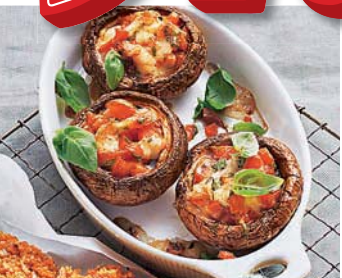




№ 34/2015 • 15 августа • Издательский дом «Бурда»

Все краски жизни для тебя!

Лиза®



ОВОЩИ С НАЧИНКОЙ

БАКЛАЖАНЫ, ПЕРЕЦ, КОЛЬРАБИ с. 24



РАЦИОН

ДИЕТА ВМЕСТО БОТОКСА

Составь свое меню красоты с. 22

ЗДОРОВЬЕ

ЛЕЧИМ ПРОБЛЕМНУЮ КОЖУ ПОДРОСТКА с. 18

ФИТНЕС

УБИРАЕМ ЖИВОТ И ДЕЛАЕМ ТАЛИЮ

Всего 4 упражнения с. 20



ЛЕГЕНДА

УИТНИ ХЬЮСТОН
ЕЕ АНГЕЛЫ
И ДЕМОНЫ с. 8



Дача
КЛУМБА
БУДУЩЕГО ЛЕТА
Посади
ее сейчас
с. 34

Мамина школа

Советы к новому учебному году

1 ДРЕСС-КОД УЧЕНИКА: выбираем форму с. 12

2 ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС – испытание для родителей? с. 38

3 РЕБЕНОК НЕ ХОЧЕТ УЧИТЬСЯ: как ему помочь с. 40

ВСЕГДА НА СВЯЗИ

СПАСИБО «ЛИЗЕ» ЗА ИДЕЮ

«Здравствуй, «Лиза»! Спасибо за обновленную версию журнала. Дочь хотела сшить пышную юбку, и как раз в № 29 была дана схема шитья юбки с запахом и кушаком. Оставалось только подходящую ткань купить – и за дело. Отличная юбка получилась! И «Реальные истории» всегда увлекают. Интересно читать, как другие живут, чем занимаются, как решают свои проблемы.

Покупаю «Лизу» каждую неделю и разгадываю сканворды. Один-два раза в год даже выигрываю, получаю по 600 рублей. Внучки тоже в восторге. Детская страничка с забавными картинками – это для



них. «Лиза» объединяет семьи и улучшает настроение. Поздравляю журнал с юбилеем!»

Юлия Фролова, г. Тобольск



Юлия получает приз – коллекцию косметических средств линии Librederm Стволовые клетки винограда

В ЖИЗНИ БЫВАЕТ И ПЕЧАЛЬ

«Здравствуйте, уважаемая редакция! Я работаю в медицинском колледже. В нашем дружном коллективе прижился еще один член – собака Машка. Ей было 16,5 лет. Не поверите, изо дня в день 16 лет подряд наша Маша ровно в 8 утра стояла возле ворот колледжа и встречала всех: студентов на учебу, преподавателей на работу, охрану

на службу. И почти каждый, даже с плохим настроением, обязательно улыбался, завидя бессменного часового. Машка знала всех в лицо, бывало, гавкала, чуя не своего. А потом она заболела. Мы сбрасывались на лечение кто сколько мог, но не помогло. Тишина во дворе и в коридорах...»

Е. Колотвина, г. Оренбург

МОЯ МАМА МЕНЯ НЕ СЛУШАЛА

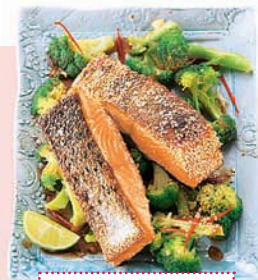


«Дорогая «Лиза», спасибо тебе за статью «Не хочу быть зависимой». Моя мама увлеклась самолечением, она смотрит подряд все передачи о здоровье, находит у себя симптомы болезней, но вместо того, чтобы идти к врачу, идет в аптеку и покупает лекарства. Я серьезно с ней поговорила и дала почитать статью. И знаете, подействовало!

