!
- 38 Имеешь право.** За что мы платим коммуналку?

42

УРА, МЫ ЕДЕМ НА МОРЕ!
Теплое местечко: топ 8 южных курортов



ПСИХОЛОГИЯ&СЕМЬЯ

- 32 Реальная история.** Алиса Лобанова: «Хочу, чтобы русские художники вошли в моду».
- 34 Тест.** Как стать миллионершей?

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

- 6 Развлечения.** 7 лучших зоопарков.
- 31 Сканворд** и анекдоты
- 44 Моя страна.** Северная Ривьера.
- 46 За рубежом.** Чувство прекрасного.
- 50 Гороскоп.**

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



ОДУВАНЧИКИ
Плетем венки, делаем букеты, добавляем в салат



НЕЖНЫЕ ТАРТЫ
с ванилью и киви, шоколадом, лаймом и кокосом



ИНТЕРВЬЮ
Французский актер Патрик Пюидеба говорит комплименты

ПАРК ЛЬВОВ «ТАЙГАН»

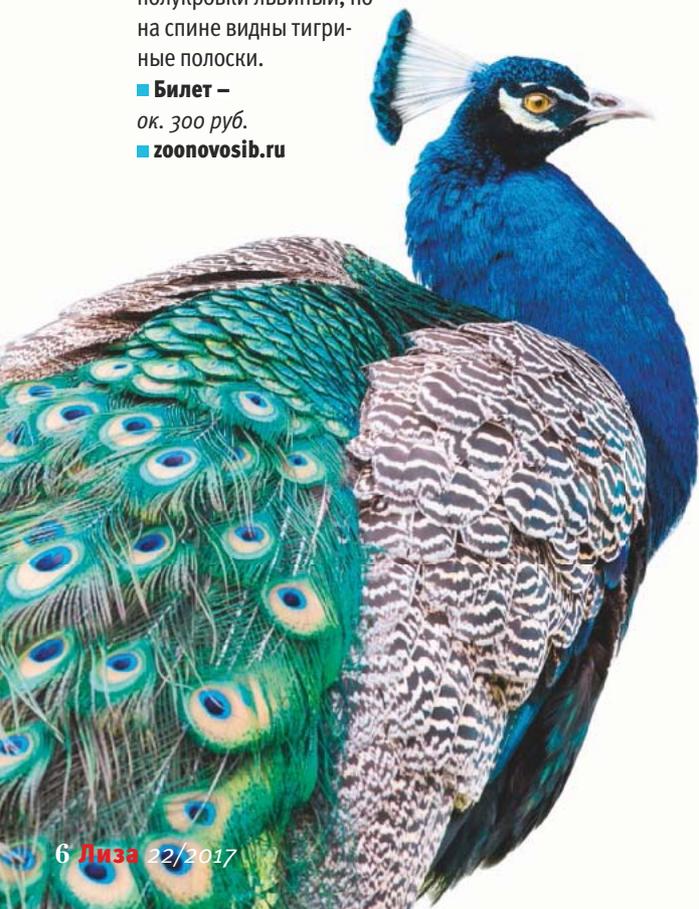
Добро пожаловать на сафари! Нет, в Африку мы тебя не зовем, а приглашаем приехать в Крым. В городе Белогорске на большой территории с комфортом устроились около 50 африканских львов. За их вольготной жизнью в крымских предгорьях посетители могут понаблюдать со специальных обзорных мостов, подвешенных на высоте 2–3 метра. Здесь даже есть киоски с кормом для животных. Хищники предпочитают кусочки замороженного мяса (ок. 100 руб.). В отдельном вольере живут львята и тигрята, с ними разрешают сфотографироваться (ок. 500 руб.). Кроме того, в «Тайгане» есть и небольшой обычный зоопарк.

- Билет – ок. 900 руб.
- park-taigan.ru

НОВОСИБИРСКИЙ ЗООПАРК

Этим летом у самого большого в нашей стране зоопарка юбилей. Ему исполняется 70 лет. Особенно ждут праздника любимцы публики – семейство белых медведей. В подарок им уже пообещали улучшенный вольер и снежную пушку. На радость посетителям недавно в зоопарке открылись дельфинарий и пингвинарий, а еще здесь появились новые обитатели – бурые медвежата, милый кенгуренок и два малыша шимпанзе. Обязательно нужно заглянуть и к красавице лигрице Зите. Окрасу полукровки львиный, но на спине видны тигриные полосы.

