

FOR HIM MAGAZINE
150
ПЕЧАТНИЙ ДОГОВОР

ЖУРНАЛ МУЖСКОГО РОДА
90-ЭМИ-ДЕКАБРЬ 2014

ЭМИ

31

ПРИЧИНА НЕ ХОДИТЬ
К ВРАЧУ

ЧТО ХОРОШО
КОНЧАЕТСЯ
СЦЕНАРИИ
АПОКАЛИПСИСА

НЕ ИМЕЙ
СТО ДРУЗЕЙ
НО **КУПИ** СТО
ПОДАРКОВ

Жилли Робертс

РОК-УРОК
ВЫУЧИ ТРИ
АККОРДА
И СТАНЬ ЗВЕЗДОЙ

СНЯЛА ТРАУР
ПО PUSSYCAT
DOLLS *И НЕ ТОЛЬКО*

ПАВЕЛ ВОЛЯ
СЭМЮЭЛ
Л. ДЖЕКСОН
ИТАН ХОУК

16+

14012
4 606895 000154

D: 7,00 ; A: CY, E, P, I: 7,20 ; F: 8,50 ; TR: 16,50 TL; CZ: 215 CZK, H: 2485 NUF



MP4-29

МОТОРЫ БОЛИДОВ ПИТАЮТСЯ
ТОЛЬКО ЛУЧШИМИ МАСЛАМИ.
**ТАК ПОЧЕМУ СТОИТ БРИТЬСЯ
С ПЕРВЫМ ПОПАВШИМСЯ ГЕЛЕМ?**



Gillette[®]
Лучше для мужчины нет™

Позволь своей бритве достигнуть
предела производительности.

МЕНЬШЕ СОПРОТИВЛЕНИЯ ДЛЯ НЕВЕРоятНОГО КОМФОРТА.*

* по сравнению с гелями для бритья Gillette Series.

РЕКЛАМА

ОПТИМИСТ,
ОН И РТУТНЫМ
ШАРИКАМ
НАЙДЕТ
ВЕСЕЛОЕ
ПРИМЕНЕНИЕ



04 СЛОВО РЕДАКТОРА
06 ТВОИ ПИСЬМА

ФИЛЬТР

08 Как тебе прожить этот месяц так, чтобы не было мучительно скучно

FEATURES

32 100 ВОПРОСОВ
популярному комику, участнику Comedy Club на ТНТ – Павлу Воле

36 ЭШЛИ РОБЕРТС
Секс-символ двухтысячных, участница суперпопулярной группы The Pussycat Dolls, расскажет тебе все. Даже что она думает о мужском обрезании

44 ГЕРОЙ FHM
Самый крутой афроамериканец на экране – Сэмюэл Л. Джексон

48 НУ, ЭТО ЕЩЕ НЕ КОНЕЦ СВЕТА
Восемь оригинальных способов выжить после апокалипсиса

54 КНИЖНЫЙ ЧЕРВЬ
Работы Брайана Деттмера, которые стирают грань между вандализмом и искусством

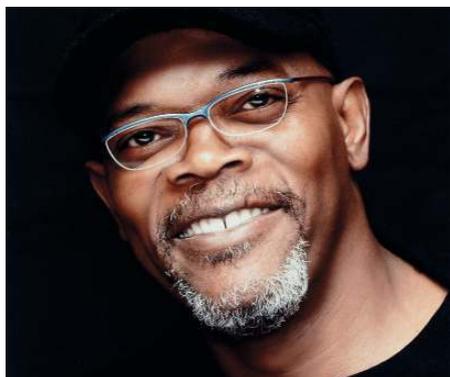
60 ТАКАЯ РАБОТА
Секреты скалолазания

62 ПОПЫТКА КАК ПЫТКА
Все о тестовых заданиях при приеме на работу

СЕКС

66 ХОРОШИЙ ГОД
Что хорошего принес нам 2014-й в плане секса. Итоги FHM

36 Эшли Робертс



44 Герой FHM – Сэмюэл Л. Джексон



48 Ну, это еще не конец света



54 Книжный червь



94 Девушка FHM



100 Легенды осени



110 31 лайфхак в области здоровья

СТИЛЬ

70 СТИЛЬ

Самые модные тенденции этого месяца

84 ВОПРОС/ОТВЕТ

86 ПРИЕМНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

Ароматные и полезные новогодние подарки для тебя

88 ИДЕЙНАЯ ОСНОВА

Косметические и парфюмерные новогодние подарки для твоей девушки

ОТДЕЛ КУЛЬТА

94 ДЕВУШКА FHM

Самая сексуальная в декабре

98 ТЕСТ-ДРАЙВ

Тестируем новый, единственный и неповторимый Rolls Royce Wraith

100 ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ

Самые интересные новинки автомобильного мира

104 ОТДЕЛЬНО ВЗЯТЫЕ

Новинки электроники, которые ты купишь себе после того, как осчастливил подарками всех своих близких

106 РОКОВОЙ ВЫБОР

Как стать рок-звездой

ТЕЛОСТРОИТЕЛЬ

110 31 ЛАЙФХАК В ОБЛАСТИ

ЗДОРОВЬЯ

Простые способы быть здоровым

116 РЕЙВЕРСКИЕ РЫБНЫЕ ТАКО

Самый брутальный кулинарный эксперт в мире DJ BBQ расскажет тебе, как приготовить невероятно питательные и вкусные рыбные тако, достойные самого крутого рейвера

НАКОНЕЦ

118 ВСЬ МИР В КАРМАНЕ

Всякая всячина тебе на заметку

122 РАСТУЩИЙ КУРС

Если ты еще не придумал, чем осчастливить родных и друзей на Новый год, или просто у тебя наступил кризис фантазии, FHM предлагает тебе воспользоваться нашими заготовками. Для твоего удобства мы разделили все подарки по трем разным ценовым категориям

128 ЗНАЙ КАК

Учимся правильно и полезно питаться

FHM

FOR HIM MAGAZINE/RUSSIA №12 (159) ДЕКАБРЬ 2014

Задание месяца: Пообещай сделать что-нибудь в новом году!

Главный редактор Алексей Исаков
Обещаю не работать больше по выходным. Но остальных все равно буду заставлять.

Шеф-редактор Мария Араамасова
Обещаю в новом году выйти замуж и родить троих детей.

Арт-директор Борис Захаров
Обещаю сделать редизайн.

Редактор Алексей Сальникофф
Обещаю в новом году разбогатеть. Сколько можно, в самом деле...

Младший редактор Анастасия Бочарова
Обещаю стать первой студенткой на курсе.

Фоторедактор Вероника Петрова
Что-то? О, точно, обещаю, что в новом году не буду переспрашивать!

Дизайнер Наталья Пыльнева
Обещаю ставить в известность начальство, уходя с работы.

Специалист по пресसे Максим Макаров
Окончательно откажусь от фотошопа, потому что девушки у нас все краше и краше.

Корректор Любовь Петрова
Обещаю наконец научиться отдыхать.

МАТЕРИАЛЫ В НОМЕР ПРЕДОСТАВИЛИ

Слова – Антон Бондаренко, Анна Заболотная, Алина Краснова, Сергей Оболонков, Анатолий Петров, Константин Подстрешный, Клариса Пульсон, Елена Тихонова

Фотографии и иллюстрации – Борис Захаров, Антон Кузнецов, Shutterstock.com

Шрифты – Алексей Чекулаев, Paratype

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ СВЯЗИ

Адрес редакции: 109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, 17

Телефон: + 7 495 745 84 12 **Факс:** + 7 495 678 52 05

E-mail: fhm@fhm.ru **Сайт:** www.fhm.ru

Учредитель и издатель: ООО «ИДР-Формат»

109544, г. Москва, ул. Большая Андроньевская, 17

Служба распространения + 7 495 745 84 27

КОММЕРЧЕСКАЯ СЛУЖБА

Коммерческий директор «ИДР-ФОРМАТ»

Ирина Минакова iminakova@idr.ru

Директор по рекламе журнала FHM

Елена Кочергина ekochergina@idr.ru

Телефон отдела рекламы: +7 495 745 84 02

Факс: +7 495 678 52 48

PR менеджер Наталия Фокина nfokina@idr.ru

FHM INTERNATIONAL

FHM Australia Guy Mosel

FHM China Jacky Jin

FHM Czech Republic

Dalibor Demel

FHM France Laurent Giraud

FHM Germany Markus Boden

FHM Holland Sander Kersten

FHM India Kabeer Sharma

FHM Indonesia

Richard Sam Bera

FHM Latvia Sandris Metuzals

FHM Malaysia Eugene Phua

FHM Norway Martin Thronsen

FHM Philippines Allan Madrilejos

FHM Romania Eduard Tone

FHM Russia Aleksei Isakov

FHM Singapore David Fuhrmann Lim

FHM Slovenia Uros Majcenovic

FHM South Africa Hagen Engler

FHM Spain Rafael Benitez

FHM Taiwan Pan Jiawei

FHM Thailand Jakaphatchara Buranabutr

FHM Turkey Berk lybar

FHM UK Joe Barnes

International Director Simon Greves +44 207 182 80 74

Head of International Content Anouska Christy +44 207 182 80 75

International Content Executive Ellie Bond +44 207 520 65 61

© 2012, ООО «ИДР-Формат». Редакция не несет ответственность за достоверность информации, содержащейся в рекламных материалах. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов опубликованных в журнале статей. Полное или частичное использование материалов возможно только с письменного согласия редакции и с обязательной ссылкой на ООО «ИДР-Формат».

Журнал зарегистрирован в федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций («РОСКОМНАДЗОР») свидетельство ПИ № ФС77-47954 от 23.12.2011г. Тираж 110 000 экземпляров. Дата выхода 27.11.2014. Цена свободная.

Отпечатано на бумаге Galerie One Gloss.



Отпечатано в ОАО «Можайский полиграфический комбинат»
143200, г. Можайск, ул. Мира, 93
www.oaompk.ru, www.oaompk.pf тел.: (495) 745-84-28, (49638) 20-685

VITEK



*Кулинарное вдохновение
от природы*

*Среди мультиварок VITEK



VT-4217

ec
DESIGN

Реклама



ПЕРВАЯ В МИРЕ МУЛЬТИВАРКА С ДЕКОРОМ ПОД ДЕРЕВО*



Мультиварка VT- 4217 — многофункциональное устройство: благодаря 20 автоматическим программам вы разнообразите свой рацион вкусными и полезными блюдами. Теперь вы легко приготовите йогурт, творог, кашу, фондю, выпечку, плов, пасту и сварите борщ.

WWW.VITEK.RU

8-800-100-1830

ОТ РЕДАКТОРА 12/14

#159



Новый год, если хватит сил и смелости оглянуться назад, в беспечное детство, оказывается твоим первым взрослым праздником. Чаще всего, именно во время боя курантов ребенок первый раз оказывается со взрослыми за одним столом, в первый раз ему разрешают не спать чуть ли не до часу ночи и даже не запрещают нюхать брют в чужих бокалах. Именно благодаря Деду Морозу каждый недоросль от Калининграда до Владивостока учится подводить итоги года, бравировать своими достижениями и требовать астрономических бонусов (лично я хотел телескоп за «вторую подряд четверть без троек»). Новый год учит нас отличать возможное от невозможного (настоящий танк в детском мире не продается), справляться с разочарованиями (борода из ваты) и строить планы (хотя бы на каникулы). Сейчас, кстати, самое время немного помечтать о том, как изменится твоя жизнь первого января. Возможно, ты наконец начнешь следить за своим здоровьем, сменишь работу с большой зарплатой на работу с зарплатой неприлично большой, купишь свой первый роллс-ройс и шестой айфон, ну и вообще заживешь полной жизнью. Само собой, не без помощи FHM – ведь именно мы прямо сейчас расскажем тебе, как избежать похода к врачу, как пройти тестовое задание при устройстве на работу и даже вкратце объясним, как стать рок-звездой – к этому статусу, как мы слышали, до сих пор прилагаются лимузины, миллионы симпатичных поклонниц и просто миллионы. В общем, уже понятно, что у нас на тебя грандиозные планы. Так что не подведи. Иначе в следующем году Дед Мороз подарит тебе только крем для бритья и носки из собачьей шерсти.

Алексей ИСАКОВ, главный редактор **FHM**

НА СВЯЗИ

e-mail: letters@fhm.ru

Почтовый адрес: 109544, Москва,
ул. Большая Андроньевская, 17

12+

Реклама

EUROPA
PLUS TV



НОТ & ТОР*

ПРЯМОЙ ЭФИР

ЗВЕЗДЫ, КЛИПЫ, ИНТЕРАКТИВ

ВЕДУЩИЕ:

ЧАК, ИРЕНА ПОНАРОШКУ, ИЛЬЯ БУЦ

С ПОНЕДЕЛЬНИКА ПО ПЯТНИЦУ
С 16:00 ДО 18.00 (МСК)

ОНЛАЙН ВЕЩАНИЕ НА САЙТЕ WWW.EUROPAPLUSTV.COM



ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПРОГРАММАХ И ПОДКЛЮЧЕНИИ НА САЙТЕ WWW.EUROPAPLUSTV.COM

* ХОТ ЭНД ТОП

ПИСЬМА

12/14

НА СВЯЗИ

e-mail: letters@fhm.ru

Почтовый адрес: 109544, Москва,
ул. Большая Андроньевская, 17

ПРОРЕЖЬ, ПРОРУБИ И ПРОПЕРЧИ
СВОЙ ПУТЬ К СЛАВЕ

45

**СПОСОБОВ СТАТЬ
ХОЗЯИНОМ
ПОЛОЖЕНИЯ**
Хотя бы на кухне

**Письмо
месяца**

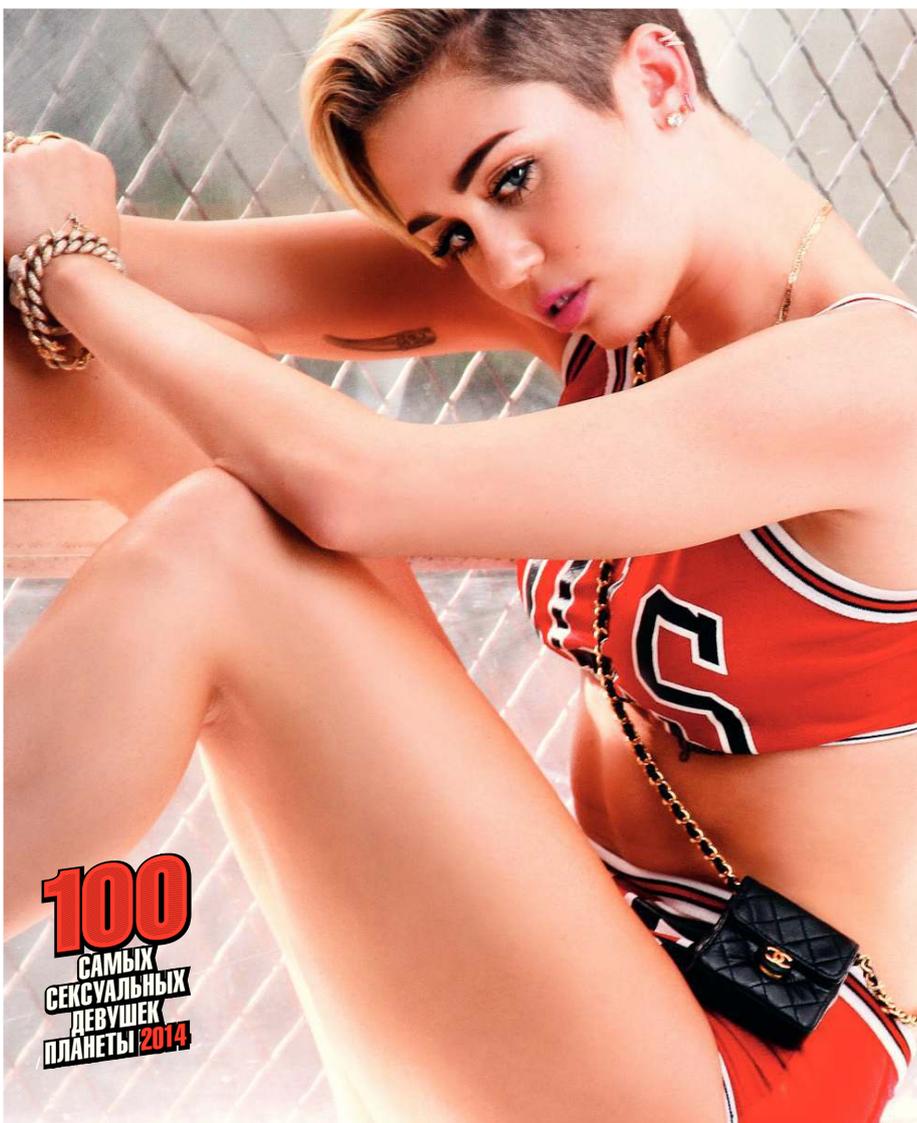
РАССКАЖИ НАМ
О ТОМ, КАКИЕ МЫСЛИ
ВОЗНИКАЮТ У ТЕБЯ
ВО ВРЕМЯ ЧТЕНИЯ
ЖУРНАЛА
FHM

Хорошенько приготовься

Как жаль, что я не прочитал все 45 способов почувствовать себя на кухне увереннее чуть раньше. Тогда бы со мной, возможно, не приключилась следующая история. Как-то я позвал девушку на свидание к себе домой. Свечи, вино, приготовленный мной обед – все как полагается. В качестве основного блюда выбрал куриный рулет. Вот только страницы в книге рецептов у меня склеились, и сразу после помидоров и филе я стал класть на лаваш взбитые сливки и ягоды. И ведь главное, меня это даже не смутило. А что, есть же всякие мишленовские рецепты и молекулярная кухня. И я думал, что реально впечатлил девушку. А она оказалась просто слишком воспитанной, чтобы сказать, что это была отвратительная стряпня. На звонки мои она больше не отвечала. А сообразил я, в чем дело, только спустя пару месяцев, когда сестра потребовала кулинарную книгу обратно.