Галина Шорикова, г. Шатура

АКТУАЛЬНО

- 4 **Новости.** Школьные базары
- 6 **Интервью.** Ольга Шелест. Девушка-праздник
- 8 **Легенда.** Уитни Хьюстон. Всегда любить
- 48 **Шоу-бизнес.** Звездные платья



МОДА&КРАСОТА

- 10 **Стиль.** Принтомания
- 12 **Практика.** Как правильно подбирать одежду для школьника
- 14 **Уход.** Donna роза
- 17 **Бренд.** Делаем тело

ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС

- 18 **Важная тема.** Разговор начистоту
- 20 **Фитнес.** Равнение на середину
- 22 **Рацион.** Диета вместо ботокса

КУХНЯ&ДОМ

- 24 **Вкусно и просто.** Фаршируй и запекай
- 26 **На сладкое.** Лакомство с абрикосами
- 28 **Рецепт читателя.** Крабовый салат в помидорах
- 29 **Его величество лосось.** С овощами и соусом
- 32 **Интерьер.** Здесь живет ученик
- 34 **Цветы.** Красивая клумба. В желто-лиловых тонах

ПСИХОЛОГИЯ&СЕМЬЯ

- 38 **Родители.** Урок для мамы
- 40 **Дети.** В школу? Не пойду!

ВПЕЧАТЛЕНИЯ

- 31 **Сканворд** и анекдоты
- 36 **Рассказ.** Листопад
- 42 **Моя страна.** Тонкая работа. Все о ростовской финифти
- 44 **За рубежом.** Тоскана в сердце. Путешествие по самой красивой области Италии
- 46 **Судoku**
- 50 **Гороскоп**



ЧИТАЙТЕ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



ИНТЕРВЬЮ
Ляйсан Утяшева примеряет новую роль на ТВ



ВКУСНО!
Рецепты с яблоками: от жаркого до десерта



ГДЕ ЕЩЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ?
Крым, Турция, Испания



ШКОЛЬНЫЕ БАЗАРЫ

открываются во второй половине августа в российских городах. Вот несколько крупных выставок-продаж:

20–22 АВГУСТА во Владимире –

«Школьный марафон – 2015» (Владимирский Экспоцентр);

26–30 АВГУСТА «Школьный базар – 2015» пройдет в Екатеринбурге (выставочный зал КОСК «Россия»);

28–30 АВГУСТА в Санкт-Петербурге – «Школьная страна» (Ленэкспо);

2–6 СЕНТЯБРЯ «Школьная ярмарка от А до Я» откроется в Москве на ВДНХ.

Полезные советы «Лизы» о том, как подготовиться к новому учебному году, ты найдешь на с. 12, 32, 38, 40.

ВСЕ ЗА ВКУСНЫМ УРОЖАЕМ!

Лето быстро пролетело: до конца каникул каких-то две недели. Или лучше так: целых две недели! Можно много чего успеть: собрать урожай на даче, наделать

заготовок и обязательно наесться свежих овощей и фруктов (сейчас – самые витамины). В августе – немало «вкусных» праздников: в Камышине (29 августа)

и Астрахани (30 августа) чествуют арбуз. А на улицах столицы с 13 по 23 августа проходит «Московское лето. Фестиваль варенья». Присоединяйся!



15 АВГУСТА –

Всемирный день бездомных животных. Хочешь помочь? Вот фонды помощи: fond-nika.ru, pesikot.org.



ПОЛОТНА РУССКИХ МАСТЕРОВ

В залах Отдела личных коллекций ГМИИ имени А. С. Пушкина открылась выставка «Русское искусство XIX–XX веков» (из собрания А. Н. Володчинского). В экспозиции представлено

более 100 работ кисти Василия Перова, Исаака Левитана, Бориса Кустодиева, Ивана Айвазовского, Виктора Васнецова и других мастеров. Работает до 6 сентября.



ЭТО ВАЖНО!

Как заботиться о здоровье? Все ответы – в программе «О самом главном» на канале «Россия 1» (с понедельника по пятницу в 9.55). В студии у ведущего Александра Мясникова – лучшие эксперты. 19 августа в рубрике «Будь собой» выступит Наталья Филатова, главный редактор журнала «Лиза».

