ПРИЧЕСКИ КАК У ЗВЕЗД
Для длинных и коротких волос с. 12

Женсовет. ИЩУ МУЖЧИНУ!
Откровенные признания реальной девушки с. 44

НОВАЯ РУБРИКА

№ 40/2016 ● 24 сентября ● Издательский дом «Бурда»

Все краски жизни для тебя!

Лиза®

Жить красиво на 5000 руб. в неделю
Антикризисный план с BIGLION
с. 32





ВОТ ТАКИЕ ПИРОГИ!
- творожный
- бисквитный
- дрожжевой
- овсяный с. 29

ISSN 1560-5434

Сама нежность
Питательные маски для рук с. 14

Цистит
Что делать, если он возвращается
с. 18

РЕЦЕПТ СТРОЙНОСТИ:
ЛИМОН + ИМБИРЬ
минус
4 кг
за семь дней
с. 22

Давай помиримся!

7 фраз, которые нельзя говорить мужчине с. 38



ЧЕТЫРЕ СПОСОБА
красиво завязать палантин с. 10

КОНФЛИКТ НА РАБОТЕ?
Как выйти из него победительницей с. 40

СПОР ВМЕСТО СКАНДАЛА
Учимся правильно выяснять отношения с. 36

Дорогая читательница!



Обещали – выполняем! Еще летом я писала, что в редакции «Лизы» к осени созреют новые рубрики и проекты. Во-первых, открываем регулярные заседания «Женсовета» (стр. 44) для обсуждения разных проблем из нашей женской жизни. Там ты познакомишься с Асей Любимовой, героиней нашей новой сериальной истории «Ищу мужчину». Ася решилась откровенно делиться своими успехами и промахами на этом нелегком пути. Наконец стартовал наш антикризисный эксперимент с Biglion. Наша цель – проверить на собственном опыте, можно ли с помощью купонов со скидками получить дорогие услуги, которые в кризис кажутся недоступными. О первых результатах этого проекта ты можешь узнать на стр. 32. А если ты вдохновишься этой идеей, не забудь честно поделиться своим опытом.
Пиши мне: **glavred-lisa@burda.ru.**

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ЖУРНАЛА «ЛИЗА»
Наталья ФИЛАТОВА



ВСЕГДА *НА СВЯЗИ*

ВЫ – ЭТО МОРЕ ПОЗИТИВА

«Раз в неделю я хожу за журналом на почту – мчусь на всех парусах! Проходя мимо школы, с любовью вспоминаю уроки и строки: «Жизнь надо прожить так, чтобы... » А действительно, как надо? Сколько раз в жизни я стояла у развилки: «Пойдешь налево, направо...» Куда же лучше пойти? И на все мои вопросы ваш журнал тут же дает ответы, вы как будто читаете мои мысли! По дороге встречаю одноклассницу и говорю ей, что иду за «Лизой». «В садик за ребенком?» – спрашивает она. «Эх ты, темнота, – смеюсь я, – ничего не знаешь. «Лиза» – это моя любимка, мой журнал. Это капелька рекламы, река советов, море позитива и океан любви. «Лиза» – это загадка, интрига, это преданный, желанный друг. Пойдешь со мной за новым номером? Поспешим, а то все журналы разберут!»

Олеся Семенчук, Башкортостан



Приз за письмо!

Eveline Cosmetiks дарит нашей читательнице тушь для ресниц Master Volume и концентрированное средство для ухода за ногтями Silver Shine Nail

ВРЕМЕНА ГОДА ОТ «ЛИЗЫ»

«Здравствуйте, дорогие создатели журнала! Наверное, многие читатели благодарят вас за кулинарную рубрику. Хочу присоединиться к ним и похвастаться своей коллекцией от «Лизы». Она у меня особенная: я собираю рецепты по временам года. Сейчас на кухне «дежурит» папка «Осень». Готовлю блюда из сезонных овощей и фруктов. Пироги со сливами, соте из баклажанов – семья счастлива!»

Тамара Галанина, г. Киров



СОБЫТИЯ&ЛЮДИ
6 **Новости**
32 **Испытано на себе.** Антикризисный план с BIGLION
48 **Звезды.** Богатые тоже экономят

МОДА&КРАСОТА
8 **Стиль.** Вязаные вещи для осени
10 **Практика.** Четыре способа завязать палантин
12 **Уход.** Прическа как у звезды

ЗДОРОВЬЕ&ВЕЛНЕС
18 **Важная тема.** Цистит: иногда он возвращается
20 **Натуротерапия.** Лечебные ванночки для ног.
22 **Диета.** Лимонад для талии

КУХНЯ&ДОМ
25 **Вкусно и просто.** Готовим цукини
28 **Новости.** Вот так попкорн!
29 **4 рецепта.** Открытые пироги
34 **Порядок в доме.** Наводим чистоту на балконе