Саша

Эх, Саша, с кем не бывает. Хорошо, что ты не стал кормить ее ядовитой рыбой фуу или консервами для собак. А вообще в следующий раз иди-ка ты лучше в ресторан. И чтобы свидание прошло успешно, надень вместо фартука классные ботинки от ALVA, сертификат на покупку которых мы тебе дарим.



100
САМЫХ
СЕКСУАЛЬНЫХ
ДЕВУШЕК
ПЛАНЕТЫ 2014

Всенародные выборы

А где голосовать в рейтинге 100 самых сексуальных женщин по версии FHM?

Сергей, Москва

Да рано пока, Серезж. Мы еще предыдущей сотней не налюбовались.

Ближе к весне заходи на наш сайт.



ПРИЗ!
наушники
Pioneer
SE-MJ741

ФОТО ДНЯ

Присылай смешные
фотки на mms@fhm.ru
или на номер
+7 985 180 4858

Смех продлевает жизнь, а значит, благодаря этой рубрике ты сможешь жить вечно. Самое смешное mms месяца нам прислал Дима. За фото «Краснозаядый король» он получает супернаушники от Pioneer.

ПРИЗ!
сертификат
на покупку
ботинок
ALVA



Советник

Ко всему, что вы рекомендуете новичку на работе, я бы добавил два простых, но очень эффективных совета: не опаздывать и не засиживаться на работе. Первое делает тебя в глазах начальства непунктуальным, а значит, и безответственным. Второе же говорю по личному опыту. Я в течение первых трех месяцев задерживался на работе на дополнительные минут двадцать, мол, показать, какой я трудоголик. Так по окончании испытательного срока меня спросили: «Ты что, не справляешься в рабочее время со своими обязанностями?»

Игорь

А ты бы не растерялся и ответил: «Да я на целый отгул себе по пятнадцать минут собираю».



Даю слово

И пусть на большинство статей «Кодекса братана» девушки реагируют отрицательно, мол, это все чепуха и глупости, я все равно буду ему следовать.

Никита

Так держать! Твои слова – это, между прочим, отдельная статья в «Кодексе».

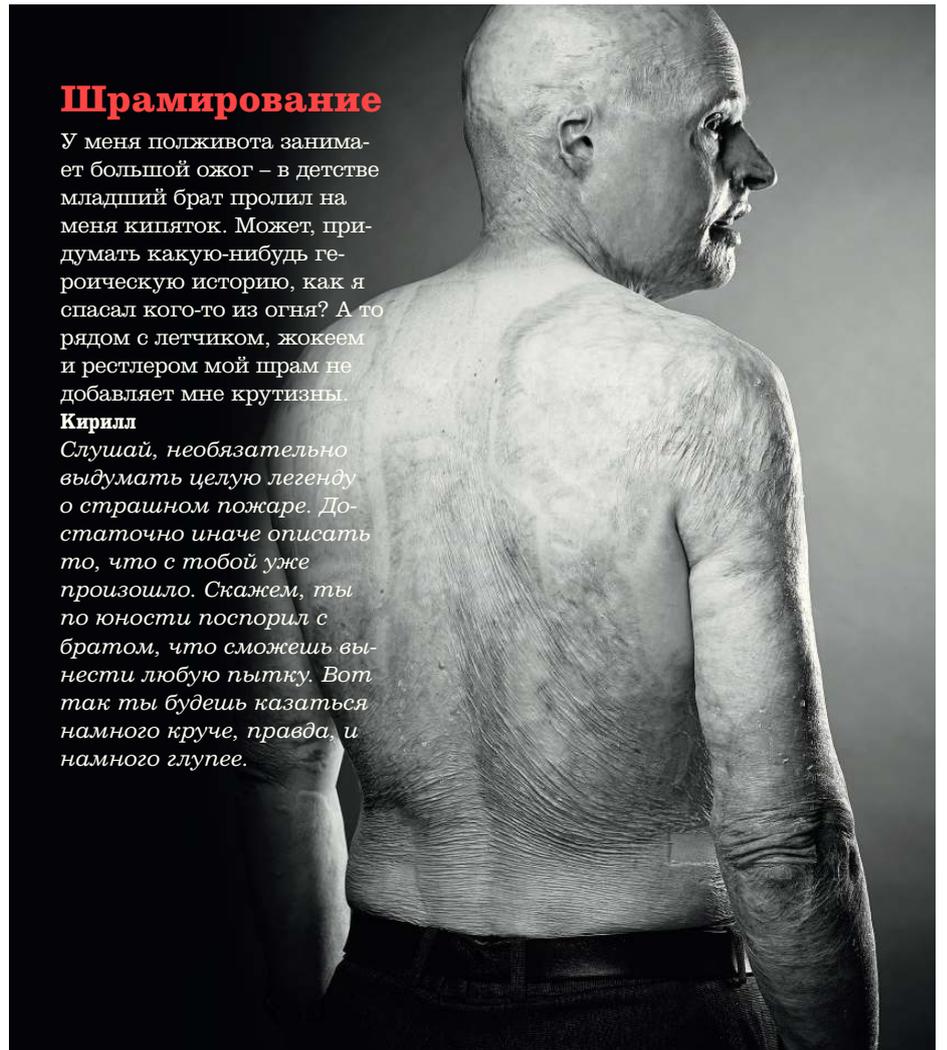


Шраммирование

У меня полживота занимает большой ожог – в детстве младший брат пролил на меня кипяток. Может, придумать какую-нибудь героическую историю, как я спасал кого-то из огня? А то рядом с летчиком, жокеем и рестлером мой шрам не добавляет мне крутизны.

Кирилл

Слушай, необязательно выдумать целую легенду о страшном пожаре. Достаточно иначе описать то, что с тобой уже произошло. Скажем, ты по юности поспорил с братом, что сможешь вынести любую пытку. Вот так ты будешь казаться намного круче, правда, и намного глупее.



Следствие вел

Незлобин ответил абсолютно честно на все 100 вопросов. Это доказывает хотя бы тот факт, что он реально не помнит, чей был день рождения, когда он пил больше трех стопок. А значит, точно пил.

Денис

Денис, ты очень внимательный. Не подсказывай, кто у нас тут из последних кривил душой? Мы их быстро публично разоблачим и больно накажем.

160 СИМВОЛОВ +7 985 180 4858
Мы очень любим читать твои SMS

А в

На
н
ме
н
к

Ча
п
т

ФИЛЬТР

Вещи, которые имеют значение в этом месяце



01
АВТО

ЛЮБИТЕЛЬ ПОНЧИКОВ

Ты, наверное, слышал про Кена Блока и его «Джимхану»? Это тот самый парень, который долгое время неудачно выступал в ралли, но делал это так красиво, что решил: его призвание – шоу. Сейчас он ежегодно выпускает новые серии сумасшедшего дирифтерского видео



Хоу-хоу-хоу

Мы забыли сказать, что в перерыве между летними покатушками на Fiesta Кен Блок успел засветиться на зимнем видео с Ford F-150 SVT RaptorTRAX. На пикап поставили резиновые гусеницы и форсировали мотор до 677 л. с. и 786 Нм тяги (против оригинальных: 411 л. с. и 585 Нм).

В итоге получился самый быстрый снегоход в мире! Зимнее видео также ищи на YouTube.



Для начала давай о терминологии. «Джимхана» – это соревнования, где пилоты с невероятно прокаченным вестибулярным аппаратом пытаются пройти трассу за минимальное время с максимальной скоростью. Трек заставлен препятствиями (конусы, автомобильные покрышки, бочки и проч.), объезжать которые нужно в определенном порядке, выполняя развороты на 180 и 360 градусов и показывая езду задом, прохождение парковочных боксов, кручение «восьмерок» и другие сложные элементы. Главное, чтобы все выглядело круто. «Пончиками» же называются круглые следы, остающиеся от шин на асфальте. Хотя чем сто раз прочесть, лучше зайди и оцени видео на YouTube.

Ну а теперь о машине! Были времена, когда Кен Блок жег резину на Subaru Impreza WRX STI, потом катался на Ford Fiesta, а вот теперь пересел на Mustang 1965 года. Хотя, если быть честным, у знаменитого купе

65-го осталось только несколько узнаваемых черт. На самом деле автомобиль строили с нуля вокруг легкого, но прочного трубчатого каркаса. Новинку показали на знаменитом тюнинг-шоу SEMA в Лас-Вегасе и сразу же объявили, что это герой седьмой части «Джимханы». Монстра обозвали Hoonicorn, что в переводе ничего не обозначает. Это просто искажение слова Hoonigan – прозвища Кена.

Работа над аппаратом велась последние два года. Представь, что за это время можно поставить на конвейер простенький бюджетный автомобильчик. Так что сил вложили немерено, равно как и мощности. Под капотом 845 лошадиных сил, заключенных в 6,7-литровый восьмицилиндровый гоночный двигатель Roush-Yates. Поскольку во время своих выступлений Кен не щадит покрышек, компания Pirelli разработала специальные шины для этого купе. Так что ждем седьмую часть шоу и надеемся, что она будет еще зрелищнее, чем две последние. **FHM**

02

АКТЕР

ИТАН ХОУК

Потомок Теннесси Уильямса, Итан Хоук когда-то отказался от роли Бэтмена и терпеть не может триллер «Забирая жизни», в котором снимался с Анджелиной Джоли. Зато работать с братьями Спириг актеру явно понравилось. В их новой ленте он играет копа, который предотвращал преступления, путешествуя во времени, но исчерпал лимит «поездок» и теперь тренирует себе замену – загадочную особу андрогинного вида и сложной судьбы

Итан, ты уже снимался у братьев Спириг в картине «Войны света». Ваша вторая совместная работа – «Патруль времени» – это вновь фантастический триллер. Тебе так понравилось работать с режиссерами или зацепил именно жанр?

И то, и другое. Майкл и Питер Спириг – вероятно талантливые ребята с уникальным подходом к процессу съемок. Я знал это еще при нашей первой встрече, когда они были совсем «зелеными». Мы вместе сделали прекрасный фильм – «Войны света», и когда я получил от них предложение, я только спросил: «Где и когда съемки? Какую роль предлагаете?» (Смеется.) Я провел всю жизнь, снимаясь в кино, у меня есть возможность выбирать роли, а у братьев Спириг всегда есть, что мне предложить. И да, я очень хотел поработать с ними еще раз, потому что был в полной уверенности, что «Патруль времени» будет отличным фильмом. Когда я прочел сценарий, который был великолепен, я понял, что картины мы будем гордиться. **Что больше всего захватило тебя в сценарии «Патруля»?**

Вообще трудно описать такой проект, как «Патруль времени». Научно-фантастические фильмы не так просты для понимания. Картина основана на культовом рассказе Роберта Хайнлайна «Все вы зомби». Только это фильм не о мертвецах, а о путешествии во времени. У фильма глобальная концепция. Это только с одной стороны мы видим парня, который путешествует в двух временных пространствах, преследуя террористов. На самом деле все значительно сложнее и глубже.

Фантастика и триллеры – действительно твои любимые жанры?

Моя любовь к кино очень велика. Мне нравится принимать участие в различных фильмах. Некоторые актеры, когда снимаются в экшне, считают экшн любимым жанром. Потом они любят эмоциональные европейские драмы, так как начали сниматься в подобных картинах. Ну и так далее. (Смеется.) Я пытаюсь расти в этом понимании. Я считаю, что можно



привнести свои мысли в фильм любого жанра, и он получится отличным.

Как вы сработались с партнершей – Сарой Снук?

Сара восхитительна! Братья Спириг специально выбирали на эту роль не очень

известную актрису. На кастинг приглашались девушки малоизвестные или вообще неизвестные за пределами Австралии. Ну и, конечно же, немаловажной способностью было умение актрисы перевоплотиться в мужчину. Знаете, когда моя мачеха посмотрела «Патруль времени», она так и не поверила, что Сара играет две роли. Она до сих пор уверена, что задействованы два разных человека.

Книга Хайнлайна вышла в 1958 году, но мне кажется, что в «Патруле времени» не совсем те 60-е, что на бумаге.

Да, это действительно так. Получился микс из собственной реальности братьев Спириг и реальных 60-х. Я не могу дождаться, когда фильм выйдет на экраны и люди смогут посмотреть его. «Патруль времени» – настоящий вынос мозга! **FHM**



А ВОДА СЕЙЧАС, ДОЛЖНО БЫТЬ, КАК ПАРНОЕ МОЛОКО...



03
КИНО

ХОББИТ: БИТВА ПЯТИ ВОИНСТВ

Финальная, а также самая кровавая часть трилогии по мотивам фэнтезийной повести Р. Р. Толкиена, в которой гномам придется объединиться с людьми и эльфами, чтобы дать отпор десятитысячной орде орков и варгов

На прощальной кровавой вечеринке соберутся основные действующие лица всех предыдущих серий. На огонек должен заглянуть медведь-оборотень Беорн из второго фильма, а заодно и гигантские орлы, выручавшие отряд в первой серии. Причем тут пернатые не будут пресловутым «богом из машины», который решает проблемы героев в самый трудный момент, как это было у самого Толкиена, – драматургический огрех поправили и вписали птичек в первоначальный план баталии. Вообще, знатокам первоисточника обещают пару больших сюрпризов. Сама битва будет длиться 45 минут экранного времени, то есть без малого треть картины. Несмотря на это, режиссер Питер Джексон утверждает, что по духу третья часть будет не войнушкой, а вовсе триллером с фокусом на постепенном безумии Торина, чей несдержанный нрав уже давал о себе знать в первых фильмах.

Это как раз под Ториновым неосмотрительным предводительством гномы спугнули Смауга с его сокровищ в финале второй части, фактически натравив дракона на Приозерный город. В конце фильма Бильбо смотрел вслед огнедышащему со словами: «Что же мы натворили». Что бы ни натворили – теперь это придется расхлебывать.

Впрочем, не кровью единой. Финальный «Хоббит» не только сведет всех со всеми и рассчитает по всем счетам, но и соединит всю историю с трилогией «Властелина колец» так, что все шесть фильмов можно будет смотреть как одно целое. По крайней мере, так обещает Джексон. Он, кстати, также говорит, что у него лично эта часть – любимая.

РЕЖИССЕР: ПИТЕР ДЖЕКСОН

В РОЛЯХ: МАРТИН ФРИМАН, ИЗН МАККЕЛЛЕН, РИЧАРД АРМИТЕДЖ, ЛЮК ЭВАНС, КЕЙТ БЛАНШЕТТ, ХЬЮГО УИВИНГ, ЭВАНДЖЕЛИН ЛИЛЛИ, ОРЛАНДО БЛУМ

ДАТА ВЫХОДА: 17 ДЕКАБРЯ



– ПОСЛЕДНИЙ РАЗ СПРАШИВАЮ: БУДЕШЬ БРИТЬСЯ?

Джон Уик

Киану Ривз в роли машины для убийств с полетевшими тормозами. Сын русского мафиози убивает собачку, которую бывшему киллеру Джону Уику подарила его покойная жена. Расплачиваться за эту опрометчивую ошибку приходится половине бандитского Нью-Йорка. Жесткий, красивый и немногословный фильм уже прочат в новую классику экшна.