- Билет – ок. 300 руб.
- zoonovosib.ru



7 лучших зоопарков

1 июня для детей вход во многие зоопарки бесплатный. Отличный повод, чтобы пообщаться с братьями нашими меньшими

ЯРОСЛАВСКИЙ ЗООПАРК

Первый в России ландшафтный зоопарк, несмотря на молодость (ему нет и 10 лет), уже прочно обосновался в списке лучших в нашей стране. Конечно, животных здесь не так много, как в крупных зоопарках (чуть более 450 видов). Зато звери не ютятся в тесных клет-

ках, а живут в условиях, приближенных к естественным. На территории открыт учебный центр «Ковчег», где ребятам рассказывают о зверятах и демонстрируют кормление полу-гаев, обезьян, игуан.

- Билет – ок. 250 руб.
- yarslavlzoo.ru



МОСКОВСКИЙ ЗООПАРК

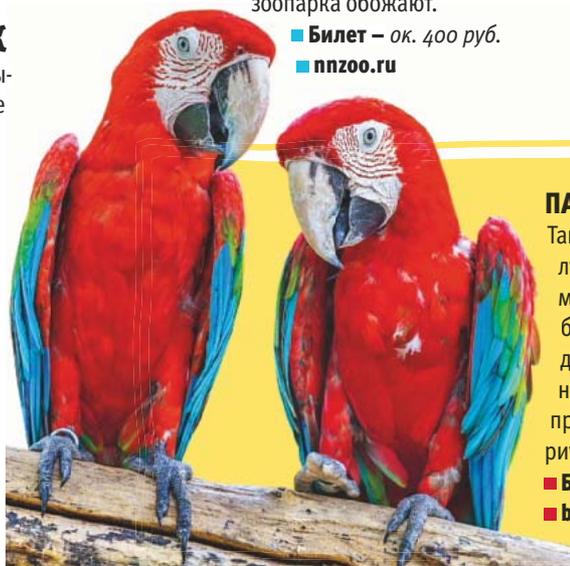
Ему уже более 150 лет. Сначала здесь было 290 животных, а сейчас 6000! Самые известные обитатели – жираф Самсон Ленинградов, белая тигрица Кали, малышка горилла Ама, которая потеряла руку, и аллигатор Сатурн. Этот крокодил жил в Берлинском зоопарке, но после войны, в 1946 году, переехал в Москву. В этом году список «вынужденных эмигрантов» в зоопарке пополнился редкими рептилиями, которые были изъяты у контрабандистов. В их числе и несколько красочных хамелеонов (на фото).

- Билет – ок. 500 руб.
- moscowzoo.ru

ЗООПАРК «ЛИМПОПО»

Частный зоопарк в Нижнем Новгороде не очень-то большой, но зато у детей его посещение вызывает небывалый восторг. Больше всего посетителям, привыкшим к бетонным вольерам для животных, нравится зона, где звери свободно разгуливают по газонам. Здесь запросто можно покормить с рук лам или зубров. На территории есть даже автоматы с кормом, больше похожим на воздушную кукурузу. Это лакомство обитатели зоопарка обожают.

- Билет – ок. 400 руб.
- pnzoo.ru



ЗООПАРК В ИЖЕВСКЕ

Размером и количеством животных зверинец в столице Удмуртии похвастаться не может. Зато уже несколько лет он входит в пятерку лучших в стране. Заглянув сюда, можно совершить путешествие по «Белому северу», «Дальнему Востоку», «Нашей тайге», «Удмуртской деревне» и «Стране обезьян». Местный хит – выступление моржей и морских котиков (входит в стоимость билета).

- Билет – ок. 250 руб.
- udm-zoo.ru

ПАРК ПТИЦ «ВОРОБЬИ»

Такое разнообразие пернатых, как в Калужской области, не в каждом зоопарке можно увидеть. Квартирнтов здесь больше 2000. Одних попугаев – 70 видов! Есть еще экзотические туканы, хищные птицы и декоративные куры. Рядом примостились страусиная ферма, экзотариум, павильон бабочек.

- Билет – ок. 250 руб.
- birdspark.ru

Материнский капитал на обучение детей



Обучение или проживание детей

Материнский капитал может использоваться как для оплаты обучения, так и для оплаты содержания детей в образовательном учреждении, включая оплату общежития, коммунальных услуг и пр.



Дошкольное, среднее или высшее образование

Материнский капитал позволяет оплатить обучение детей в образовательных учреждениях любого уровня, начиная с детского сада и заканчивая высшим учебным заведением, а также второе высшее образование.