ТЕМА НЕДЕЛИ: ДАВАЙ ПОМИРИМСЯ!
36 **Психология.** Спор вместо скандала
38 **Отношения.** 7 фраз, которые нельзя говорить мужчине
40 **Карьера.** Коллеги, не ссорьтесь

ВПЕЧАТЛЕНИЯ
24 **Сканворд** и анекдоты
42 **Рассказ.** «5 минут, а потом – ничего»

27
«БОЧОНКИ» ИЗ ЦУКИНИ
с овощами. Подходит для разгрузочных дней



46
ШОПИНГ С ИНТЕРЕСОМ
Совместить покупки и отдых? Легко!

ЧИТАЙ В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ



АБХАЗИЯ
Здесь ты будешь чувствовать себя как дома



С ЗЕЛЕНОЙ ФАСОЛЬЮ
Простые, вкусные и полезные блюда



УСПЕХ ВОПРЕКИ СУДЬБЕ
Звезды, которых не сломила жизнь

Фото: PR-служба компании Eveline Cosmetiks; девушка на обложке Seasons/Fotodom.ru; фото главного редактора: Павел Парамонов; Burda Media; Legion-Media







НАСТРОЕНИЕ

ВСЕ КРАСКИ ОСЕНИ

ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ «официально» наступает в конце сентября. Астрономы привязывают ее начало к дню осеннего равноденствия (22 сентября), когда Солнце покидает наше полушарие и переходит в южное. Ну а народный календарь – ко дню Петра и Павла Рябинников (23 сентября). С этого дня собирали рябину: кисти клали у оконных рам, дверей – считалось, они отведут беду от дома.

ЦВЕТОТЕРАПИЯ – лучший способ справиться с осенней хандрой, которой, по данным ВОЗ, страдает каждый пятый. Окружи себя яркими красками, которыми так богата золотая осень: бери камеру и отправляйся на фотоохоту. Вдохновляющие снимки ждем на **lisa-konkurs@burda.ru.**

КСТАТИ! *Знаешь, почему листья желтеют, краснеют? Они перестают вырабатывать хлорофилл (он дает зеленый цвет). И проявляются другие пигменты: желтый – ксантофилл, оранжевый – каротин, красный – антоциан. Смогла запомнить? Молодец!*

ШОПИНГ

ЗАЧЕМ МЫ ИХ МУЧИМ?

ТОЛЬКО ПРЕДСТАВЬ: около трех недель своей жизни мужчины тратят на ожидание женщин во время шопинга. Во время общего похода за покупками они в среднем 23 минуты проводят, скучая возле примерочной или у входа из магазин. Может, пожалеем и не будем упорно брать с собой?

* По данным опроса компании Andrews Air Conditioning



РЕКОРДЫ

С ВЫСОТЫ ПОЛЕТА

140 м – колесо обозрения такой высоты откроют на ВДНХ в 2018 году. Оно станет самым высоким в Европе.

30 закрытых кабин для посетителей будет на колесе, три из них – VIP.

600 человек смогут одновременно прокатиться на аттракционе и полюбоваться на столицу.

КСТАТИ! *Пока европейский рекорд – 135 м – у колеса «Лондонский глаз» (London Eye), которое находится на берегу Темзы (на фото).*

ШОУ ОКТЯБРЯ

ЧТО УМЕЮТ ВОЛШЕБНИКИ?

Да все что угодно! Например, волшебники братья Сафроновы умеют:

- парить в воздухе,
- передвигать предметы силой мысли,
- исчезать на глазах публики.

И еще многое другое. Ты и сама можешь в этом убедиться: 2 октября в «Крокус Сити Холл» (Москва) известные иллюзионисты представляют фантастическое шоу «Молния».



С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ!

27 СЕНТЯБРЯ

30 лет – Наде Михалковой. Поздравляем!

Специально для читательниц «Лизы» – модный совет от именинницы и ведущей программы «Правила стиля» (смотри по понедельникам в 22.00 на Канале Disney):



Чтобы осенью выглядеть стильно, поэкспериментируй на тему школьной формы. Ткани с крупной клеткой, все оттенки бордового, зеленого и синего, ботинки на шнуровке – лучшие друзья девушек в октябре-ноябре. И не забудь еще один очень модный аксессуар – вместительный рюкзак!

Фото: Legion-Media; Burda Media; PR

ВЯЗАНЫЕ ВЕЩИ

Осенний сезон – пора обновить свой трикотажный гардероб. Выбери подходящий к любому образу свитер, кардиган или жилет

ПОЛОСАТЫЙ РЕЙС
Жилет отлично вписывается в повседневный образ. Полоска или декор – привлекательный акцент. Носи жилет с пиджаком классического кроя и джинсами.