РЕЖИССЕР: ДЭВИД ЛЕЙТЧ, ЧАД СТАХЕЛСКИ

В РОЛЯХ: КИАНУ РИВЗ, МИКАЭЛ НЮКВИСТ, ЭЛФИ ОУЭН-АЛЛЕН, УИЛЛЕМ ДЕФО, ДИН УИНТЕРС, ЭДРИАНН ПАЛИКИ

ДАТА ВЫХОДА: 4 ДЕКАБРЯ



Дальше живите сами

После смерти отца трое братьев и сестра собираются в родительском доме и вынуждены остаться под одной крышей на неделю, ведь этого в воспитательных целях хотел покойный родитель. Как следствие, многочисленные личные проблемы каждого становятся достоянием самой широкой общечеловечности. Комедийный каст мечты в семейной трагикомедии под руководством режиссера «Ночи в музее».

РЕЖИССЕР: ШОН ЛЕВИ

В РОЛЯХ: ДЖЕЙСОН БЕЙТМАН, ТИНА ФЕЙ, ДЖЕЙН ФОНДА, ТИМОТИ ОЛИФАНТ, АДАМ ДРАЙВЕР, РОУЗ БИРН

ДАТА ВЫХОДА: 4 ДЕКАБРЯ



Рога

Простой парень Иг очень любил свою девушку, а потом она умерла от удара тупым предметом в темя, и все обвинили в убийстве именно его. Дальше больше, одним недобрым утром Иг обнаружил, что на его голове пробилась рога, а люди теперь выкладывают ему все самые темные свои чаяния. Режиссер «Пираны 3D» разразился странным, а также весьма сентиментальным и местами очень смешным ужастиком-притчей про то, что из двух зол надо выбирать то, с которым сможешь дальше жить.

РЕЖИССЕР: АЛЕКСАНДР АЖА

В РОЛЯХ: ДЭНИЭЛ РЭДКЛИФФ, ДЖУНО ТЕМПЛ, МАКС МИНГЕЛЛА, ДЖО АНДЕРСОН, КЕЛЛИ ГАРНЕР, ДЖЕЙМС РИМАР

ДАТА ВЫХОДА: 11 ДЕКАБРЯ





04
ИГРЫ

СВОБОДНЫЙ РАДИКАЛ

«Свобода, равенство, братство!» – вот основной список пожеланий участников французской революции. Требования, в общем, понятные, и справедливые. Только добиваться своего народ хотел какими-то странными методами: архитектурный памятник разрушить, короля свергнуть. А форму будущего народного счастья и вовсе предлагалось определить в ходе борьбы между тамплиерами и халипшинами

В этом главном противостоянии Assassin's Creed Unity опять предлагает принять сторону Братства Ассасинов. Которые как раз и выступают за свободу и равенство, причем сугубо насильственными методами, на одной волне с толпой. Поэтому жизнь у молодого адепта ассасинов по имени Арно простая и понятная: восставших – по возможности не трогать, а вот монархистов – усмирять самыми жесткими методами, потому как все они или сторонники тамплиеров. Жаль только, что подруга детства Арно – тоже тамплиер, причем сознательный и убежденный; так что молодому убийце приходится разрываться между личным и служебным. Впрочем, какой выбор он сделает, давно решил сценарист. Зато на заданиях свободы хватает: к очередному противнику свободы можно и через парадный вход ломануться, щедро орошая мостовую кровью стражников, и в окно залезть, а при желании – даже секретный ход отыскать. Более того – игра будет только рада, если ты оторвешься от сюжетной кампании, соберешь трех друзей и отправишься выполнять процедурно сгенерированные задания: скакать по крышам, выполнять паркурные трюки и толпой резать тамплиеров.

ПЛАТФОРМЫ: PC, PS4, XBOX ONE



КОГДА У МУЖЧИНЫ ЧТО-ТО НЕ ПОЛУЧАЕТСЯ, ОН ПОВОРАЧИВАЕТСЯ СПИНОЙ И ГРУСТИТ

Bayonetta 2

«Ведьма и безбожница» – для главной героини Bayonetta это не оскорбления и не похвалы, а простая констатация факта, поскольку ангелов она убивает ежедневно – такая уж у нее работа. А еще катается верхом на истребителе, танцует нижний брейк, расстреливая врагов каблукми-пистолетами, вызывает демонов и время от времени уничтожает существ размером с планету. Из прочих достоинств – однажды избила бога и отправила его прямоком на Солнце. В общем, дама с характером.

ПЛАТФОРМЫ: WII U



Alien: Isolation

Он стучит по ночам и ворует кошек. Он капает слюной из вентиляции и

никогда не чистит зубы. Он – Чужой, в единственном и неповторимом числе. А потому – неуязвим, хитер, коварен и обладает незаурядным интеллектом: если ты пару раз обманул его шумовой гранатой – в третий раз он на такое уже не купится. И наконец – он идет за тобой. Ну, не за тобой, конечно, а за Рипли, волею судеб оказавшейся с ним на полузаброшенной космической станции. Но страха она натерпится столько, что хватит на вас двоих.

ПЛАТФОРМЫ: PC, PS3, PS4, XBOX 360, XBOX ONE



Endless Legend

Не всякое фэнтезийное королевство вписывается в фэнтезийные

клише, а уж Endless Legend старается нарушать традиции при каждом удобном случае. Начать с того, что местная планета – одна из многих в галактике, где полным ходом бушуют межзвездные разборки. Поэтому и вместо привычных хоббитов и эльфов на ней тусуются ожившие доспехи и космические культисты. Да и проблемы перед народами встанут интересные: например, резкие и продолжительные зимы, которые грозят не меньшими бедами, чем в «Игре престолов».

ПЛАТФОРМЫ: PC





ВЕЗДЕ
ВСЕГДА
24 ЧАСА



реклама

AZEALIA BANKS
MILEY CYRUS
JUSTIN TIMBERLAKE

12+

Мы здесь:



05
ГАДЖЕТ

АМБРОЗИЯ МЕТАЛЛА

Мечтаешь о Bentley, но в твоём гараже уже нет свободного места? Что ж, мы нашли ещё один способ прикоснуться к миру тяжелого люкса: купить только часть машины



Naim разрабатывает акустические системы для Bentley Motors уже не первый год. Само собой, инженеры этой компании знают толк в хорошей технике. И чтобы ты, сидя на диване в своей гостиной, чувствовал себя в салоне шикарного седана, они выпустили Mu-so – позволяющий наслаждаться мощным звуком в домашних условиях. Брутальный корпус сделан из цельного блока анодированного алюминия. Внутри прячутся сразу шесть динамиков с 75-ваттным цифровым усилителем в каждом. Школьный курс арифметики подсказывает, что в общей сложности получается целых 450 Вт. За обработку сигнала в Mu-so отвечает 32-битный процессор и специальное программное обеспечение, которое инженеры доводили до ума во время тестовых прослушиваний. Аналогичные разработки как раз и используются в автомобильной акустике для Bentley. Прочитал? Все понял? Теперь просто закрой глаза, выбери песню в iTunes (Mu-so запросто обходится без проводов и проигрывает музыку с твоего телефона, планшета или просто медиа-плеера) и представь, что ты на пассажирском сиденье прославленного британского автомобиля.

УСТРОЙСТВО: NAIM MU-SO. ЦЕНА: 67 000 РУБ.

Техпаспорт:

Вес 13 кг

Габариты 12x62,8x25,6 см

Мощность 450 Вт

Wi-Fi, Bluetooth

Совместимость с iOS и Android

В комплект входит стандартный гриль для акустических систем черного, синего, оранжевого или красного цвета

Управляется пультом ДУ

Цифровые и аналоговые входы

АМЕДИАТЕКА.RU

ЛУЧШИЕ СЕРИАЛЫ ПЛАНЕТЫ*

АМЕРИКАНСКАЯ
ИСТОРИЯ
УЖАСОВ

ФРИК-
ШОУ



ПРЕМЬЕРА НОВОГО СЕЗОНА

С 9 ОКТЯБРЯ

* СОГЛАСНО РЕЙТИНГУ WWW.IMDb.COM. РЕКЛАМА.

18+

06

АКСЕССУАРЫ



РАЗРЯЖЕННАЯ ОБСТАНОВКА

Украшать новогоднюю елку котиками и ангелочками – не очень-то мужское дело. Именно поэтому мы предлагаем тебе пару альтернативных способов, как это сделать



ИДЕЯ №1 С НЕПОКРЫТОЙ ГОЛОВОЙ

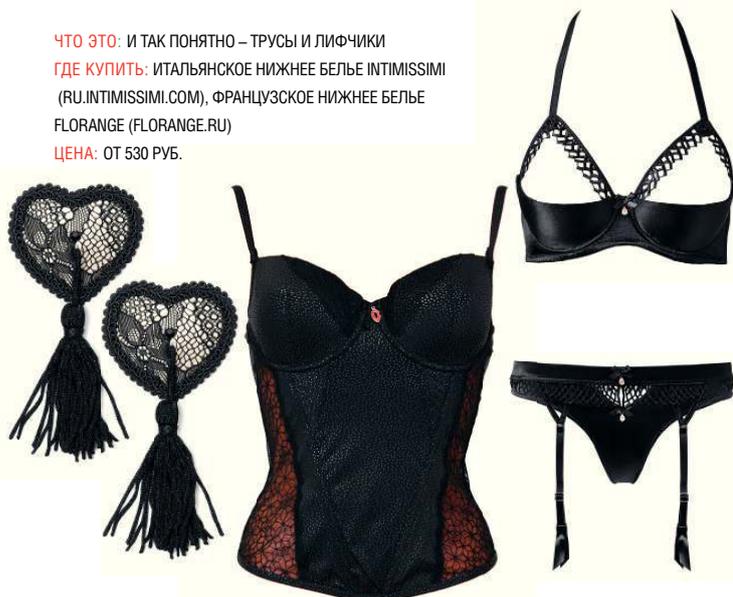
В квартире молодого парня вряд ли вообще можно найти коробку с мишурой, гирляндами и наконечником в виде большой звезды. А вот гору прикольных кепок – легко. Вот и надень их на ветки, будь то искусственные или натуральные. Правда, иголки будут путаться у тебя в волосах до следующего декабря.

ЧТО ЭТО: БЕЙСБОЛКА BURTON I-80 SNAP BACK TRUCKER 14-15, БЕЙСБОЛКА QUIKSILVER STEALTH, БЕЙСБОЛКА DC ARCANIBAL
ГДЕ КУПИТЬ: QUIKSILVER.RU, B-SHOP.RU, DCRUSSIA.RU
ЦЕНА: 1390 РУБ. (QUIKSILVER), 1600 РУБ. (BURTON), 1450 РУБ. (DC)

ИДЕЯ №2 ДОМАШНЯЯ РАЗДЕВАЛКА

Как Новый год встретишь, так его и проведешь – гласит поговорка. Вот поэтому предлагаем окружить себя максимально приятными для мужского глаза вещами, например женским нижним бельем. Начни с пары забытых у тебя дома кружевных комплектов. А в разгар вечеринки всем девушкам тет-а-тет говори, что они в отличие от остальных забыли внести свое елочное украшение.

ЧТО ЭТО: И ТАК ПОНЯТНО – ТРУСЫ И ЛИФЧИКИ
ГДЕ КУПИТЬ: ИТАЛЬЯНСКОЕ НИЖНЕЕ БЕЛЬЕ INTIMISSIMI (RU.INTIMISSIMI.COM), ФРАНЦУЗСКОЕ НИЖНЕЕ БЕЛЬЕ FLORANGE (FLORANGE.RU)
ЦЕНА: ОТ 530 РУБ.



ИДЕЯ №4 САМОУНИЧТОЖЕНИЕ

Поддела нарядить елку – ее потом еще нужно будет разбирать, и желательно успеть сделать это хотя бы до прихода весны. Мы придумали способ, как облегчить себе жизнь. Просто укрась елку съедобными сладостями. Можно, конечно, и кальмары с колбасой повесить, но эти продукты испортятся быстрее, чем воздух в комнате с елкой. Поэтому предлагаем остановиться на сладостях – их-то ты точно съешь еще до окончания зимних каникул.

ЧТО ЭТО: СОДЕРЖИМОЕ КОНДИТЕРСКОГО ОТДЕЛА В МАГАЗИНЕ
ГДЕ КУПИТЬ: ОНЛАЙН-СУПЕРМАРКЕТ «АЗБУКА ВКУСА» (AV.RU), ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН ЖЕВАТЕЛЬНОЙ РЕЗИНКИ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ СТРАН МИРА «AMGUM.RU»
ЦЕНА: ОТ 20 РУБ.

ИДЕЯ №3 МОЖЕШЬ СЕБЕ ПОЗВОЛИТЬ

Хочешь по-настоящему отличаться? Разменяй тысячу рублей в банке на самые мелкие купюры самых отдаленных маленьких стран, аккуратно прикрепи бумажки к елке и скажи друзьям, что развесил просто так тысяч двадцать. Все равно никто не поймет, что это за валюта. А после боя курантов и пары бокалов шампанского с пеплом можешь следить, кто из твоих друзей готов стащить чужой капитал, чтобы знать, с кем не иметь дело, когда станешь миллиардером. Ты же это собираешься загадать в ночь с 31-го на 1-е?

ЧТО ЭТО: ИЕНЫ, ПЕСО, РУПИИ, ДИНАРЫ – ГОДИТСЯ ВСЕ, ТОЛЬКО НЕ ЕВРО И ДОЛЛАРЫ
ГДЕ КУПИТЬ: В БЛИЖАЙШЕМ БАНКЕ, ТОЛЬКО ЗАКАЗЫВАЙ РЕДКИЕ КУПЮРЫ ЗАРАНЕЕ
ЦЕНА: ЗАВИСИТ ОТ КУРСА НА ДЕНЬ ПОКУПКИ



ИДЕЯ №5 УМЕНЬШЕННЫЕ КОПИИ

Если тебе все-таки хочется видеть в гостиной классическую елку с цветными шарами или игрушками в виде зверюшек, разбавь свой рождественский коллаж хотя бы парой современных веселых персонажей. Симпсоны, Бэтмен, Халк или остатки от Халлоуина с самодельной петлей на шее легко повесятся на елку.

ЧТО ЭТО: ФИГУРКИ СЕРИИ THE SIMPSONS 5 SERIES, NECA TOYS И NINTENDO
ГДЕ КУПИТЬ: ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИН «РЕСПУБЛИКА» (REPUBLICA.RU)
ЦЕНА: ОТ 580 РУБ.

07

МУЗЫКА

SMASHING PUMPKINS

В декабре группа Smashing Pumpkins выпустит очередную пластинку. В середине 1990-х этот коллектив считался одной из главных альтернативных групп в мире – вспомни хотя бы хиты «Today», «1979» или «Tonight, Tonight». Сегодня даже самые упертые поклонники проекта считают его основателя и единственного бессменного участника Билли Коргана мегаломаном. FHM решил рассказать о новом альбоме и сегодняшнем состоянии Smashing Pumpkins так, как того заслуживает работа человека, страдающего манией величия, то есть сухим языком цифр



10

«Monuments to an Elegy» – десятый по счету полноценный альбом Smashing Pumpkins. Вспомнив, что группа была создана более четверти века назад (в 1988-м), вы, возможно, предположите, что Билли Корган не самый продуктивный музыкант. Однако в дискографии «Тыкв» помимо десятка долгоиграющих студийных пластинок есть несколько концертников, полдюжины мини-альбомов и десятки синглов. А Корган, кроме всего прочего, успел выпустить сольник и записать диск с сайд-проектом Zwan.

2

Такое число официальных участников нынче насчитывает Smashing Pumpkins. Это сам Корган, бессменный лидер проекта, и гитарист Джефф Шредер, присоединившийся к коллективу лишь в 2007-м. Остальных музыкантов Билли по обыкновению разогнал. Впрочем, это не значит, что «Monuments to an Elegy» Корган и Шредер записывали вдвоем – с ними играли гости. Например, ударные партии для всех треков подготовил Томми Ли, известный как основатель Motley Crue и неугомонный супруг Памелы Андерсон.





Билли Корган всегда предпочитал, чтобы на бас-гитаре играли девушки. (На самом деле это не совсем правда: хорошо известно, что во время студийной работы он нередко сам записывал соответствующие партии, видимо, не доверяя хрупким женским рукам.) Так или иначе, за время существования Smashing Pumpkins в группе успели смениться три бас-гитаристки. Первой (и главной с точки зрения фанатов старой школы) была Дарси Рецки. Позже в группу входили Мелисса Ауфдер Маур и Николь Фиорентино. Про последнюю говорили, что именно ее детская фотография была использована в оформлении альбома «Siamese Dream». Сама Николь эту информацию опровергла.



