

№ 13
23 марта 2021



Все для женщины

Оригинальные блюда из фарша стр. 16

Вкусно, просто, доступно



Вот это кексы!

3 рецепта истинного наслаждения стр. 18

Чем опасен дефицит белка

стр. 9



стр. 10

86-летняя воздушная гимнастка!



стр. 7

Какой маникюр в моде этой весной

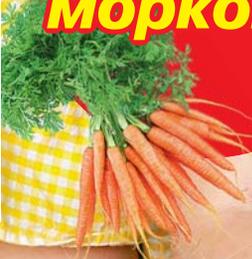
стр. 9

Как избежать приступа мигрени

стр. 6 Осветляем веснушки

стр. 29

Секреты суперурожая морковки



5 шагов, которые помогут пережить трудные времена

стр. 23

стр. 20 Как смягчить проявления климакса

На фото: Евгения Агапова с дочкой Алиной, г. Истра Московской обл.



Дорогие подписчицы!

В связи с досадной технической ошибкой подписка на журнал «Все для женщины» на 1-е полугодие 2021 года была оформлена только на нечетные номера журнала. К счастью, цена за подписку при этом была также технически уменьшена соответственно количеству номеров, которые вы получите. В связи с этим в ваших почтовых ящиках вы увидите номера журналов: **1–2 (сдвоен), 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25.**

Все же четные номера по 26-й можно будет приобретать в киосках и супермаркетах, заказать на сайте yuniline.ru/subscription либо воспользоваться сервисами litres.ru, pressa.ru.

Техника, допустившая ошибку, беспощадно аннигилирована, а лица, причастные к ошибке, лишены права читать все четные выпуски любимого журнала. Искренне просим простить нас за доставленные неудобства и молим бога нумерологии о том, чтобы это была самая большая досада этого года.

С любовью и раскаянием, ваш журнал «Всё для женщины»



Посуда как чудо!

Польская художница Марта Туровска создает простую, но оригинальную посуду. Все ее миски, тарелки, кружки, салатники воплощают образы животных, будто нарисованных детьми. Сначала художница прорисовывает образ животного, затем на гончарном круге вручную изготавливает его из глины и расписывает. По словам Марты, это занятие приносит ей огромную радость – ведь она, как волшебница, творит вместо обычных вещей из домашнего обихода сказочные! Все работы Марты уникальны и существуют в единственном экземпляре.



Пройдите в кабину

Спустились с «небес» на землю



Водной из американских пивоварен нашли необычный способ разграничить пространство между посетителями. Для этих целей используются вышедшие из эксплуатации кабинки от горнолыжных подъемников. Гости заведения могут удобно расположиться в них как вдвоем, так и небольшой компанией. Каждая кабинка оснащена обогревателями, так что в прохладные денечки клиенты заведения точно не замерзнут.

Очень уютно и безопасно



Спорт или красненькое?!

Один выпитый бокал сухого красного вина заменяет часовое занятие в тренажерном зале – к такому выводу пришли канадские ученые. По их мнению, это открытие может помочь людям, которые не могут посещать спортзалы. Секрет подобного воздействия вина на организм кроется в соединении ресвератрол. Он улучшает работу сердца, повышая количество сердечных

сокращений, и укрепляет мышцы, что равноценно результатам посещения спортзала. Также люди, выпивающие бокал красного сухого вина, менее склонны к развитию слабоумия, онкозаболеваний и сахарного диабета второго типа. Но надо помнить, что «тренировки» с бокалом нельзя

Кстати
Ресвератрол также содержится в темном шоколаде, красном винограде, голубике, арахисовом масле.

устраивать чаще 3–4 раз в неделю и пользу принесет лишь один бокал за раз, не больше!



Улыбнись

😊 Если теща начала называть тебя «сынок», это значит, что уже весна и на огороде полно работы.

😊 – Любимая, а что у нас на ужин?
– Тебя опять жена не покормила?

😊 – Сарочка, а ты в своего Изю с первого взгляда влюбилась?
– Нет, со второго...
– А почему со второго?
– С первого взгляда я не заметила на его руке золотые часы.

Утонем в цветах

Платья, блузки, юбки и сарафаны в цветочек станут самыми модными в этом весенне-летнем сезоне. В ход идут самые разнообразные принты – от скромных нежных букетиков до реалистичных крупных экзотических растений. Не остаются в стороне и композиции с лепестками фиалок и прекрасными розами. Особенно популярными будут платья-рубашки с цветочными принтами и разнообразными видами отделки и кроя. Такие вещи, по мнению ведущих дизайнеров, придадут их обладательницам любых возрастов женственность и кокетливую элегантность. А в качестве фона для цветастых мотивов лучше выбрать нейтральную цветовую гамму – это слоновая кость, цвет небеленого льна, бежевый, светло-серый и, конечно, фаворит сезона – белый.



Посмотреть

У Джека две сестры, но он мечтает о брате, с которым можно будет играть в «пацанские» игры. И вот на свет появляется Джо... Фильм «Мой брат – супергерой» режиссера Стефано Чипани в прокате с 18 марта.



Почитать

Анимант отправляется в Лондон, где его ждет мистер Рид – язвительный молодой человек, которому нужна помощница в библиотеку... Автор книги «Книжные хроники Анимант Крамб» – Лин Рина.



Факт

Победитель лотереи на Ямайке пришел за своим выигрышем – миллионом долларов – в костюме из фильма ужасов «Крик». В такую одежду мужчина облачился, чтобы его не узнали по фотографиям в газетах родственники.