LUI JO


MARC CAIN

В ОДНОМ ЦВЕТЕ
Сочетай трикотажные вещи в одном тоне – это очень модно. Но при этом выбирай вещи разной фактуры: брюки из трикотажа, а свитер и шапочку – связанные «резинкой».

ФАКТУРНАЯ ПРЯЖА
Пончо в светлых тонах лучше смотрится из объемной пряжи.


MALO

КОРОТКО ПО ДЕЛУ
Укороченный свободный жилет с контрастной окантовкой в духе Шанель хорошо сочетать с юбкой или брюками с завышенной талией.


LUI JO

Фото: PR, fashionserver Pluto/Burda Media



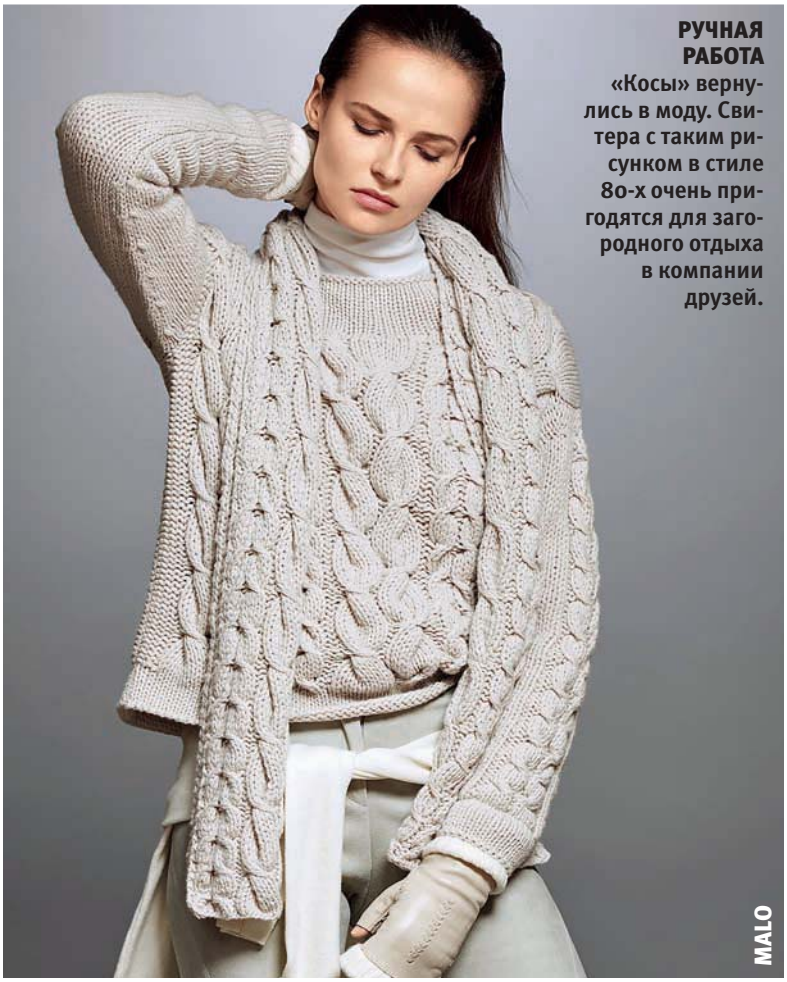
MARC CAIN

ПЕСОЧНЫЕ ОТТЕНКИ
Романтично выглядит наряд, если в комплект к бежевому свитеру и воздушной кружевной юбке добавить берет в тон.



LUI JO

СМЕШИВАЙ СТИЛИ
Микс милитари и романтики – яркий тренд этой осени. Подчеркни образ массивными ботильонами и сумкой кроссбоди.



РУЧНАЯ РАБОТА
«Косы» вернулись в моду. Свитера с таким рисунком в стиле 80-х очень пригодятся для загородного отдыха в компании друзей.

MALO

Сочетай правильно

СМЕЛО КОМБИНИРУЙ ТРИКОТАЖНЫЕ ВЕЩИ В ОДИН ОБРАЗ. НАПРИМЕР, В СТИЛЕ БОХО ИЛИ ПАРИЖСКИЙ ШИК



1. Жилет, *Mango, от 3000 руб.* **2. Брюки,** *Monsoon, от 2999 руб.* **3. Кардиган,** *Marks&Spencer, от. 6000 руб.* **4. Ботильоны,** *Banana Republic, цена по запросу.*



1. Жилет, *C&A, от 2000 руб.* **2. Кардиган,** *Uniqlo, 2999 руб.* **3. Юбка,** *Koton, ок. 2000 руб.* **4. Сапоги,** *Patrizia Pepe, цена по запросу.*