3

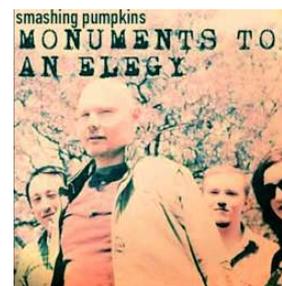


44

Столько треков в конечном итоге будет входить в альбом «Teargarden by Kaleidoscope» – долгосрочный проект, запущенный Корганом в 2009-м. Изначально Билли говорил, что монументальная запись будет выдаваться поклонникам на протяжении нескольких лет по чайной ложке – то есть чуть ли не по одному треку. Однако позже лидер «Тыкв» сдался – и в 2012-м на суд слушателей была представлена порция сразу из 13 песен. Диск, который сам Корган предпочитает считать «альбомом в альбоме», получил название «Oceania». Новая пластинка «Monuments to an Elegy» также позиционируется как часть «Teargarden by Kaleidoscope».

6

В 2008-м Билли Корган окончательно разочаровался в звукозаписывающей индустрии и в долгоиграющих альбомах – ему показалось, что современным слушателям такой формат попросту неинтересен (собственно, «Teargarden by Kaleidoscope» и стал попыткой предложить аудитории что-то новое). Шесть лет понадобилось Билли на то, чтобы пересмотреть свой подход: в 2014-м музыкант вновь решил заручиться поддержкой звукозаписывающей компании и заключил соглашение с лейблом BMG. В рамках договора Корган обязуется выпустить два студийных альбома. Одним из них и станет «Monuments to an Elegy», второй – «Day for Night» – доберется до поклонников в 2015 году.



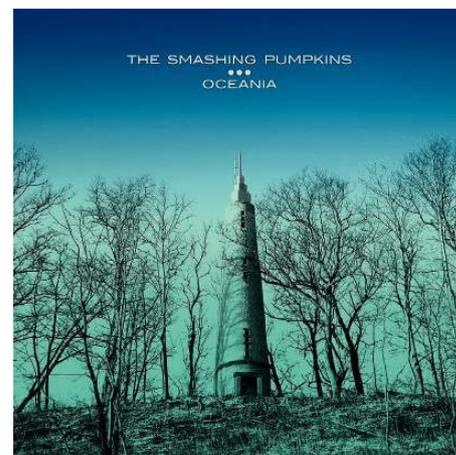
32

Продолжительность пластинки «Monuments to an Elegy» – чуть более получаса, если совсем точно – 32 с половиной минуты. Это рекордный для Smashing Pumpkins показатель, альбомов короче группа ни разу не записывала. Да и вообще, полчаса – смешной хронометраж для Билли Коргана, в каталоге которого хватает десятиминутных песен. На «Monuments to an Elegy», в свою очередь, нет ни одного трека длиннее четырех минут.



4

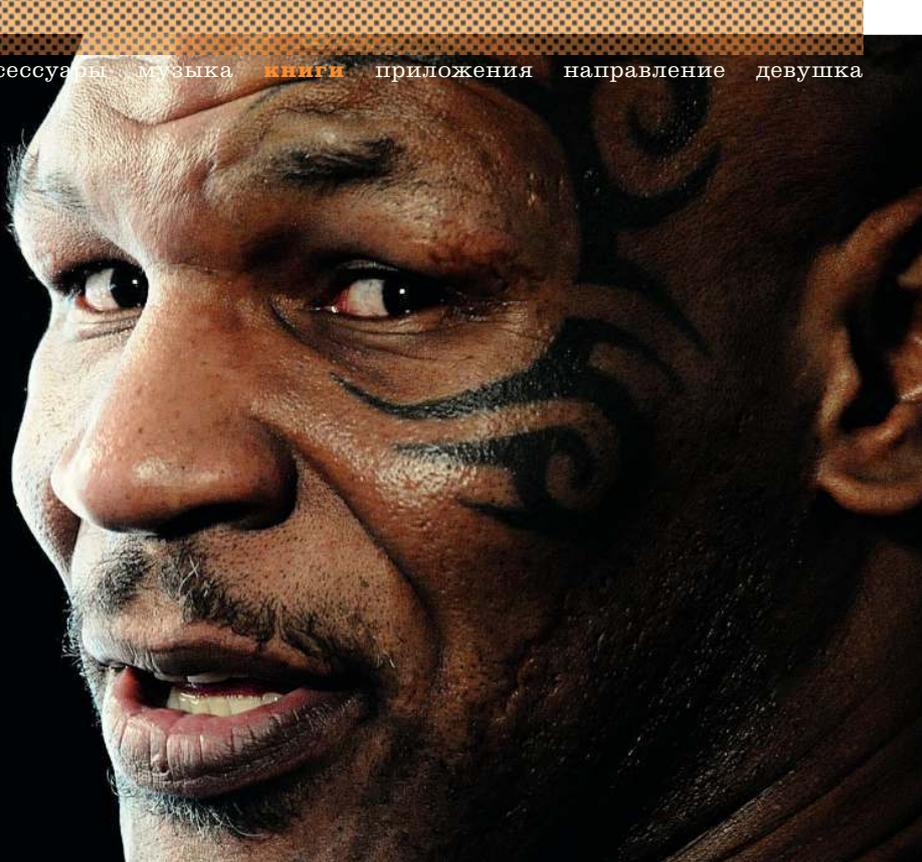
До этой строки поднялась в чарте Billboard 200 предыдущая работа Smashing Pumpkins – пластинка «Oceania». Диск не попал в тройку лидеров (в период с 1995-го по 2007-й там неизменно оказывались все новые записи «Тыкв»), но занял вполне достойную позицию, доказывающую, что легенды 90-х еще способны задать жару. Кроме того, можно вспомнить, что диск 1993 года «Siamese Dream», который многие поклонники до сих пор считают лучшим, не сумел вскарабкаться выше десятой строки хит-парада.



08

КНИГИ

В декабре никаких фантазий: признания известного адвоката, воспоминания знаменитого боксера и биография перебежчика



Адвокат дьявола
Сергей Беляк

★★★★★
(ЗА ПОДЗАЩИТНЫХ)

Имя автора известно немногим. Ему, собственно, особая популярность и медийность не требуются. Кто надо – сам находит. Тем

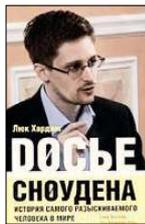


более что репутация у Сергея Беляка в определенных кругах самая отменная. Одно слово – адвокат. Уже из названия очевидно, что его подзащитные – персонажи неоднозначные, одиозные и не самые милые и добропорядочные. Достаточно назвать лидера ЛДПР Владимира Жириновского и Эдуарда Лимонова, выразительные портреты которых украшают обложку... Подзаголовок тоже интригующий – энциклопедия русской жизни. Добавим – из зала суда. Чтение забавное, местами смешное и наводящее на философские размышления.

Досье Сноудена
Люк Хардинг

★★★★★
(ЗА ПРАВДУ)

Сноуден теперь – имя нарицательное. После всех обвинений он продолжал утверждать, что говорить правду не преступление. Журналист газеты Guardian Люк Хардинг постарался рассказать, как развивалась интрига вокруг Сноудена и Ассанжа. В его исследовании, как в хорошем триллере, ощущается реальный масштаб слежки за каждым из нас через социальные сети и прочие виртуальные прибамбасы. Если читать внимательно и осмысленно, можно стать параноиком с манией преследования. Или, в зависимости от типа психики, осознать себя понастоящему свободным человеком. Большой Брат следит – в любом случае.



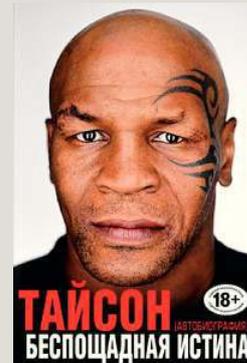
БЕСПОЩАДНАЯ ИСТИНА

Майкл Тайсон

★★★★★

(ЗА ОТКРОВЕННОСТЬ)

«**П**еред поединком я нюхал «кокс» и курил травку. С кокаином не было никаких проблем, потому что он сразу же выходит из организма. Что же касается травки, которая на некоторое время остается, то я был вынужден прибегнуть к своему гидроэкстрактору, искусственному пенису, в который заливалась чья-то чистая моча, чтобы пройти допинг-тест на наркотик. Стив Томас, помощник Джеффа Вальда, обычно сопровождал меня в поездках и внес свой посильный вклад в это дело». Рассказывать подобное о себе так легко может, наверное, только один человек. Он и вправду необычайно крут. Каждый мужчина хотел бы, чтобы его называли «великим и ужасным». По отношению к Майклу Тайсону – это не понты, а констатация факта. Да, он такой. Его жизнь – это полный неджентльменский набор: секс, наркотики, публичное сквернословие, рукоприкладство и даже зубоприкладство. Историю с ухом бедолаги Эвандера Холифилда помнят все. Теперь Майк Тайсон у нас еще и писатель. Оказывается, он и это может. Хотя наверняка не без посторонней помощи, зато без ложной скромности и стеснения. Откровенность в этой книге предельная, вызывающая: «Я был чмошником без чувства собственного достоинства, но все вокруг твердили, что я велик, и я стал самовлюбленным эгоистичным чмошником без чувства собственного достоинства». С женщинами у Тайсона все было еще сложнее. Как в семье («Я был эгоистичной свиньей. Моя концепция семейной жизни заключалась в формулировке: заткнись и бери деньги»), так и на стороне («По третьему пункту обвинения я приговариваю Вас к десяти годам...»). Кстати, и тут «Железный» Майк тоже отличился – он, пожалуй, рекордсмен мира по самому продолжительному куннилингусу во время изнасилования. На родине героя «Беспощадная истина» уже успела стать бестселлером, настал наш черед. Ведь по словам самого автора: «В Москве можно было получить все, что пожелаешь. Москва – это Нью-Йорк на стероидах». **FHM**



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

«КОЛЛЕКЦИЯ ПРИЯТНЫХ ЭМОЦИЙ» ОТ BALI & THAI-SPA «7 КРАСОК»

“СЧАСТЬЕ - ЭТО КОГДА ТЕБЯ ПОНИМАЮТ,
БОЛЬШОЕ СЧАСТЬЕ - ЭТО КОГДА ТЕБЯ ЛЮБЯТ,
НАСТОЯЩЕЕ СЧАСТЬЕ - ЭТО КОГДА ЛЮБИШЬ ТЫ”.
КОНФУЦИЙ (551-479 Г. Г. ДО Н. Э.)

ПОДАРКИ ДЛЯ ТЕХ, КОГО ЛЮБИШЬ ТЫ
“7 КРАСОК” (2015 Г. Н. Э.)



Гранд-Мастер Сатиявати



70 видов стильных,
респектабельных подарочных карт
на экзотические SPA-программы от
Мастеров из Таиланда и острова Бали.

НОВОГОДНИЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ 2015*

❄️ цены от 1390 ₽ за час

❄️ эксклюзивные махровые полотенца в подарок

❄️ премиальные подарочные карты по доступным ценам



(495) 925-51-77 ☎️ (812) 333-50-77 www.7KRASOK.ru

Москва | Санкт-Петербург | Химки | Королев | Красногорск | а/п Домодедово

* Акция действует с 17.11.14 по 14.01.15 во всей сети салонов «7 КРАСОК» в Москве, М.О. и Санкт-Петербурге. Информация об организаторе акции, о правилах её проведения, количестве подарков, правилах, сроках, месте и порядке их получения размещена на сайте www.7KRASOK.ru.

реклама

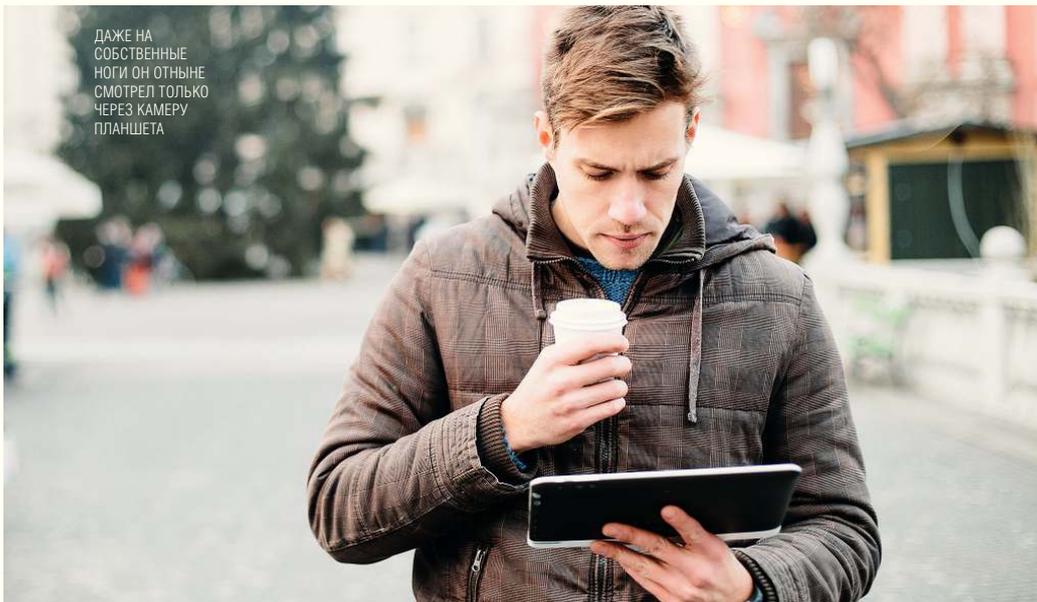
09

ПРИЛОЖЕНИЯ



В этом месяце **Анна Заболотная**, автор блога *GeekChick.ru*, собрала приложения, которые требуют от своих пользователей активных, необычных и эффектных действий

ПРОСТЫЕ ДВИЖЕНИЯ



ДАЖЕ НА СОБСТВЕННЫЕ НОГИ ОН ОТНЫНЕ СМОТРЕЛ ТОЛЬКО ЧЕРЕЗ КАМЕРУ ПЛАНШЕТА

BOUNDEN

playbounden.com

Игра с хореографией, поставленной Национальным балетом Нидерландов, – и ее продумали для тебя, а не для Цискаридзе. Два игрока держатся каждый за свою половинку мобильного телефона и наклоняют его, двигаясь вдоль нарисованной сферы и собирая кольца. По роликам видно, что то, что звучит как «твистер для Супер-Соника, но в воздухе и в постоянном движении», при определенной расслабленности может и правда выглядеть как современный танец. Должно произвести парализующее впечатление на девушек, увлекаю-



щихся контактной импровизацией, и просто тех, кто заскучал в шумном баре.



FLIC

getflic.com

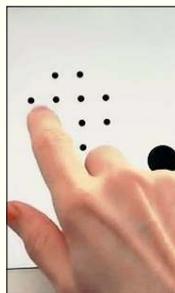
Tinder для собственных фотографий! Вот ты не знал, а он тебе очень нужен. Приложение берет все фотографии, которые ты сделал на свой iPhone в этом месяце, и показывает тебе их по одной. Нравится фотка? «Свайп» вправо. Не хочешь хранить шестьдесят селфи, сделанных в минуту слабости в такси по дороге с корпоратива? Быстрый «свайп» влево. Отбракованные кадры приложение удаляет в конце сессии, так что ты еще можешь успеть передумать.



BLEK

blekgame.com

На экране – россыпь цветных и черных точек. Задача игрока – «собрать» цветные и обойти черные одним движением, но не тыкая в точки пальцем, а рисуя линии на пустом поле. Каждый жест зациклится сам в себе и отправится путешествовать по экрану, а игроку останется только ждать и наблюдать за этим циклом своего сиюминутного движения. Выглядит это еще безумнее,



чем описано: просто зайти на сайт и посмотреть ролик.



WEATHERCUBE

weathercube.com

Если ты относишься к числу людей, для которых в мага-



зинах приложений выложены тысячи погодных аппов,

скачай Weathercube. Ничего нового в прогнозах здесь нет – температура, влажность, оценка вероятности дождя на неделю, – зато интерфейс похож скорее на кубик Рубика. Разные цифры и данные отпечатаны на цветных гранях. Покрутил кубик минуту в лифте – и вот ты уже в курсе, какую из шапок надеть в субботу.