Новинки



КНИГА

ОТДЫХ С ФАНТАЗИЕЙ

Отличное изобретение – фантазии! Эти сказки для взрослых помогают погрузиться в почти реальный мир интриг и приключений, забыв о своих заботах. Путь к трону – дело непростое, а в изложении Abercrombie – захватывающее.

46% россиян оценивают качество нашего школьного образования как среднее. При этом 36% всех респондентов полагают, что оно ухудшается.

67% считают, что прежняя система вступительных экзаменов в вузы позволяла более объективно оценить знания выпускников, чем нынешний ЕГЭ.*

*По данным Фонда «Общественное мнение»

ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС

Авиакомпания «Трансаэро» и Центр «Амурский тигр» представляют совместный проект «Полосатый рейс». В его рамках дальнемагистральный пассажирский самолет Boeing 747-400 приобрел характерную тигриную окраску. Цель акции – привлечь внимание к вопросам охраны окружающей среды. В бортовых журналах «Трансаэро» скоро появится рубрика «Живая природа», а пассажиры «Полосатого рейса» во время перелета смогут посмотреть документальные фильмы, подготовленные Центром «Амурский тигр». Детали на сайтах: amur-tiger.ru и www.transaero.ru.



РЕКЛАМА

» СОБЫТИЯ НЕДЕЛИ «

1

ШОУ

15 августа

Лучшие российские пиротехники продемонстрируют свое мастерство на Пятом фестивале фейерверков «Смоленский звездопад». Зрителей ждет и веселая концертная программа. Все подробности на сайте smol-zvezdopad.ru.



2

КОНКУРС

18–25 августа

В Санкт-Петербурге проходит X Международный конкурс молодых оперных певцов Елены Образцовой. В этом году он посвящен памяти великой певицы. На гала-концерте 18 августа выступят звездные лауреаты конкурса разных лет. fondobraztsovoy.ru



3

КИНОПРЕМЬЕРА

20 августа

После рискованного путешествия в параллельное измерение компания астронавтов обнаруживает у себя суперспособности. Пригодятся ли они героям, узнаешь из новой версии экшен «Фантастическая четверка». В ролях: Кейт Мара, Майлз Теллер.



4

ФЕСТИВАЛЬ

21–23 августа

Увидеть собственными глазами, как жили люди в Древней Руси, можно на IX фестивале исторических клубов «Воиновое поле» в Подмоскovie (парк Дракино). Для гостей – состязания витязей, конкурс костюмов, концерты. Детали: www.voinovopole.ru.



Ольга Шелест

Мы рады, что появилась возможность взять интервью у Ольги. И уверены, что у тебя останется приятное послевкусие, когда прочитаешь его. Наслаждайся!

01

ДЕВУШКА-ПРАЗДНИК

Кто выживает на телевидении? Яркие, самобытные, неординарные личности. Кем надо быть, чтобы почти два десятка лет (!) быть интересной зрителям? Как минимум Ольгой Шелест! А вот насколько экранный образ отличается от реального человека, судите сами: наша героиня обаятельна, иронична, открыта – впрочем, как и всегда...

– Вас называют «девушка-ураган», «девушка-праздник». Это действи-

тельно так или со временем вы стали другой?

– Пожалуй, это свойство темперамента, а значит, данность. И вряд ли это изменится с возрастом. Я и дома не выключаю «батарейки», не становлюсь сразу грустной и скучной. С родными я такая же, как на экране, и не пытаюсь кого-то строить из себя. Мне нравится, когда меня называют «девушка-праздник», надеюсь, это определение будет сопровождать меня даже через много лет, когда я уже буду «бабушка-праздник».

– Что хотели бы изменить в себе?

– Да поздно уже что-то менять! Я иду своим путем, у меня устоявшиеся принципы, мировоззрение... Возможно, излишнюю прямолинейность или открытость я бы как-то прибрала в себе. Дело в том, что я бываю излишне лояльна по отношению к недобропорядочному человеку. В конечном счете это может ударить по мне. Но поскольку я «девушка-ураган», как мы уже говорили (улыбается), то весь негатив от меня просто отскакивает. Если человек нечестен, это вернется