



№ 31/2015 • 25 июля • Издательский дом «Бурда»

Все краски жизни для тебя!

# Лиза®

**КАК ЭКОНОМИТЬ**

на онлайн-покупках

**ПЛЮС**

промокоды на скидки

с. 34



**УРОЖАЙНЫЙ СЕЗОН  
ЧТО ИМЕЕМ — СОХРАНИМ!**

● *Заморозим  
И ЗАСУШИМ* с. 24

● *Закроем  
В БАНКИ* с. 26



## ЗДОРОВЬЕ

### **ТВОЯ ФИТОАПТЕКА**

**ПОРА СОБИРАТЬ  
ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ТРАВЫ**

с. 18

## ПСИХОЛОГИЯ

**ЖЕНЩИНА С РЕБЕНКОМ  
ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ**

с. 38

## ПУТЕШЕСТВИЕ

### **БЛИЖНИЕ БЕРЕГА**



**ПЛЯЖИ КРЫМА  
И БОЛГАРИИ** с. 44, 48



## КРИК ДУШИ

**«Я СЧИТАЮ СЕБЯ  
УЖАСНОЙ  
МАТЕРЬЮ»**

с. 36



## **КРАСОТА**

# ХОЧУ

# ВСЕ ЗНАТЬ!

✓ **ВРЕДЕН ЛИ БОТОКС**

✓ **КАК СКРЫТЬ РАСШИРЕННЫЕ ПОРЫ  
И ДРУГИЕ ВОПРОСЫ К БЬЮТИ-ЭКСПЕРТУ**

с. 14



# Дорогая читательница!

**Р**ешено! Вступаю в партию консерваторов. К примеру, моя мама была в авангарде этого движения много лет, и ее деятельность всегда активно поддерживалась массами – семьей, родней, друзьями и друзьями друзей. Пора бы и мне подхватить это знамя и замахнуться-таки... на абрикосовое варенье. Мама его варила, как положено, в несколько приемов, и абрикосовые половинки не расплзались в сиропе, а оставались целыми. Красота! Помню этот волшебный аромат по всей квартире и огромную красивую медную сковороду: где она ее достала в условиях тотального дефицита – ума не приложу. Хорошо, пусть не абрикосовое, но хоть яблочное пюре или сок. Этот год на даче будет яблочным. А пока яблоки не поспели, займемся овощами (с. 24) – нам, консерваторам, есть чем заняться. Верно, товарищи? Пиши мне: [glavred-lisa@burda.ru](mailto:glavred-lisa@burda.ru).



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР  
ЖУРНАЛА «ЛИЗА»  
Наталья ФИЛАТОВА

## ВСЕГДА НА СВЯЗИ

### ИЗМЕНИТЬ СЕБЯ МОЖНО!

«Мне 41 год, и по опыту я знаю, что лучше исправлять недостатки, чем «принимать себя такой, какая есть». Я, когда вышла замуж, бросила курить и поправилась с 57 до 80 кг. Начались проблемы в отношениях с мужем.

Я пыталась свалить все на него – он обязан любить меня такой, какая я есть, доказать всем и себе, что лишний вес – не помеха, главное, правильно подобрать одежду. Но однажды меня озарило: дело

во мне! Я разозлилась и похудела. Не от злости, конечно, а с помощью диет и спорта. Отношения с мужем наладились. Сейчас я вешу 60 кг. Поддерживать вес сложно, но это лучше, чем полнеть, ссылаясь на возраст».

*Елена, г. Санкт-Петербург*



**Приз за письмо!**

Елена получает приз от L'Origine Naturelle – крем марки Abellie, содержащий «королевское желе» – молочко маточных пчел

### ОЧЕНЬ ДОБРАЯ СОБАЧКА

«Хочу рассказать о моей собачке Герде. Ей сейчас 5 лет. Папа питбуль, мама стаффорд. Ее папа участвовал в собачьих боях без правил, а Герда выросла дома. Когда мы с ней гуляем, прохо-

жие Герду побаиваются, мол, укусит, накинется. Но это только с виду Герда опасная, а сама она добрая и ласковая. Она любит, когда ее тискают, играют с ней».

*Ольга Евдокимова, г. Омск*

### АКТУАЛЬНО

- 4 **Новости.** Крещение Руси
- 6 **Наш конкурс.** «День счастья»
- 8 **Интервью.** Анна Плетнева: «Я родилась, чтобы петь»

### МОДА&КРАСОТА

- 10 **Стиль.** Широким шагом. Подбираем брюки по типу фигуры
- 12 **Новости.** Со всего света
- 13 **Мастер-класс.** А дождь идет...
- 14 **Уход.** По правде говоря
- 16 **Бренд.** Во всем блеске



29

### ЗАПЕКАЕМ!

Нежный лосось с овощами, цветная капуста и грибы

### ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС

- 18 **Важная тема.** Аптекарский огород
- 20 **Скорая помощь.** Вопрос доктору
- 22 **Профилактика.** Что за стеклом?