SWYPE

swype.com

Swype – запатентованная технология набора текста: пользователи могут одним быстрым и ловким движением, не отрывая свой палец от экрана, набирать предложения на телефонах со скоростью 40 слов в минуту. Сначала приложение было доступно только для Android, и некоторые пользователи iOS всерьез подумывали сменить платформу только ради этого метода набора. С ноября Swype доступен на iPad и iPhone: в iOS8 можно включать «кастомные» клавиатуры в любом приложении.



ДВАДЦАТЬ ПЯТЫЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТЕННИСНЫЙ ТУРНИР «БАНК МОСКВЫ КУБОК КРЕМЛЯ» ЗАВЕРШИЛСЯ



Яков Шатхин

В ВОСКРЕСЕНЬЕ 19 ОКТЯБРЯ СОСТОЯЛАСЬ ВЕЧЕРИНКА ПО СЛУЧАЮ ОКОНЧАНИЯ ЮБИЛЕЙНОГО ТУРНИРА «БАНК МОСКВЫ КУБОК КРЕМЛЯ». ТЕННИСНЫЕ МАТЧИ ПРОХОДИЛИ С 11 ПО 19 ОКТЯБРЯ В СПОРТИВНОМ КОМПЛЕКСЕ «ОЛИМПИЙСКИЙ»

В воскресенье 19 октября состоялась вечеринка по случаю окончания Юбилейного турнира «Банк Москвы Кубок Кремля». Теннисные матчи проходили с 11 по 19 октября в спортивном комплексе «Олимпийский».

Анастасия Павлюченкова стала сильнейшей на турнире в одиночном женском турнире. В финале россиянка переиграла румынку Ирину-Камелию Бегу со счётом 6:4, 5:7, 6:1. Поединок продолжался 2 часа 29 минут. 23-летняя уроженка Самары, занимающая 30-е место в рейтинге WTA, реализовала семь брейк-пойнтов из 14, проиграв пять геймов на своей подаче. Победа россиянки привлекла огромное количество болельщиков и нереальную поддержку трибун, ведь

трофей остался дома. Для Анастасии этот титул стал седьмым в карьере и вторым в текущем сезоне.

Марин Чилич стал победителем мужского турнира в одиночном разряде. Хорват Марин Чилич одержал победу над испанцем Робертом Баутистом-Агутом со счётом 6:4, 6:4 в финале турнира «Банк Москвы Кубок Кремля». Это победа стала 4-й в сезоне и 13-й в карьере Чилича. Напомним, в сентябре хорватский теннисист стал победителем Открытого чемпионата США.

В парном женском турнире победили швейцарка Мартина Хингис и итальянка Флавия Пеннетта, а в парном мужском — Иржи Веселы и Франтишек Чермак из Чехии.



Шамиль Тарпищев с супругой

Титульным партнером выступил Банк Москвы. Официальные партнеры: Jaguar, RADO, Ricoh.



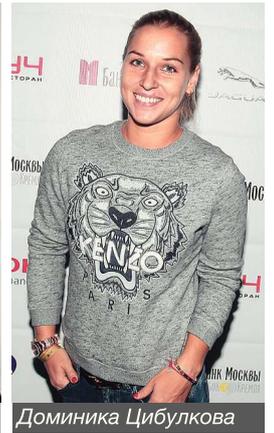
Екатерина Макарова



Вице - президент ATP Alison Lee и Алексей Селиваненко



Анастасия Павлюченкова



Доминика Цибулкова



Евгений Донской с подругой



Дмитрий Турсунов



Марат Сафин



Михаил Южный



Елена Веснина



10

НАПРАВЛЕНИЕ

НАКРЫЛО ПОЛЯНУ

С какой бы стороны ты ни подступал к горнолыжным курортам Альп, платить за подъемник все равно придется в евро. В современных условиях нестабильности советуем не шутить с курсом валют и отправиться куда-нибудь, где принимают рубли. Благо мы нашли такое место

Всего в 40 км от Адлера раскинулся главный Кавказский хребет, рядом с которым расположился курорт Красная Поляна. Последняя зимняя Олимпиада существенно подняла уровень этих мест. Тут есть и горнолыжный комплекс «Роза Хутор», и одноименный экстрим-парк для катания на сноуборде, и биатлон, и санки, и даже трамплины для прыжков – тебе остается лишь выбрать, насколько ты готов пожертвовать своим телом ради ярких впечатлений. Хотя можешь не бояться – все трассы испытали на себе атлеты олимпийского уровня.

И именно здесь, у подножия всех зимних (и не только) активностей, расположился мультибрендовый курорт «Горки Город». Этой зимой ты можешь отправиться в горы, даже если этого никогда не делал. Инструктора, возможность взять снаряжение напрокат, система оснежения, гарантирующая катание при любой погоде, – все создано для того, чтобы не сидеть зимой в городе. Даже если билетов на самолет не осталось, от Москвы до Сочи можно легко доехать на машине часов за двадцать.

Владельцы курорта «Горки Город» позаботились, чтобы после веселых покатушек тебе было где расслабиться. Просто выбираешь подходящий тебе уровень жизни. Так называемый Нижний город относится к категории «лайф-стайл» и находится на высоте 540 метров над уровнем моря. Верхний же возвышается на 960 метров над водой и предполагает отдых премиум-класса. Доказывает высокую планку последнего наличие отеля Rixos Krasnaya Polyana Sochi – первого представителя в России всемирно известной гостиничной сети. Так что даже самым капризным и избалованным Куршевелями, Лехами и Валь-д'Изерами найдется, где переночевать. **FHM**

Куда пойти наверху?



В Lounge bar LAYALI, чтобы из меню на айпаде выбрать себе шашлык



В винный ресторан Wine House, чтобы притвориться серьезным сомелье



В ночной клуб Club 9.6.0, чтобы отрываться до пяти утра, другими словами – до закрытия

Чем заняться внизу?

Заказать гриль-ассорти на компанию в Барбекю-Станции BBQ POLYANA



Сходить на бизнес-ланч в «Москву», «Санкт-Петербург» или «Казань»

Продегустировать все коктейльное меню в ночном клубе «Вельвет»



В цифрах

Высота Аигбы, горы заповедного предгорья Кавказа, составляет **2462** метра

Одновременно «Горки Город» может принять более **7500** гостей

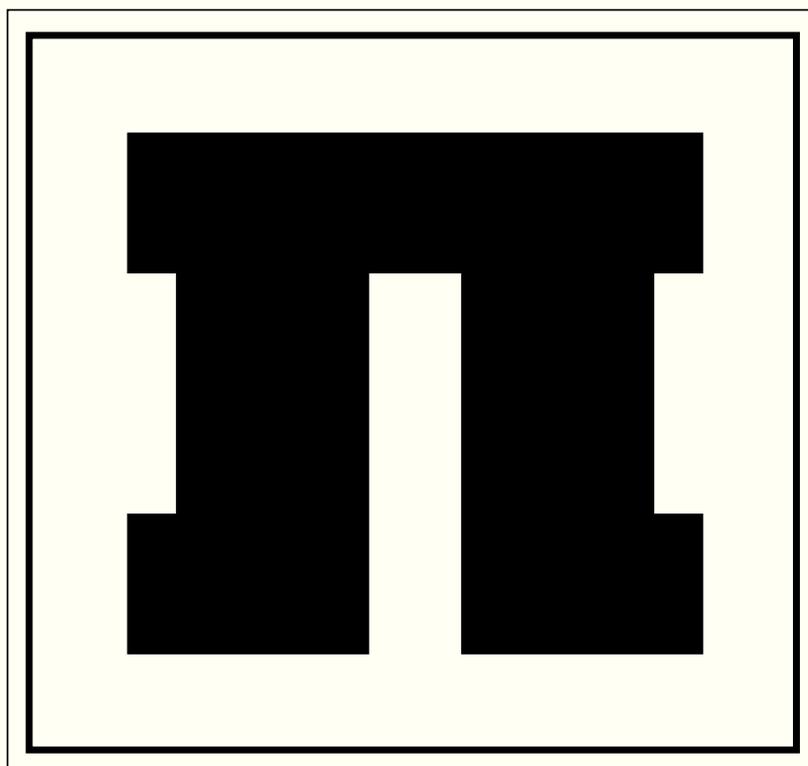
В Верхнем городе работает SPA-центр площадью **9000** квадратных метров



В ТРЦ «Город Горки Молл» нужно сходить **5** раз: в аквапарк Mountain Beach, в боулинг в Lucky Strike, в кино в «СтарСинема», поиграть на автоматах в Fun City и просто пошопиться.

еще одно слово на букву «п»

WWW.PROFILE.RU



новый сайт журнала
профиль

другие слова на букву «п» присылайте по адресу nabukvyp@profile.ru

BOULANGERIE



NO.19

11

ДЕВУШКА

ФРАНКОФОНИЯ

Женя Франк вот уже год как выходит на сцену отечественного шоу-бизнеса в составе «Мобильных блондинок». Мы выловили ее между гастроллями, чтобы как следует разговорить и немного раздеть

Текст: Анастасия Бочарова Фото: Serge Lee Стил: Катя Ванханен
Макияж и прически: Кристина Паламарчук







Женя, Франк – это твоя настоящая фамилия? Да, настоящая. Я наполовину немка, и большая часть родственников живет в Германии.. Ничего себе. А помнишь себя в детстве?

Ой, я была гиперактивным ребенком, очень веселым и непоседливым. С самого утра, еще лежа в постели, я пела все, что приходило в голову. Днем часами без перерыва рисовала, играла с мальчишками в войнушки и гонялась на великах.

То есть с парнями тебе легче общаться?

Ага, я их язык лучше понимаю, чем женский.

А с девчонками из «Мобильных блондинок» не деретесь?

С этими девчонками у нас отношения хорошие, драться нам не за что. Мы же не боксеры.

Ты, кстати, натуральная блондинка?

Да, натуральная. И единственная блондинка в семье. Мама говорит, что я в прабабушку пошла.

Скажи, быть блондинкой – тяжелый труд или призвание?

В моем случае быть блондинкой – это как быть мамонтом в наше время: все вымерли, а я осталась.

В современном обществе все еще сильны стереотипы о блондинках? Да, но только в России.

Но может быть, ты можешь использовать их в качестве оружия?

А мне это не нужно. Мой характер более мужской, чем женский. Мужское начало во мне явно доминирует. Я, конечно, не хабалка и очень правильно и гармонично распределяю свою женственность с «мужчинкой», который живет во мне. А на тех же дорогах мне проще переговорить «по-братски», чем прикинуться тупой блонди.

А с брюнетками дружишь?

Только с брюнетками и дружу, блондинок нет среди моего немалого количества подруг.

А как же тогда рыжие?

Рыжий у нас только Андрюха Григорьев-Апполонов! (Смеется.)

С ним, конечно же, дружу. «Марина, двигай пипой» и «Марина, зажигай» – самые яркие строчки

одного из последних хитов «Мобильных блондинок». Так что такое эта «пипа»?

Вообще пипа – это животное из семейства пиповых класса земноводных. Другими словами, это что-то вроде жабы. В кунсткамере, например, есть препарат суринамской пипы из коллекции Рюйша. Ну а там уже как фантазия разыграется.

Тебе близка героиня песни – Марина?

Ну какая из меня Марина? Это абсолютная противоположность меня. Я немка, а немцы – люди серьезные. (Смеется.)

Говорят, на съемках клипа присутствовал Дмитрий Медведев. Это правда?

На съемках клипа, конечно же, были и цыгане, и медведи – шабаш полный!

В «Мобильных блондинках» так часто менялся состав. Как думаешь, тот, что сформирован сейчас, продержится долго?

Понятия не имею, сколько продержится наш нынешний состав.

А откуда такая текучка?

Девочки – они же в первую очередь девочки. Выходят замуж, рожают детей. Отсюда и частая смена состава.

Какая твоя самая-самая любимая песня из вашего репертуара?

«Бэздей». Нравится и все тут. Нет никакой причины.

А вот реально ли попасть на большую сцену простой девчонке?

Конечно, реально, как раз только простые девчонки туда и попадают. Почитайте биографии артистов.

Тебе верим. Кстати, ваша солистка – Олеся – недавно вышла замуж.

А ты сама замужем?

Я не замужем. И большую свадьбу сто тысяч процентов не хочу! Пир на весь мир и показушничество не для меня. И вообще я буду в желтом или зеленом свадебном платье и обязательно в кедах.

Каким ты видишь своего идеального мужа?

Мой молодой человек – идеальный муж для меня. Милый, намек понял?

Я не замужем. И большую свадьбу сто тысяч процентов не хочу!

КТО ОНА

Имя:

Евгения Франк

Возраст:

26 лет

Дата рождения:

14.06.1988

Знак зодиака:

Близнецы

Место рождения:

Республика
Казахстан

Любит:

писать картины,
читать, смотреть
на небо

Не любит:

мерзнуть,
рано вставать,
мерять одежду



ПРОДОЛЖИ ФРАЗУ:

Я очень боюсь глупых женщин.
Я всегда говорю с сарказмом.
Я ем только то, что едят пескетерианцы.
Я знаю, что такое адронный коллайдер.
Я понятия не имею, что такое зубная пломба.
Я верю в карму и реинкарнацию.
Я не верю, что совпадения случайны.
Я никогда не понимала силиконовую грудь, губы и вообще жертв пластической хирургии и косметологии.
Я люблю небо.
Мне не нравится сладкое.
Я часто пью овощные фреши.
Я ругаюсь за рулем.
Я смотрю закаты.
Мне всегда мешает моя вспыльчивость.
Я очень ценю в людях мудрость.
Никогда не буду читать вверх ногами.



Работа моделью – самое сложное, что случилось со мной. Как физически, так и морально

Какой должна быть идеальная жена?

Идеальная жена должна быть муррой женщиной. Поддерживать и помогать мужчине, быть его правой рукой. Всегда встречать его дома в хорошем настроении и не в домашнем наряде. Быть его шей и везде следовать за ним. Относиться к нему как к Богу и быть лучшим другом.

Хотелось бы быть твоим мужем? А ты хорошо готовишь?

Да. Лучше всего у меня получается паста.

Как ты проводишь выходные дни?

Опера, балет и дачные посиделки. Иногда улетаю поближе к солнцу или гуляю с мамой или друзьями.

А мы из твоего списка только гулять себе можем позволить, поэтому скажи, где тебя можно встретить в субботу вечером?

Я повсюду, как Вселенная.

Как нам известно, ты участвовала в шоу «Топ-модель по-русски».

Да, мне понравилось. Неплохая такая школа жизни.

А какая модельная съемка тебе запомнилась больше всего?

Со змеями. Они такие потрясающие. И очень тепленькие. То, что они холодные, отчасти неправда, так как змеи приобретают температуру человека, если держать их на себе. И вот тогда они становятся очень приятными, красивыми и хорошими змейками.

Сложна ли работа модели?

Я много где работала, но работа моделью – это самое сложное, что случилось со мной. Как физически, так и морально.

То есть песни петь куда проще, чем ходить по подиуму?

Да, хотя гастроли с перелетами и недосыпаниями тоже не очень легко даются.

Кем видишь себя через десять лет?

Мамой, женой и окончательно состоявшимся художником. Я развиваюсь в этом направлении. У меня даже есть свой собственный стиль под названием half-real и уже была выставка. Работы можно посмотреть на сайте evgeniyafrank.com. Кстати, в ноябре продала две картины. **FHM**



ТЕСТ НА ИСПОРЧЕННОСТЬ

По традиции мы предложили Жене пройти тест на испорченность. Правила просты: суммируешь стоимость сделанных тобой дел и называешь финальную цифру. Говорят, кстати, что этот тест был основан на реальных событиях: где-то в Европе церковники придумали такой прейскурант на отпущение грехов. Итак, вы когда-нибудь

Употребляли легкие наркотики? **\$10**

Занимались сексом в общественном месте? **\$50**

Просыпались, не зная человека, который лежит рядом? **\$40**

Платили за секс? **\$50**

Занимались сексом с партнером другой национальности? **\$20**

Занимались сексом на кровати родителей? **\$10**

Побили кого-нибудь? **\$20**

Были избиты? **\$10**

Носили одежду противоположного пола? **\$10**

Давали деньги стриптизеру (стриптизерше)? **\$15**

Целовали незнакомого вам человека? **\$10**

Занимались сексом с коллегой? **\$15**

Водили в пьяном виде? **\$20**

Когда-либо напивались на работе? **\$10**

Во время секса использовали сексуальные игрушки? **\$30**

Напивались до такого состояния, что не помнили ничего? **\$20**

Купались нагишом? **\$5**

Занимались сексом в бассейне? **\$20**

Целовали человека такого же пола? **\$10**

Занимались сексом с человеком такого же пола? **\$50**

Вас доводил партнер до оргазма оральным сексом? **\$20**

Доводили партнера до оргазма оральным сексом? **\$20**

Занимались оральным сексом в машине, пока вы или ваш партнер вел машину? **\$50**

Украли что-нибудь? **\$10**

Снимали откровенное домашнее видео? **\$15**

Занимались сексом втроем? **\$50**

Занимались сексом с кем-то, кто старше вас на 10 лет? **\$20**

Играли в «бутылочку»? **\$5**

Занимались анальным сексом? **\$80**

Обманывали партнера, что секс с ним вам понравился? **\$25**

Полученная сумма: \$275 из \$720

100 ВОПРОСОВ

ПАВЕЛ ВОЛЯ

Ради этого интервью Павел перестал петь, танцевать и вести «Comedy Баттл» на ТНТ! Но как только ответил на сто фирменных вопросов FHM, снова принялся за старое

Интервью: Константин Подстрешный

001 Первый вопрос – по поводу твоего сольного концерта 8 декабря. В «Крокусе» – около 7000 мест, не знаешь, были более масштабные выступления в истории стендапа?