Материнский капитал
453 026 рублей



Обучение любого из детей

Материнским капиталом можно оплатить обучение любого ребенка в семье или обучение сразу нескольких детей, сделать это можно спустя три года с момента возникновения права на материнский капитал.



Государственная или частная школа

Оплатить обучение ребенка можно независимо от того, в государственном или частном учреждении он учится, главное условие – наличие у организации государственной аккредитации на образовательные услуги.



Академический отпуск или отчисление

Если обучение ребенка прерывается или прекращается, по договоренности с образовательным учреждением можно приостановить либо прекратить перечисление материнского капитала, а также вернуть неиспользованные средства.

31 До 31 декабря 2018 года должен быть рожден или усыновлен ребенок, дающий право на материнский капитал. Получить сертификат материнского капитала и распорядиться им можно и после 2018 года.



Оформите материнский капитал и распорядитесь им через **личный кабинет** на сайте Пенсионного фонда России.



Елена Ксенофонтова:

Я очень люблю ДАРИТЬ ПОДАРКИ

На телеканале СТС стартовал новый сезон сериала «Отель Элеон», и мы снова встретимся с любимыми героями

«Лиза»: *Ваша героиня в сериале СТС «Отель Элеон» привыкла брать свое, несмотря ни на что. Насколько вы ее оправдываете для себя?*

Елена: Я в принципе не могу назвать ее вероломной злодейкой, просто она человек очень жадный до жизни: ей хочется все познать, потрогать, пощупать. Она как ребенок: блестит, красивое – должно стать моим, перестало блестеть – спасибо, война окончена. Если уж быть до конца честными, ни в «Кухне», ни в «Отеле Элеон» Элеонора ни разу не совершила отвратительных поступков и не выглядела гадкой и мелкой пакостницей. Если играла, то по-крупному. Просто она уверена, что все только и ждут, когда Элеонора их возьмет (*улыбается*). И в этом случае она снисходит и осчастлиливает того, кого берет, даже если это на время. Но она ничего не делает, чтобы кому-то сделать больно, нет. Моя героиня просто хочет быть счастливой и считает, что делает счастливым человека рядом с собой. При этом она очень переживает и, наверное, внутренне разочаровывается, но быстро находит утешение, потому что это Элеонора.

Л: *Вам как актрисе не нужно было выступать адвокатом своей роли?*

Е: Здесь некого защищать. Элеонора смешная, бывает нелепой, иногда ее «заносит» очень далеко, но это, скорее, вызывает улыбку, иногда даже жалость, но не чувство стыда. Зачастую я думаю: господи, бедная, опять вляпалась. Но в итоге все заканчивается хорошо. Она молодец! (*Улыбается.*)

Л: *Дети не подмечают, что иногда в вас может заговорить Элеонора?*

Е: Есть такое. Когда я начинаю воспитывать, Соня отвечает: «Ты сейчас сказала как Элеонора Андреевна». Я говорю: «Так, стоп. Это Элеонора Андреевна сказала как я», а мне: «Нет, ты так с

нами не разговариваешь». Но, конечно, дочка с сыном больше шутят на эту тему. Соня даже представляется: «Я – дочь Элеоноры Андреевны». И неважно, что это выдуманный персонаж.

Л: *Элеонора обожает находиться в центре внимания. А вы как-то сказали, что это не про вас.*

Е: Все верно. Я – человек совершенно домашний, а дом – моя крепость. В жизни я больше волк-одиночка. Люблю, когда все тихо, спокойно и минимальный ажиотаж вокруг меня. Другой вопрос, что жизнь порой диктует совершенно иные обстоятельства и правила.

Л: *Вы интроверт?*

Е: Отнюдь. Просто считаю, что личная жизнь на то и личная, что должна оставаться в отдельной коробочке, где ей уютно и куда нет возможности проникнуть кому-то извне. Конечно, я человек публичный, и было бы странно, если бы мне не нравились внимание и восторженные взгляды. Безусловно, я в меру, но все-таки честолюбива, правда, в отличие от Элеоноры, у меня нет абсолютной убежденности, что все должны мной восхищаться. Понимаете, Элеонора уверена, что как только она входит в отель, даже еще не входит, но уже запах ее духов должен у всех вызывать восторг. И когда она вслед за этим «облаком» вливается, то все либо заранее штабелями ложатся, либо вот-вот это произойдет. У меня такого ощущения нет.