### КУХНЯ&ДОМ

- 24 **Вкусно и просто.** Запасы на зиму
- 26 **День варенья**
- 28 **Готовим вместе.** Торт «Шоколадная вишня»
- 29 **Блюда из духовки.** Мини-запеканки
- 32 **Совет.** Заготовим впрок
- 34 **Домашняя экономия.** Покупаем онлайн

### ПСИХОЛОГИЯ&СЕМЬЯ

- 36 **Реальная история.** Неужели я чудовище?
- 38 **Отношения.** Женщина с ребенком желает познакомиться. Актуальная проблема: взгляд психолога
- 40 **Служба доверия**
- 42 **Дети.** На прием к Айболиту

### ВПЕЧАТЛЕНИЯ

- 31 **Сканворд** и анекдоты
- 44 **Моя страна.** Берег желанный
- 46 **Судоку**
- 48 **За рубежом.** О Болгарии с любовью
- 50 **Гороскоп**



### ЧИТАЙТЕ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



**ИНТЕРВЬЮ:**  
Анна Семенович о людях, работе, судьбе и удаче



**ДЕСЕРТЫ:**  
замороженные торты с ягодами и фруктами



**ЧЕРНОГОРИЯ:**  
лучшие пляжи, бюджетные отели и экскурсии



# КРЕЩЕНИЕ РУСИ

Эта важная дата приходится на 28 июля – день памяти святого равноапостольного князя Владимира. В 2015 году исполняется 1000 лет со дня кончины святого: торжества, посвященные ему, пройдут по всей стране. На территории заповедника «Херсонес Таврический» (Севастополь) 28 июля состоится большой концерт.

Памятники крестителю Руси установят в Москве (открытие 4 ноября) и Смоленске (открытие 29–30 августа). К дате приурочены выставки, конференции, которые будут проходить летом и осенью – не только в России, но и за рубежом. Много интересной и полезной информации найдешь на сайте [100ovladimir.ru](http://100ovladimir.ru).

## В ЭФИРЕ – НЕВЕСТЫ

Лето – сезон свадеб. Как организовать торжество, какое выбрать платье, сколько денег потратить? Успешные решения и большие ошибки невест – в проекте «Моя свадьба лучше» на телеканале «Домашний». Его героини не только готовятся к важному событию, но и соревнуются друг с другом. Приз – свадебное путешествие в экзотическую страну. Ведущая – Елена Кулецкая. Смотри с 27 июля в 13.00 на телеканале «Домашний».



## ПРАЗДНИК 29 июля

Международный день тигра учредили в Петербурге 5 лет назад на саммите, посвященном проблемам сохранения хищника. Так, амурских тигров (обитают в России) осталось около 500 особей. Хочешь помочь? Тебе на сайт «Центра «Амурский тигр»»: [amur-tiger.ru](http://amur-tiger.ru).



## ТРЕНИНГ 30 июля

Школа «Лиза.Гороскоп» представляет «Сотворение будущего» – семинар победителя 7-го сезона «Битвы экстрасенсов» Алексея Похабова. 30 июля в ISOULCLUB (Москва).

## КИНОПРЕМЬЕРА 23 июля

Пришельцы снова атакуют Землю в фантастическом экшене «Пиксели»! И на этот раз предстают в виде героев компьютерных игр 80-х. Противостоит им команда смельчаков... В ролях: Адам Сэндлер, Мишель Монахэн, Питер Динклейдж.



## СВОБОДА ТВОРЧЕСТВА

Необычные арт-объекты, встречи с творческими людьми, концерты – на «Архстоянии»-2015. Международный фестиваль ландшафтных объектов пройдет с 31 июля по 2 августа в Калужской области (д. Звизжи). [arch.stoyanie.ru](http://arch.stoyanie.ru).

## 31 ИЮЛЯ

Международный Олимпийский комитет официально объявит столицу Зимних игр – 2022. Претендентов всего два: Алма-Ата и Пекин. За кого болеешь?

наш конкурс

Лиза  
20 лет

СУПЕР-  
конкурс

Принимай участие на [lisa.ru](http://lisa.ru),  
ЕСТЬ ВРЕМЯ ДО 25 АВГУСТА.  
Почувствуй  
себя звездой!



# «ДЕНЬ СЧАСТЬЯ»

Зарегистрируйся на [lisa.ru](http://lisa.ru), чтобы участвовать в нашем суперконкурсе. Твое фото уже на сайте? Отлично!