В России нет. Кроме, пожалуй, Ленина на броневике.

002 Только стендап там планируешь, может еще споешь?

Только юмор. Только stand-up. Ну если только немного дрессуры и конкур.

003 Новый стендап-концерт, новое шоу «ТАНЦЫ», новые специальные выпуски Comedy Club в Сочи на ТНТ... Альбом новый записывать не собираешься?

Собираюсь, но не в этом году. И не на ТНТ. И не альбом.

004 Кто в Comedy Club начал петь раньше, ты или Семен Слепаков?

Сеня. Но на гитаре его я научил играть. Но плохо. Но я!

005 В связи с музыкальной деятельностью были ли попытки со стороны группы USB сбить тебя машиной, отравить, увезти в Саранск... в общем, убрать как конкурента?

Нет. Мы не конкуренты, я в доле. Я – крыша!

006 Можешь ли передать что-то тем читателям, которые скачали твои песни из Интернета?

Могу передать ссылку на айтюнс. Пусть теперь заплатят.



009

ТЕКСТ НОВОГОДНЕГО ПОЗДРАВЛЕНИЯ ПРЕЗИДЕНТА МОГ ПРОЧЕСТЬ С ЗАКРЫТЫМИ ГЛАЗАМИ

007 Как изменился юмор под воздействием Интернета? У тебя не создается ощущение, что к мировому господству вот-вот придут котата?

Спите спокойно, в предсказаниях Ванги об этом ни слова. Нами будут править силиконовые телки.

008 Зарубежный комик, который оказал на тебя большое воздействие?

Гарик Мартиросян.

009 Что сейчас происходит с Comedy Club на ТНТ?

С Comedy Club все отлично. Мы только что завершили съемки традиционного новогоднего спецвыпуска. Зрители канала ТНТ увидят его 31 декабря до и после поздравления президента Российской Федерации.

010 Собираются ли резиденты Comedy Club, чтобы выработать общую политику программы?

Последний раз собирались 11 лет назад. С тех пор политика не менялась.

011 Есть ли такие темы, которые вы договорились не затрагивать?

Да. Мы никогда не шутим про желтые вазы.

012 Когда и зачем ты последний раз выключал телевизор?

Вчера проверял, работает ли он.

013 Есть ли в «Comedy Баттл» проверка на допинг?

Да. Светлаков однажды не прошел. Я никогда не прохожу, поэтому не сужу.

014 После того как вы объявили, что главным призом в «Comedy Баттл» будет московская квартира и работа в Comedy Club, никто из бывших резидентов не захотел вернуться?

Нет, никто не захотел переезжать из трешки в однушку.

015 А если в финале «Comedy Баттл» победит девушка, что будете с ней делать? Отправите в Comedy Woman?

Пусть она сначала победит. А уж потом мы ее отправим куда надо...

016 Когда и о чем последний раз говорил с Александром Васильевичем Масляковым?

Давно. Я спрашивал, где в Москве переночевать можно.

017 На кого сегодня на российском телевидении не обращают внимание, а зря?

На этого... как его... не могу вспомнить. Короче, зря они так!



016

ВСЕ БОЯТСЯ ОБИМАТЬ МАСЛЯКОВА, ТАК ЧТО ОН ОБНИМАЕТ САМ СЕБЯ



8 декабря
в Crocus City Hall
состоится
концерт Stand-Up
Большой Павла Воли.
В зале всего
6171 место,
так что если хочешь
попасть, поторопись
с покупкой
билета.

100 ВОПРОСОВ

018 Что написано у тебя в трудовой книжке? Не «стендапер» же?

Юморист 80-го уровня.

019 Твое первое воспоминание?

Хочу есть. Мокрый. Люди вверх ногами.

020 Кем мечтал стать, когда был ребенком?

Оператором крана.

021 Какая оценка у тебя была в школе по музыке?

Четверка, но на октаву ниже.

022 Предмет, с которым у тебя были нелады в школе?

С выдуванием стекла было не очень. А вообще я был в тридцатке лучших в классе по успеваемости.

023 Можешь вспомнить, какую первую шутку ты придумал?

Саму шутку не помню, но помню, что сам описался от смеха. Мне было два года. Или не от смеха это было...

024 Какой самый ужасный поступок совершил до 16 лет?

Начал курить.

025 Поступок, которым ты гордишься?

Бросил курить.

026 Телепередача, которую регулярно смотрел в детстве?

«Человек и закон». Я тяготел к криминалу.

027 Ты когда-нибудь воровал?

Нет. Я всегда просто врал.

028 Клички и прозвища, которые у тебя были в школе/институте?

Лучший, Пример, Бог, Царь и другие обидные прозвища.

029 Когда ты понял, что школьный учитель из тебя не получится?

В дипломе написано, что получился.

030 Как правильно называют жителей Пензы?

Дорогие и уважаемые жители Пензы.

031 Место, которое не нужно посещать ни при каких обстоятельствах, если оказался в Пензе?

Метро. Его нет.

032 В каком возрасте получил права на управление транспортным средством?

В 18 лет. Причем все категории.

033 Когда и за что получил первый рубль?

В 12 лет. Я продал доллар.

034 Самый странный способ, которым ты зарабатывал деньги в 90-х?

Мне стыдно! Не ворошите...

035 Правда ли, что ты работал прорабом на стройке?

Нет. А если я кого-то подставляю, то да!

018

SELFIE ВОЛИ ДЛЯ ЖУРНАЛА PAPER ИНТЕРНЕТ ПОЧЕМУ-ТО НЕ ПОРВАЛИ



060

РУСНО, КОГДА БЫ ТЕРЯЕШЬ В ЛЕСУ СОБАКУ-ПОВОДЫРЯ

058

ФИЛЬМ «ГУЛЛИВЕР В СТРАНЕ ПРОКТОЛОВ» В ПРОКАТЕ ПРОВАЛИЛСЯ

036 Что важно уметь прорабу?

Хорошо проработать.

037 Самая странная вечеринка, на которой ты был ведущим?

День рождения шиншиллы.

038 Мероприятие, которое ты откажешься вести, какие бы деньги тебе ни предлагали?

Свадьбу шиншиллы.

039 Нужно ли снова собирать «Виа Гра» или уже не стоит?

А они опять разобрались?

040 Известные девушки, которых ты считаешь привлекательными?

Все не то! Жена моя только.

041 На что обращаешь внимание, когда видишь женщину?

На себя.

042 Как правильно ответить на вопрос:

«Скажи честно, я толстая?»

Зачем ты так, Олег?

043 Что делать, если влюбился в девушку друга?

Чпокни друга, чтоб молчал.

044 Что делать, если узнал об измене?

Беги!

045 Что делать, если изменил сам?

Беги еще быстрее!

046 В каком возрасте и от кого ты узнал, что есть такая штука – секс?

Сильно позднее, чем попробовал.

047 Что делать мужчине, если девушка собирается завести кошку, кролика, шиншиллу или снежного барса, причем не где-нибудь, а в его, мужской, квартире?

Уезжай и жди, пока ее сожрут.

048 Чего хотят женщины?

То, что им не нужно.

049 Оптимальная разница в возрасте между мужем и женой?

76 лет.

050 Кто в доме хозяин?

Все участники ТСЖ.

051 Что последнее ты скрыл от своей жены?

Ее доход.

087

В ЖЮРИ
ПРОГРАММЫ
«СНИМИТЕ ЭТО
МЕДЛЕННО»
СОБАКА НЕ
ЗАДЕРЖАЛАСЬ



052 В каком возрасте впервые попробовал алкоголь?

В возрасте, когда ты можешь захмелеть, просто посмотрев на бутылку.

053 Любимый алкогольный напиток?
Я их не люблю!

054 Когда и при каких обстоятельствах ты последний раз выпивал больше трех рюмок?

На конкурсе «4 рюмки».

055 Когда и при каких обстоятельствах последний раз ты помог нетрезвому другу?

Не стал будить это животное!

056 Ты сова или жаворонок?
Я идеальная комбинация. Поздно ложусь, рано встаю.

057 Что тебе нельзя, но очень хочется?
Шашлык из уссурийского тигра.

058 Есть такой фильм, который бы хотелось вычеркнуть из своей биографии?

«Побег из Шоушенка». Он оказался в моей биографии по ошибке.

059 Музыка, которая играет у тебя в машине?

Любое хорошее радио.

060 Главная группа XX века?
Dereche Mode или «Веселые ребята».

061 Последняя строчка в твоём торрент-клиенте?

Понятия не имею, о чем вы, сектанты.

062 Самая большая сумма, которую ты тратил на азартные игры?

Один миллион вьетнамских донг.

063 Какую книгу ты прочел последней?

Путеводитель по Магадану.

064 Фильм, который не переключишь?
Любой, если я сплю.

065 Последняя видеоигра, которую ты запустил?

Волк ловит яйца.

066 Когда последний раз дрался?

Готов после этого вопроса.

067 Вид спорта, который тебе не претит?

Гимнастика. Объяснить?

068 Блюдо, которое ты можешь приготовить без вреда для собственного здоровья?

Я отлично готовлю, могу сочетать практически любые продукты. Жаль, что почти всегда в итоге получаются вареные яйца.

069 Первое, о чем ты обычно думаешь по утрам?

Жив?

070 Когда последний раз вбивал свою фамилию в поисковой строке Google?
Не замечен за этим.

071 «ВКонтакте» более тысячи пользователей с именем Павла Воли и твоей фотографией. Ты бы хотел им что-то сказать?

Спасибо за труды.

072 Что может вывести тебя из себя?

Бесконечные вопросы.

073 Твой кризис среднего возраста уже был или еще будет?

Был. Будет.

074 Главная беда современного российского мужчины?

Лень.

075 В каком возрасте разрешишь сыну смотреть Comedy Club?

У нас передача 16+. Но, думаю, это месяцы.

076 Твой сын будет учиться в России или за границей?

Хочется, чтобы он жил без границ.

077 В каких политических движениях тебя звали участвовать?

Мне больше нравятся экономические движения.

078 Нужно ли отменить мораторий на смертную казнь?

Веселенькое интервью получается. Не так ли?

079 Есть такой политик, который отвечает твоим интересам?

Сомневаюсь, что моим интересам отвечают политики.

080 Если бы ты мог отправить себе SMS в прошлое, о чем бы она была?

Купи доллары в 1996-м и жди!

081 Кто тот человек, который посоветовал тебе завести аккаунт в Инстаграме?

У меня есть инстаграмный советчик. Трудовая книжка, зарплата, все дела.

082 Ты уже морально дошел до того, чтобы фотографировать еду?

Готов даже сфотать то, что из нее получится.

083 Самый нелепый слух, который ты о себе слышал?

Что у меня в голове грибок. Но это правда!

084 Тебе когда-либо угрожали за особо едкую шутку?

Было 64 случая! Я их всех побил.

085 Сделай работу хорошо или вовремя?

Сделать работу медленно и дорого.

086 Что последнее ты потерял?

Время на ничегонеделание.

087 А что нашел?

Собаку. Но хозяева уже нашлись.

088 Что для тебя основная статья расходов?

Люди, которые не я.

089 Есть бизнес, в который ты вложил гонорары?

Да. Очень известное направление в бизнесе среди мужчин – семья.

090 Какую самую дорогую покупку ты сделал в прошлом году?

Купил остров в Венгрии.

091 Каждый раз, когда журнал Forbes подчитывает твоё состояние, жена не спрашивает: «Павел, куда ты спрятал второй миллион долларов?!»

То есть вы наивно полагаете, что первый я не прячу?

092 Чувствовал ли, что деньги меняют тебя к худшему?

Деньги делают меня лучше. В итоге хочу стать самым лучшим!

093 Когда ты последний раз испытывал чувство полного счастья?

Где-то 23 вопроса назад.

094 Подаешь ли ты нищим?

Да. С этого началась моя карьера в Москве.

095 Какая картинка стоит у тебя обоями на рабочем столе?

Это обои калужской обойной фабрики. Зеленые ромбики с цветами.

096 Расскажи о себе что-нибудь, что еще никому никогда не рассказывал?

Мне 48 лет, меня зовут Ришат. Я грек из Конго.

097 От чего в своей жизни ты

отказался, а потом жалел?

Мне предлагали вживить титановую пластину поверх железной. Очень жалею.

098 За интервью ты хоть раз ответил неправду?

Вот первая правда:

8 декабря в «Крокус Сити-Холле» пройдет мой стендап. Приходите!

099 Чем хотел бы заниматься через 20 лет?

Есть холодный арбуз столовой ложкой!

100 Как расшифровывается FHM?

Федя хвалит Мишу. **FHM**

065 ГОВОРЯТ, ЧТО ДОЙДЯ ДО 9999 ОЧКОВ МОЖНО ВЫЗВАТЬ ДЬЯВОЛА



ИЗ ГРУППЫ

КИМС

Эшли
Робертс

бывшая участница
самого сексуального женского
коллектива *The Pussycat Dolls* –
еще один повод начать учить
АНГЛИЙСКИЙ ЯЗЫК





ЭШЛИ РОБЕРТС – БОЛЬШАЯ ЛГУНЬЯ

Это становится ясно спустя пять минут общения с ней. «Если честно, стягивать с себя тугой латексный костюм – отстой, – говорит она опарашенной такими речами команде FHM. – Быть в таком наряде – сексуально, но снимать его? То еще зрелище». Проверить, так ли это, нам не представилось возможным, поэтому наше воображение отказывается согласиться с Эшли.

Все резюме девушки прямо-таки пропитано сексуальностью. После переезда в Лос-Анджелес из родного Феникса, штат Аризона, где, по ее словам, к местным достопримечательностям можно отнести лишь пустыни, кактусы и гремучих змей, Эшли стала частью танцевального поп-коллектива. Сначала девушек объединяла только хореография. Запели они чуть позже – в 2003 году.

В течение семи лет она задирала ноги, вращалась у шести и соблазнительно смотрелась с экранов телевизоров по всему миру, пока в 2010 году не покинула коллектив.

С того момента в ее графике стало еще меньше свободного времени. То она пробирается по джунглям в британском реалити-шоу «Я знаменитость, заберите меня отсюда!», то выделывает пируэты на коньках в «Танцах на льду», то представляет свой первый сольный альбом. Короче, ты понял, что она много работает, да еще и выглядит при этом бесподобно. «Во мне всегда было что-то нахально-сексуальное, наверное, поэтому я покончила с The Pussycat Dolls». Короче говоря, Эшли уже давно пора было появиться на обложке FHM.

FHM Ну что, Эшли, ты рада, что наконец-то добралась до обложки мужского журнала?

Эшли Еще как! FHM – очень крутой журнал. Внутри все откровенно и сексуально, но очень стильно. И это круто! Я рада, что моя жизнь позволяет постоянно наряжаться.

А мы-то как рады. Ты в курсе, что у тебя не только одеваться, но и позировать очень даже хорошо получается?

Я с детства танцую, поэтому знаю, как красиво двигать телом. И главное – мне это очень нравится. Всю жизнь я выступаю в разных костюмах и наслаждаюсь сексуальными образами.

То есть ты всегда-всегда так хорошо танцевала?

Ага. Сейчас, если я слышу музыку, сразу же танцую. Даже прямо сейчас мне уже хочется двигаться, только бы не мешали назойливые парни.

У тебя есть какие-то коронные движения?

Несколько. Большинство из них отдают стилем джаз: я просто покачиваю попой. Но я способна и на традиционный тверкинг и пару классических движений из дискотеки девяностых.

Ты действительно неплохо разбираешься в танцах. С этой целью и приехала в Лос-Анджелес – чтобы стать профессиональной танцовщицей?

