

## Письмо редактора

Недавно со мной приключилась неприятность: квартиру затопило в период капремонта крыши. Да, бывает, но, как говорят, к такому повороту событий жизнь меня не готовила. Во время первого и второго дождя с потолка капало, когда шли два следующих — вода лилась струйками, а при пятом случился он — потоп. В два часа ночи проснулась от шума воды, зашла в кухню, а там уже «море, море, мир бездонный, пенный шелест волн прибрежных»... Я схватила тапки, вёдра, тряпки, но всего этого оказалось мало. Только в девять утра кое-как удалось усмирить «стихию». Уставшая, уселась на стул, прислонила голову к стене и зарыдала. Ну а как бы вы себя повели, если бы это случилось в первый день долгожданного отпуска? Да и при виде «всего, нажитого непосильным трудом», но подмоченного, сердце сжималось... В порыве отчаяния опубликовала историю о своей беде в соцсетях. И началось самое интересное! Неожиданно для меня люди стали предлагать помощь. Уже спустя двадцать минут под дверью стоял знакомый с пакетом ветоши. В тот день это было лучшим подарком, потому что сухие тряпки давно закончились. Через час позвонила одногруппница, с которой мы лет пять не виделись, и 50 минут объясняла, как написать обращение и куда его отправить. Следом друзья один за другим предлагали «свободные руки» и деньги на «срочные» нужды. Они понимали, что жить без света и под натяжным потолком, превратившимся в большую каплю, невозможно. Ещё много людей присылали слова поддержки. И знаете, что скажу? Помощь друга — это не просто акт доброй воли, а мощная сила, способная изменить ход событий и вселить надежду, когда кажется, что выхода уже нет.

Ольга Крупенько,  
ЗАМЕСТИТЕЛЬ РЕДАКТОРА

# 11

Ладан для  
бунтаря.  
Подбираем духи  
по архетипу



## ПСИХОЛОГИЯ

**7 Комфортный мир**  
дело не в тебе

**9 Родня**  
тот, кому хочется  
позвонить

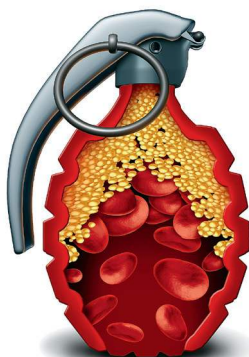
## КРАСОТА

**10 Тело**  
поп-гимнастика

**12 Волосы**  
подключить  
термозащиту

## ЗДОРОВЬЕ

**16 Образ жизни**  
пережить шторм



# 14

Победители  
холестерина

## Содержание

3



# 25

Поцелуй  
против морщин

## ЛЮБИМЫЙ ДОМ

**18 Кухня**  
изумрудное  
варенье



**20 Цветы**  
поперчить хосту

**21 Огород**  
тайный ингредиент

**24 Соседи**  
лавочка добрых дел

## ДОСУГ

**27 Гороскоп**  
раки проверят  
друзей

# 22

Большая  
заморозка

