



125



50



НАША ОБЛОЖКА

Регина Тодоренко: «Как не сойти с ума, пытаясь быть хорошей мамой» **14**

Вечеринка на даче **125**

Домашнее мороженое **118**

Едем в отпуск **147**

Падение мифа о красоте **34**

Секс: оба снизу **82**

На обложке: Регина Тодоренко

Фото: Антон Земляной

Стиль: Владимир Макаров. На Регине: купальник Calzedonia; подвески, браслеты и перстни, Sunlight



111

ЗДОРОВЬЕ

91 Приятного аппетита! В порядке ли ваше пищевое поведение?

100 Взять высоту Что главное в обуви – красота или удобство? Мнение эксперта

102 Фитнес вашей мечты

КУХНЯ

107 Освежитесь! Коктейль «Сангрия Шпритц»

108 Ваше большое зеленое меню Свежая зелень всюду – в салатах, соусах, омлетах

116 Готовим сами Соус барбекю

118 Всем – мороженого! Рецепты домашнего ледяного десерта

ДОМ

125 На воздухе Как сделать жизнь за городом яркой и комфортной

134 Модный дом Фантазируем, ищем новые идеи и интерьерные тренды года

142 Летний день рождения Садовые цветы в интересной аранжировке

ПУТЕШЕСТВИЕ

147 Любовь к Португалии

154 Турция На любой вкус

158 Греция Будь готов к Sani летом!

Платье,
Tara Jarmon;
браслеты,
Sunlight





Бейсболка,
Eleventy

Поясная
сумка, Sandro



Свитшот,
Lacoste



Брюки,
Luisa
Cerano



Сандалии,
Paolo Conte



Купальник,
Shan, «Эстель
Адони»



Браслет,
Sunlight



Футболка,
Luisa
Cerano



Юбка, KAPPA
KONTROLL

Кроссовки,
Tamaris



Монокини,
Incanto



Часы,
SOKOLOV

Шарф,
Eleganza



Фото: архивы пресс-служб

Ни дня без спорта!

Для любителей комфорта
лучший вариант – спортив-
ный стиль. В таком купаль-
нике можно пробежаться
до пляжа, а потом проплыть
еще пару километров.