Не совсем. Я бы могла ей стать куда раньше, но денег не было, поэтому нужно было пахать на трех работах. Я одновременно была хостес, преподавателем танцев и MC на бар-мишве.

А мы не знали, что в тебе течет еврейская кровь.

А ее и нет. Я сама не знаю, как меня туда занесло. Один знакомый занимался этим и постоянно приходил с работы со словами: «Дружище, да я получаю двести баксов за ночь». А я такая: «Сколько?! Окей, я в деле».

Какие обязанности влечет работа MC на таких мероприятиях?

Это довольно просто. Начинает играть «У.М.С.А.», и ты тащишь людей на танцпол. Я была что-то типа энерджайзера. Но все эти дни остались позади. Я боюсь, сейчас я больше недоступна для такого рода брони.

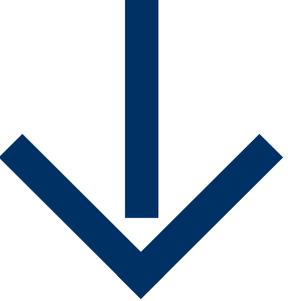
К счастью, вскоре в твоей жизни началась эра The Pussycat Dolls.

Да, группа помогла мне завоевать популярность и найти свою аудиторию. Это был коллектив из топовых танцовщиц в индустрии. Я попала туда, но была слишком юной, чтобы даже оставаться в барах. Поэтому я выступала и тут же уходила. Кармен Электра была ведущей исполнительницей, в Лос-Анджелесе была тогда такая шумиха. К нам приходила Шарлиз Терон в рамках гастролей, а также Кристина Агилера и Бритни Спирс. И в конце концов одна крупная звукозаписывающая компания решила сделать из нас поп-группу.

И тогда-то поп-культура стала сексуальной, да?

ДОСЬЕ

Имя: Эшли Робертс
Дата рождения:
14 сентября 1981 года
Возраст:
33 года
Гражданство:
США



ЗАКОННО ИЛИ НЕТ?

Мы проверили,
насколько хорошо
Эшли знает
законодательство
своей родины –
Аризоны

В Аризоне незаконно беспокоить собаку-поводыря.

«Это было бы здорово, если бы людей и правда наказывали за приставания к собаке, но прям целый закон? Хм... Я думаю, что такого нет».

НЕПРАВИЛЬНО

В Аризоне ресторан, предлагающий конину, должен иметь на меню предупреждение в виде зеленой печати.

«Я очень надеюсь, такие вещи контролируют, поэтому отвечу, что это правда».

ПРАВИЛЬНО

В Аризоне незаконно наряжать Барби в наряд Кена.

«Пфф, что? Погодите, это что – целый закон? Ну уж нет. Может, это в Индиане так?»

ПРАВИЛЬНО

Оставить удочку без присмотра в Аризоне – преступление.

«Я собираюсь сказать, что это неправда. Или я не права? Да ведь там вообще нет импортной рыбы!»

НЕПРАВИЛЬНО

В Аризоне незаконно нагружать мула больше, чем на 1,8 метра в высоту.

«Это точно правда! Погодите, я снова ответила неверно? Я знаю о своем штате лишь то, что это одна большая деревня!»

НЕПРАВИЛЬНО





Я МОГУ БЫТЬ МИЛОЙ ДЕВОЧКОЙ- СОСЕДКОЙ, А МОГУ... НАДРАТЬ КОМУ-НИБУДЬ ЗАДНИЦУ!

Я думаю, что Spice Girls уже привлекательно одевались, но они были скорее как куколки. Мы же были более дерзкие. Ведь мы начинали как бурлеск-шоу, прежде чем стать поп-группой, поэтому и соединили эти два направления.

Ты всегда хотела стать частью мирового шоу-бизнеса?

Мой папа был барабанщиком в группе The Mamas & the Papas, пока не ушел в авто-бизнес. У него также была своя группа – Thorn Hill, вместе с которой я росла. Они выступали с Джими Хендриком. У моего отца даже есть журнал, которым он временами машет со словами: «Вот смотри, как Джими и я курили вместе». Это невероятно. Выступления – это часть моего сердца и души. Я собираюсь продолжить турне с парнями – Энтон и Декон (Энтони Макпартлин и Деклан Доннелли, британский комеди-дует. – *Прим. ред.*). И на сцене будут мои сольные части. Согласись, это тоже довольно круто.

Еще как! Ты встретила этих ребят на шоу «Я знаменитость, заберите меня отсюда!». Как ты оказалась в джунглях в окружении камер и других знаменитостей?

В 2012 году я пообещала себе делать каждый месяц что-то новое. Я успела прокатиться на байке, взять пару уроков на цирковой трапеции и прыгнуть с парашютом. И потом меня позвали на это дикое шоу со словами, что там будут змеи, жуки и прочая мерзость. Я сначала сомневалась, а потом сказала: «Черт с вами, давайте сделаем это, чтобы мне было что рассказать своим детям». И спустя две недели я уже сидела в самолете.

Что было сложнее всего?

Испытания, которые касались еды, 100%! Мне выпадали мерзкие задания, когда, например, нужно было опуститься в гору рыбных кишков. Все бы ничего, но главная проблема была в том, что помыться после испытания не разрешают. Нужно садиться обратно в фургон, где никто знать не знает про кондиционер, и ехать обратно в лагерь. И вот ты приезжаешь и снова говоришь, что хочешь помыться, а тебе отвечают: «Ну, вперед в пруд». В пруд, который весь зарос! После такого мытья ты становишься только грязнее. В конце концов ты просто рисуешь в своем воображении душ, чистую воду и вкусный обед. Это настоящий психологический тест: я до сих пор не знаю, как существовала в таких условиях, честно говоря.

Сейчас ты невероятно популярна в Великобритании. Стала чувствовать себя местной на этом острове?

Сначала мне было очень сложно привыкнуть к ритму жизни Лондона – постоянный холод, общественный транспорт вместо личного автомобиля, местная еда. Но сейчас мне все нравится. Мне даже кажется, что я переняла британский юмор. Хотя британские парни отличаются от американцев.

Чем же?

Ну, у этих парней есть немного лишнего там, внизу, и я не знала, что с этим делать сначала.

Прости, о чем ты говоришь?

Ну ты прекрасно понимаешь, о чем я!

Эмм... Ты про крайнюю плоть, что ли?

Ха-ха, да. Я была вынуждена спросить совета у друга-гея, что мне делать, так как я столкнулась с таким впервые. В Америке все иначе: все парни делают обрезание. Лишь немногие сохраняют свой первоначальный вид.

А ты за обрезанных?

Теперь я все попробовала, так что могу сказать: меня устраивает любой расклад. Сначала я не знала, что делать, но сейчас – без проблем, подавайте любого.

Давай немного сменим тему. Чем еще отличаются британцы от американцев?

Мне кажется, американцы более агрессивны и нахальны в достижении своих целей. В Лос-Анджелесе парни так плоско плакают, что хочется им в лицо сказать: «Ты реально думаешь, что этим можешь зацепить?» С другой стороны, я бы хотела, чтобы британцы остудили свой пыл. В общем, идеальный парень – нечто среднее между этими нациями.

Это ты еще с русскими не общалась? А как бы ты описала свой типаж?

Я могу быть милой девочкой-соседкой, а могу... надрать кому-нибудь задницу.

Такая комбинация звучит неплохо.

Мне хочется верить, что я придерживаюсь правильных моральных принципов, но у меня также есть и темная сторона. Я очень независимый человек, поэтому мне нужен такой же рядом. Я не хочу мужчину-нытика, с которым надо нянчиться, понимаешь, о чем я?

Короче, тебе не нужен тот, о кого ты будешь вытирать ноги?

Верно. Я съем такого заживо. **FHM**





БЛИЦ-ОПРОС

Каблуки или кроссовки?

Каблуки, но только на тусовке.

Сражение большими пальцами или арм-рестлинг?

Война пальцами. У меня маленькие руки, но большие пальцы отличаются ловкостью и изворотливостью, что касается пальцев, я просто ниндзя.

Зомби или зумба?

Танец зумба.

Пирожные или пижама?

Пижама.

Сливочное мороженое или фруктовый лед?

Лед.

Утки или лебеди?

Лебеди.

Руки или ноги?

Если я выберу руки, тогда мне придется ползать везде. Я бы лучше научилась круто обращаться пальцами ног!

Кофе или чай?

Чай.

Попа или сиськи?

Попа.

Праздник или фестиваль?

Праздник.

Донат или пончик?

Пончик, конечно.

ХИЖЖИНА ДЯДИ СЭМА

В эпоху победившей политкорректности Сэмюэл Л. Джексон – чудом сохранившийся музейный экспонат. Он не идет на компромиссы, не боится скандалов и, что особенно приятно, если речь идет об интервью, не умеет держать язык за зубами

Текст: Крис Сауэр



Встреча с самым крутым зрэнцем современного кинематографа – это, мягко говоря, штука волнительная. Даже я, многое повидавший на своем веку, назначив интервью с

одним из самых знаковых и по счастливой случайности любимых актеров, нервничаю, как школьник. Не добавляет уверенности в себе и тот факт, что одним из последних хобби мистера Джексона стало разрывание неподготовленных журналистов на части. Первым пострадавшим стал американский телеведущий, спутавший Джексона с Лоуренсом Фишберном. («Не все темнокожие – близнецы, знаете ли, я совсем другой черный парень», – осадил журналисту Сэм.) Затем настал черед журналиста, обнаружившего проблемы со словом «ниггер», у которого Джексон долго выпытывал, что это за слово «на букву Н». В общем, ваш покорный слуга явно не желал быть следующим в списке униженных репортеров.

Мне в какой-то степени полегчало от того, что мизансцена нашей встречи с Сэмюэлом Л. Джексоном не предполагала сближений и рукопожатий, потому как ладони моих рук потели, сами руки дрожали, а тревожить Джексона, уютно устроившегося в кресле своего отельного номера по 500 фунтов/ночь с закинутыми на кофейный столик

ногами, не представлялось удобным. «Я не знаю, почему люди нервничают при встрече со мной, – говорит он после того, как я признаюсь ему в своем волнении. – Как правило люди отождествляют меня с огромным количеством моих персонажей, большинство из которых, надо признать, не очень приятные парни. Людям почему-то кажется, что у меня с персонажами много общего, но это не так». После этой фразы я немного успокаиваюсь и заканчиваю перебирать в уме полторы сотни экранных образов мистера Джексона, начиная от эпизодического грабителя бургерной в «Поездке в Америку», продолжая эпическими крутыми парнями из тарантиновских «Криминального чтива» и «Джекки Браун» и заканчивая Ником Фьюри в рекордно-кассовых «Мстителях». Все эти роли нашего героя объединяет одно – самое что ни на есть скрупулезное отношение к ним. Странно, что при этом почти все большие кинонаграды проходят мимо Джексона. Со времени последних призов Берлинского и Каннского фестивалей уже скоро минет два десятилетия. Беспокоит ли это нашего героя? «Меня больше бесит, когда меня представляют как номинанта «Оскара» Сэмюэла Л. Джексона. Кто, скажите, ходит и гордится тем, что он всего-лишь номинант? Если ты не выиграл, ты не выиграл. Точка. Есть только обладатели премии. До номинантов никому нет дела».

Что действительно круто в Сэмюэле Л. Джексоном, так это его умение сохранять спокойствие в любой ситуации. Даже самый непримечательный диалог с его участием становится событием, любой плохой фильм – смотрибельным («Змеиный полет»), а любой средний фильм – улетным («Долгий полет на ночь»). Умение Джексона сделать живым и настоящим любого персонажа помогло фильмам с его именем в титрах собрать в кинотеатрах более 8 миллиардов долларов. Кроме Гари Олдмана, такой кассовой выручкой своих фильмов в мире не может похвастаться никто. А вот если отмотать время на 50 лет назад, мы увидим совсем другого Сэмюэла Лероя Джексона, уроженца Вашингтона, живущего в Теннесси. Он рос без отца, играл на французском горне в оркестре и был редким ботаном – любителем комиксов. «Моя мама настаивала на том, чтобы за каждые 5 прочитанных мной комиксов я читал книгу классической литературы, – вспоминает Джексон. – Поначалу я покупал только комиксы с Суперменом и Бэтменом, но потом пошло-поехало. И Флэш, и Серебряный серфер, и Аквамен. Первой книгой, которую я прочел, был «Остров сокровищ» Стивенсона, она пробудила во мне желание повидать мир. А так как я хорошо плавал, следующей книгой стала «20 000 лье под водой». Она сильно на меня повлияла, и я собирался стать чернокожим Кусто».

A close-up portrait of actor Chiwetel Ejiofor. He is wearing a black baseball cap with a small logo on the front, light blue-rimmed glasses, and has a grey beard and mustache. He is smiling slightly and looking towards the camera. The background is solid black.

**МНЕ
НРАВИТСЯ
СМОТРЕТЬ
СВОИ
ФИЛЬМЫ
В КИНО
И ВИДЕТЬ,
КТО ПЛАТИТ
ЗА НИХ
ДЕНЬГИ**

Я ВСЕГДА ХОТЕЛ ПОБЕГАТЬ ОТ ЧЕГО-НИБУДЬ ДИКОГО И С БОЛЬШИМИ ЗУБАМИ

Не самый впечатляющий портрет молодого Сэмюэла завершает финальный штрих в виде хронического заикания. Дефект речи был настолько ужасным, что тетя Джексона, педагог сценического мастерства, отправила его на исправительные курсы. И даже несмотря на то, что с заиканием давно покончено, видно, что воспоминания о нем не стерлись из памяти актера. Этой зимой Джексон наконец изобразит давний дефект в кино, сделав его отличительной чертой своего персонажа – злодея Валентина в экранизации комикса Марка Миллара – «Kingsman: Секретная служба». «Я знаю, что люди с опаской относятся к человеку, у которого есть тот или иной дефект, поэтому я решил наделить своего героя таким отличием. Я думаю, для него он также был мотивирующим фактором в жизни, стимулом к достижению успеха и возвышению над всеми, кто избегал его», – рассказывает Джексон.

А вот и всем известный взгляд нашего героя, после которого хочется забрать все свои слова назад и мямлить какие-то извинения. Он поднимает бровь, слегка отворачивается в сторону и ненадолго замолкает, словно предоставляя тебе время осознать все свои ошибки и пасть ниц. Я устаиваюсь этого взгляда, когда спрашиваю его о центре для реабилитации. «Думаю, это было самое темное время в моей жизни», – говорит Сэмюэл после паузы. Темное время достигло своего апогея, когда его жена Латаня Ричардсон нашла его без сознания



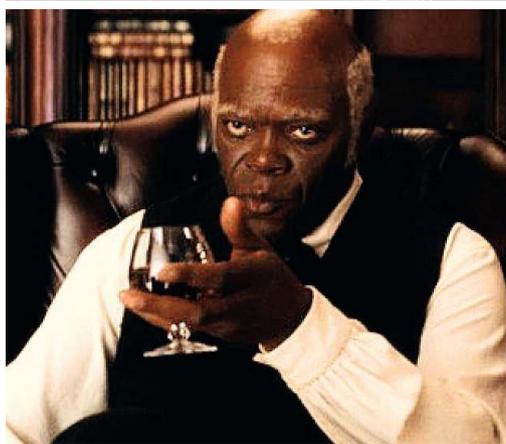
на кухонном полу. «Недавно, как раз когда умер Филип Сеймур Хоффман, я вспомнил об этой странице своей биографии. Я узнал о его смерти когда был в Атланте, где он должен был сниматься в «Голодных играх». Мы, собственно, и познакомились с ним в реабилитационном центре, так что волей-неволей вспомнишь о тех временах. Не понимаю, как можно вернуться к наркотикам после того, как тебе помогли избавиться от них. Насколько нужно быть несчастным, чтобы искать в них решения своих проблем?» К счастью, Джексону удалось обуздать своих демонов. Уже через две недели после выписки из медицинского учреждения он вернулся к работе, чтобы сыграть наркомана Гейтора Пурифая в культовом фильме Спайка Ли «Лихорадка джунглей». «Когда мы меня убили в том фильме, мы словно убили какую-то часть меня. Ту, время которой прошло. Которая должна была дать дорогу светлому будущему, моему перерождению», – вспоминает Сэмюэл. Именно за эту роль Джексон получил приз

на Каннском фестивале, а сценарии, которые студии начали ему присылать после этой роли, больше не рассматривали его как «негра, который умирает на 30-й странице». Сэмюэл Л. Джексон действительно переродился. Если раньше большинство его персонажей в финальных титрах назывались как-то вроде «Черный парень» или «Спящий слепой», то теперь ему начали поступать приглашения в серьезные проекты на большие роли. Отправной точкой к мировой славе стало утверждение на роль Джулса Винфилда в «Криминальном чтиве», тарантиновском фильме 1994 года, который давно стал бесспорной классикой. В фильме, роли которого стали определяющими для карьеры таких звезд, как Джон Траволта, Ума Турман и Брюс Уиллис, Джексон, тем не менее, умудрялся выделяться и выглядеть настоящей суперзвездой, перед чьим шармом и харизмой просто невозможно устоять. Но даже после огромного успеха в «Чтиве» Сэмюэл Л. Джексон не всегда отказывался от ролей, предполагающих

ХРОНИКИ КРУТЯКА

ВЗЛЕТЫ И НЕБОЛЬШИЕ ПАДЕНИЯ КРУТИЗНЫ СЭМЮЭЛА Л. ДЖЕКСОНА В РЕПЛИКАХ И ДЕЙСТВИЯХ





непродолжительное пребывание на экране. В фильме «Глубокое синее море» (внимание: спойлер) его первым съедает акула-убийца. «Для меня это было как: а, черт с ним, давайте сделаем это, – с улыбкой говорит Джексон. – Когда Ренни Харлин прислал мне сценарий, он мне сразу объяснил почему я умираю первым. Если он убьет моего героя первым, зритель не будет знать, кого в таком случае создатели фильма вообще пощадят. Когда я услышал это, я вспомнил, что всегда хотел побегать от чего-нибудь дикого и с большими зубами, и согласился».