**ОКСАНА ЧИЖНИЧЕНКО** решила передать нам привет из самого красивого уголка своего цветущего сада. Оксана, спасибо!



**НАТАЛИЯ МЕЛЬНИК** активно участвует в конкурсах «Лизы», в том числе и в юбилейных. Нам приятно ее постоянство.



**ОЛЕСЯ ШЕВЧЕНКО** дарит любимому журналу изящный букет золотистых роз. Отличный подарок на двадцатилетие!



**КОНСТАНЦИЯ ШЕПА** посылает нам и всем, кто смотрит на ее фото, воздушный поцелуй. Это приветствие от всего сердца.



## САМОЕ МОДНОЕ НАЙДЕШЬ ЗДЕСЬ

QUELLE, генеральный партнер конкурса «Лиза. День счастья», приглашает всех на сайт [www.quelle.ru](http://www.quelle.ru)!

Здесь вы найдете все, что модно в этом сезоне. Очень радуют привлекательные цены, акции и скидки даже на новую коллекцию!

**QUELLE.**  
[www.quelle.ru](http://www.quelle.ru)

## ПОЗИТИВНЫЕ ЭМОЦИИ



Победительницы конкурса получают классные подарки. Среди них – парфюм Antonio Banderas Her Secret. Аромат вдохновляет своей свежестью и позитивными летними эмоциями.

ANTONIO  BANDERAS

РЕКЛАМА

**Анна Плетнева**

# Я РОДИЛАСЬ, ЧТОБЫ ПЕТЬ

Солистке группы «Винтаж» нравится альтернативная музыка, но с недавнего времени она пристрастилась к опере, причем неожиданно для себя самой

**К**арьера Анны началась в тот момент, когда она, опередив 80 конкуренток, была принята в группу «Лицей». Это было в 1997 году. С тех пор многое изменилось. Анна стала солисткой группы «Винтаж», которую Плетнева создала вместе с экс-солистом «А-Мега» Алексеем Романовым. Но самое главное, Анна поет теперь совсем другие песни.

– *Когда вы начинаете новое дело, новые отношения, сразу обрубаετε связь с прошлым? Или делаете это постепенно?*

– Я не могу ответить на ваш вопрос однозначно. Допустим, через пять лет работы в «краснознаменном ансамбле» «Лицей» я уже понимала, что мне надо идти дальше, развиваться. Но обрубить ничего не могла, потому что обычно прирастаю корнями и к людям, и к обстоятельствам.

Завершить все в тот момент, когда это действительно необходимо, помогает судьба или ангел-хранитель. Обязательно происходит что-то такое, что заставляет все круто поменять, такой волшебный пинок под зад. Так произошло с группой «Лицей». Точно так же мы встретились с Алексеем Романовым. Я понимала, что без сцены, без творчества жить не могу. Но что конкретно делать, толком не знала. И что бы вы думали? Судьба буквально столкнула нас с Лешей нос к носу – точнее, бампер к бамперу, поскольку дело было во время ДТП... Тогда мы и поняли, что будем дальше существовать вместе, потому что он в тот момент был в абсолютно такой же ситуации!

– *Вы верите в ангела-хранителя?*

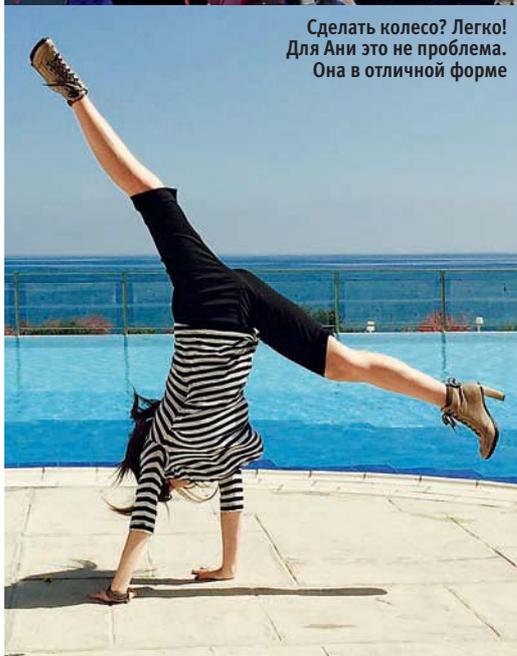
– Верю. Я чувствую, что кто-то ведет меня по жизни, оберегает. И спасибо большое ему за то, что мне самой не приходится принимать каких-то жестких и порой болезненных решений. Все решается само собой.

– *В одном из интервью вы сказали, что дома вы одна, а на сцене совсем другая. Вы сами придумывали свой сценический образ?*

– Вообще-то у меня есть несколько образов. Но вы, скорее всего, имеете сейчас в виду образ плохой девочки – именно он получился самым



Во время одного из концертов в образе плохой девочки



Сделать колесо? Легко! Для Ани это не проблема. Она в отличной форме

