

## Письмо редактора

Есть такой прикол — составлять план дел на лето. На случай если своя фантазия замёрзла в нынешнем стиле, можно взять готовый в Интернете, например, из 30 идей или даже из 50-100, а то и из всех 10 тысяч. Да-да, попался мне и такой. Думаю, даже если воплощать его 24/7, всё равно 92 дней лета не хватит. Особенно когда большую их часть видишь из окна рабочего офиса, а в промежутках пашешь на даче. Любопытства ради изучила несколько таких списков — а вдруг удастся что-то позаимствовать и впрямь сделать лето незабываемым?! «Прогуляйтесь под тёплым ливнем» — рекомендует один из них. Ну тут я пас! После таких прогулок у меня обычно садится или вовсе пропадает голос, такая особенность организма. Или вот ещё: «Проговорите с подругой всю ночь по душам». Вы серьёзно? Чтобы я добровольно пожертвовала сном в угоду каким-то сомнительным разговорам? Мы и днём потрепаться можем. А ночами мы болтали разве что в 20 лет, сейчас же каждый час сна — драгоценность! Казалось бы, вот отличное предложение на лето: «Сделать перестановку дома». Так-то оно так, но сама могу разве что только стулья и пуфик в другое место передвинуть. А как мне, скажите, транспортировать к противоположной стене гостиной диван, если его двое мужиков еле сдвинуть с места могут? Пожалуй, самым интересным показалось предложение «сходить в лес по грибы-ягоды». Такой ностальгией сразу повеяло, детством, нагретым на солнце смолистым лесом, мы с сестрой и родителями собираем чернику, рты у всех от ягод чёрные, и так на душе хорошо! А главное, клещей никто тогда почему-то не боялся. Да о них даже не говорили. Сейчас же сто раз подумаешь, а так ли надо тебе в тот лес. За черникой и на рынок можно. Там тебя никто не укусит. Так что не знаю, как вы, а я не буду строить планы на лето. Потому что лето и без всяких планов само по себе в кайф. С наступающим вас!

ЛАРИСА ЗИНЬКЕВИЧ



# 11

Лучики  
поцеловали

## ПСИХОЛОГИЯ

### 6 Комфортный мир

о скрипке  
и погремушке

### 8 Дети

сыну светит ПТУ



# 15

Выплакать  
стресс

## КРАСОТА

### 10 Тренды

маски  
со светодиодами

### 12 Уход

массаж ложками

## ЛЮБИМЫЙ ДОМ

### 21 Огород

каркаде для томатов

### 23 Шпартгалка

тонометр на запястье

## ЗДОРОВЬЕ

### 14 Актуально

просветить грудь

### 16 Питание

чашечка коллагена

## ДОСУГ

### 24 Тайны

зачем солить пол

### 27 Гороскоп

Близнецы добьются  
успеха



# 18

Пицца из  
чёрствого  
хлеба

# 20

Голубой  
фонтан  
лобелии