Сэмюэл Л. Джексон не обычный актер. Он берется за вещи, которые другим и в страшном сне не снились, с уверенностью, какой поискать. Кто еще мог бы согласиться участвовать в малобюджетном фильме с названием «Змеиный полет» (В оригинале – Snakes on A Plane – «Змеи в самолете». – Прим. ред.) и превратить его из казалась бы гарантированного провала в самую обсуждаемую картину года, со-

бравшую в кинотеатрах более 60 миллионов долларов? При этом Джексон не приедняется, как многие в Голливуде, и не несет чушь вроде: «Я никогда не смотрю свои собственные фильмы», наоборот: «Я люблю ходить в кинотеатры на свое кино. В последний раз совсем недавно я ходил на «Капитана Америку». Премьеры, знаете ли, это такое дешевое удовольствие. Люди приходят посмотреть кино на шару и попялиться на создателей, так что они по-любому будут целовать тебя в зад и говорить, как все офигенно. Я же люблю ходить на обычные сеансы, где люди пришли потратить свои деньги. Там ты легко можешь услышать всю правду про свою работу. Что-то вроде: «Это что за хреновину нам тут показывают?» Кроме кинотеатра или съемочной площадки, есть только одно место, где еще можно встретить Сэмюэла Л. Джексона – поле для гольфа, естественная среда обитания многих 65-летних (да-да, Сэм достаточно стар, чтобы претендовать на пенсионные). «Да, я играю в гольф каждый день. Мы

собираемся своей небольшой группой с парнями где-то в 6.30 и играем. Правда, из-за работы последний месяц или полтора я пропустил. В последний раз я играл с Марио Балотелли и Майклом Джей Фоксом. Я выиграл. С результатом 78, кажется». В то время как наше интервью подходит к концу, я понимаю, что оно будет неполным без упоминания скользкой темы пальца в мужской заднице. Да-да, вы не ослышались. Дело в том, что Джексон, кроме всего прочего, в качестве председателя активно занят делами благотворительного фонда One For The Boys, занимающегося проблемами мужского здоровья и призывающего сильный пол, в частности, серьезнее относиться к проблемам предстательной железы. Я сознаюсь Сэмюэлу, что давно не проверял свою простату. «Слушай, парень, если уж я регулярно хожу к доктору и позволяю ему вставлять палец себе в задницу, то и ты сможешь с этим справиться», – напутствует меня Джексон, фирменно приподнимая бровь. И на том спасибо. **FHM**



«ТЫ БЫ НЕ РАСПОЗНАЛ ЕГИПЕТСКИЙ ХЛОПОК, ДАЖЕ ЕСЛИ БЫ САМ ФАРАОН ПРИСЛАЛ ЕГО ТЕБЕ, ТЫ БЕЗВКУСНЫЙ ЗАСРАНЕЦ»
«Шафт», 2000



ХОДИТ С КЛЮЧКОЙ
«Неузвимый», 2000



ЗАСТАВЛЯЕТ ОБДЕЛАТЬСЯ БАНДУ СКИНХЕДОВ
«Формула 51»

БРОСАЕТ МЯЧИК, КАК И ПОЛОЖЕНО ЗАПРАВКОМУ БАСКЕТБОЛЬНОМУ ТРЕНЕРУ
«Тренер Картер», 2005

«С МЕНЯ ДОВОЛЬНО ЭТИХ ДОЛБАНЫХ ЗМЕЙ

НА ЭТОМ ДОЛБАНОМ САМОЛЕТЕ»
«Змеиный полет», 2006



«ЕСЛИ БЫ Я ЗАХОТЕЛ, ЧТОБЫ ТЫ ГОВОРИЛ, Я БЫ ЗАСУНУЛ РУКУ ТЕБЕ В ЗАДНИЦУ И УПРАВЛЯЛ БЫ ТОБОЙ, КАК В КУКОЛЬНОМ ТЕАТРЕ»
«Копы в глубоком запасе», 2010

«БОЛЬШИНСТВО ИХ ИДЕЙ СВЯЗАНЫ С ПРЕЛЮБДЕЯНИЕМ В РАЗЛИЧНЫЕ МЕСТА ТВОЕГО ТЕЛА»
«Джанго освобожденный», 2012



ИЗДАЕТ ЖУЖЖАЩИЕ ЗВУКИ В КАЧЕСТВЕ ПУРПУРНОЙ СКОРОСТНОЙ УЛИТКИ
«Турбо», 2013

ИДЕАЛЬНО ВОССОЗДАЕТ ХРОНИЧЕСКОЕ ЗАИКАНИЕ
«Kingsman: Секретная служба», в кино с 12.02.2015

НУ, ЭТО ЕЩЕ НЕ КОНЕЦ СВЕТА

АПОКАЛИПСИС, КАК ОБЫЧНО, БЛИЗОК (ГОЛЛИВУД, ПО КРАЙНЕЙ МЕРЕ, В ЭТОМ УВЕРЕН). МЫ ПРИЗВАЛИ ЭКСПЕРТОВ К ОТВЕТУ И ВЫЯСНИЛИ, КАК ДРАГОЦЕННЫЕ ЗНАНИЯ, ПОЛУЧЕННЫЕ НАМИ ОТ ПРОСМОТРА ФАНТАСТИЧЕСКИХ БОЕВИКОВ, СМОГУТ ПОМОЧЬ НАМ В СЛУЧАЕ НАСТОЯЩЕГО АРМАГЕДДОНА. ДАЖЕ НЕ ОДНОГО, А НЕСКОЛЬКИХ

РОБОТЫ НАУЧИЛИСЬ ДУМАТЬ И РЕШИЛИ НАС УНИЧТОЖИТЬ/ ПОРАБОТИТЬ

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Терминатор-2», «Звездный крейсер «Галактика», «Матрица»

→ Роботов изначально изобрели, чтобы помогать людям (в переводе с чешского *robot* – работа), но в какой-то момент интеллект машин превзошел интеллект их создателей, и роботы без жалости выкосили добрых девять десятых части человеческого населения. Оставшейся горстке фотогеничных выживших не остается ничего другого, кроме как вести партизанскую войну, чтобы с помощью любви, взаимопомощи и прочих человеческих качеств одолеть систему, созданную бездушными машинами.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА: Хотя до судного дня еще далеко, как насчет боевых машин для убийства? «Что меня беспокоит больше всего, так это сама идея того, что решения о жизни и смерти тех или иных людей могут быть переданы машинам, – говорит председатель Международного комитета по контролю за роботизирован-

ным вооружением (ICRAC) Ноэль Шарки. – Некоторые высокотехнологичные государства вроде США, Израиля, Китая и России всюду разрабатывают роботизированные орудия. Компания ООН, нацеленная на запрет производства роботов-убийц, занимается этим злободневным вопросом, ведь, если этому не препятствовать, военные действия в будущем превратятся в машинальное уничтожение огромного количества людей».

ЧТО ДЕЛАТЬ: Ты можешь присоединиться к Шарки на stopkillerrobots.org или просто переехать в страну, которая никому не сдалась, чтобы ее атаковать. Например в Тонга.



СМЕРТЕЛЬНАЯ БОЛЕЗНЬ РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ ПО ВСЕМУ МИРУ, УБИВАЯ ЧЕЛОВЕЧЕСТВО

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Эпидемия», «28 дней спустя», «Планета страха»

➔ Загадочная очень заразная болезнь распространяется по всему миру быстрее, чем кто-либо может понять, как ее лечить или контролировать. Какой-то козел чихнул в кино-театре, и вот уже на Земле остались в живых только самые бдительные.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА: Прекращающаяся истерия по поводу лихорадки Эбола только играет на руку прогнозистам, предрекающим всему человечеству смерть от какой-нибудь мутировавшей СПИД-Эболы, но ждет ли нас такой вариант развития событий? «Конечно, нет, — успокаивает нас Майкл Мэлим, директор Отделения инфекционных заболеваний лондонского Кингс-колледжа. — Хотя чисто теоретически такая возможность существует, она очень маловероятна. Современные методы

обнаружения эпидемий, контроля за транспортом и правила карантина зараженных людей позволяют надеяться, что даже самая страшная бактериологическая угроза может быть быстро локализована и взята под контроль».

ЧТО ДЕЛАТЬ: Готовишься покупать защитные скафандры и сжигать зараженных товарищей? Не спеши. «Самыми страшными вирусами на самом деле являются не Эбола и ей подобные, а те, которые попадают в организм незаметно и зреют годами, — уверяет профессор Мэлим. — Когда люди не понимают, что заражены, у инфекции гораздо больше шансов. Но не то чтобы мы все были обречены. Иногда стоит просто лишний раз надеть марлевую повязку». Было бы идеально, если бы каждый следовал этому совету, но мы живем не в идеальном мире, доказательством чему служит эпидемия Corrupted Blood, разразившаяся в виртуальном мире World Of Warcraft. За несколько дней виртуальный вирус разрушил целую вселенную.

НАСТУПАЕТ СТРАШНЫЙ СУД, И ВСЕМ ГРЕШНИКАМ КРАНТЫ

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В: «Конец света 2013: Апокалипсис по-голливудски», «Оставленные»

➔ В один прекрасный день Бог решает забрать всех праведников с собой на небеса, а всех грешников отправить в ад.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА: Есть темы, которые ты не хочешь обсуждать с людьми в рясах, но в то же время есть вопросы, ответы на которые могут дать только эти люди. «Вознесение — это ответ на многие человеческие страхи, — говорит преподобный Рэй Эндрюс. — Страх смерти, страх потерять контроль. Большинство из нас хочет оказаться по правильную сторону в урочный час, но в любом человеке есть и плохое, и хорошее. Если считать, что вознесутся только

идеальные люди, то мы станем либо несносными ханжами, либо будем жить с сознанием того, что мы несовершенны».

ЧТО ДЕЛАТЬ: В кино обычно все заканчивается хорошо, и все герои искупляют свои грехи. Если бы Бога можно было подкупить, то коробки пожертвований были бы всегда полны, но вознесение не такая простая штука. «Когда придет время Страшного суда, открой бутылку хорошего вина, поставь свою любимую музыку и молись, чтобы все твои хорошие деяния были увидены Господом», — советует святой отец.



МЫ ИЗМЕНИЛИ КЛИМАТ, И ВСЕ НАКРЫВАЕТСЯ МЕДНЫМ ТАЗОМ

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Водный мир», «Голодные игры», «Аватар»

→ Сжигание горючих ископаемых приводит к глобальному потеплению, что в свою очередь ведет к таянию ледников, подъему уровня моря, мир сходит с ума, а Кевин Костнер пьет собственную мочу (ну, в «Водном мире» все так и было).

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА:

А вот это очень даже может быть. «Последние исследования показали, что если сжечь все все виды ископаемого топлива, а учитывая современные тенденции, нет никаких оснований думать, что этого не произойдет, средняя температура планеты увеличится с примерно 14 °C до 30 °C», – говорит нам профессор Билл Магуайр. «И это в обычный холодный декабрьский день?» – удивленно переспрашиваем мы.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Построить свой маленький ковчег и отправиться в плавание по семи морям – это ли не мечта? «Совсем нет, – утверждает Магуайр. – Планета скорее всего станет непригодной для жизни человека, ведь дневная температура во время пла-

вания на этом ковчеге будет где-то 60–70°C минимум. Уровень моря поднимется на 70 метров, а это гарантированное вымирание». И никаких шансов? «Ну на высоких широтах, на большой высоте, как в Гренландии, шансы будут, но у очень небольшой части нынешнего населения планеты». Короче, кто не успеет в Гренландию, тот труп.

ПРИЛЕТЕЛИ ПРИШЕЛЬЦЫ, ЧТОБЫ ПОРАБОТИТЬ/УНИЧТОЖИТЬ НАС

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Война миров», «Секретные материалы», «День независимости»

→ Инопланетная фигурина прибывает на Землю совсем не с миром и начинает активно взрывать все вокруг лазерами и поработать население планеты, вставляя каждому второму ректальный зонд.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА:

Никто, кроме разве что Фокса Малдера, не знает о пришельцах больше, чем директор подразделения группы исследователей НЛО – MUFON, Крис Муннс: «Всегда приятно знать, что

кто-то всерьез допускает возможность инопланетного вторжения. Однако я представляю научную организацию и не думаю, что мне стоит давать комментарии касаясь целей, с которыми придут на нашу планету пришельцы, так как само их существование пока не доказано безоговорочно». «Именно так бы нам ответил человек, чей разум контролируют пришельцы», – решили мы.

ЧТО ДЕЛАТЬ: Скорее всего пришельцы уже среди нас, так что расслабься и получай удовольствие в случае зондирования.



К ЗЕМЛЕ НАПРАВЛЯЕТСЯ ГИГАНТСКИЙ АСТЕРОИД

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Армагеддон» и «Столкновение с бездной»

➔ Большие астероиды направляются к Земле, чтобы либо частично, либо полностью уничтожить все живое в радиусе столкновения с ней. Сопутствующие сюрпризы этого: землетрясения, цунами, пылевые облака и прочая прелесть. Такое уже случалось с нашей планетой, так что не случайно ни у кого из нас фамилия не заканчивается на «завр».

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА:

Доктор Франциско Диего, главный исследователь отделения физики и астрономии в Университи-колледже Лондона, считает, что: «Понадобится небесное тело размером с Луну, чтобы полностью уничтожить Землю, но астероид, который уничтожил динозавров и 70% всего живого на планете, был всего 10 километров в диаметре. Так что для того, чтобы уничтожить венец творения – собственно нас, – хватит аналогичного кусочка из космоса».

ЧТО ДЕЛАТЬ: А что если мы будем на противоположном конце Земли о того места, куда упадет астероид? «Все равно без шансов, – утверждает астроном Марк Дуве. – Если что-либо диаметром

больше километра врежется в планету, будет безразлично, где ты находишься. Ты либо умрешь от самого взрыва, либо от последующего за ним холода и недостатка пищи. В общем климатической катастрофы избежать не получится, хотя ты и протянешь дольше в другом полушарии. Выбросы в атмосферу приведут к ядерной зиме, солнечный свет не будет достигать поверхности Земли и все мы умрем». Но мы ведь можем, как Брюс Уиллис, просверлить дыру в астероиде и взорвать его, таким образом спасая Землю? «Взрыв астероида только увеличит количество разрушений, – говорит доктор Диего. – Осколки по-прежнему будут велики и смертоносны, и планету так не спасти. В идеале нужно менять траекторию астероида где-то за десятилетие до столкновения с помощью маленьких дронов с ионными двигателями, которые изменят магнитное поле вокруг небесного тела».

КАТАКЛИЗМ ПОГРУЖАЕТ НАС В НОВЫЙ ЛЕДНИКОВЫЙ ПЕРИОД

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В:

«Сквозь снег», «Послезавтра», «Пекло»

➔ Разные сценарии такой катастрофы, искусственные или естественные, приводят к тому, что на Земле становится очень снежно и зябко. Почти как в Нарнии, только без веселых бобров, волшебных львов и восточных сладостей.

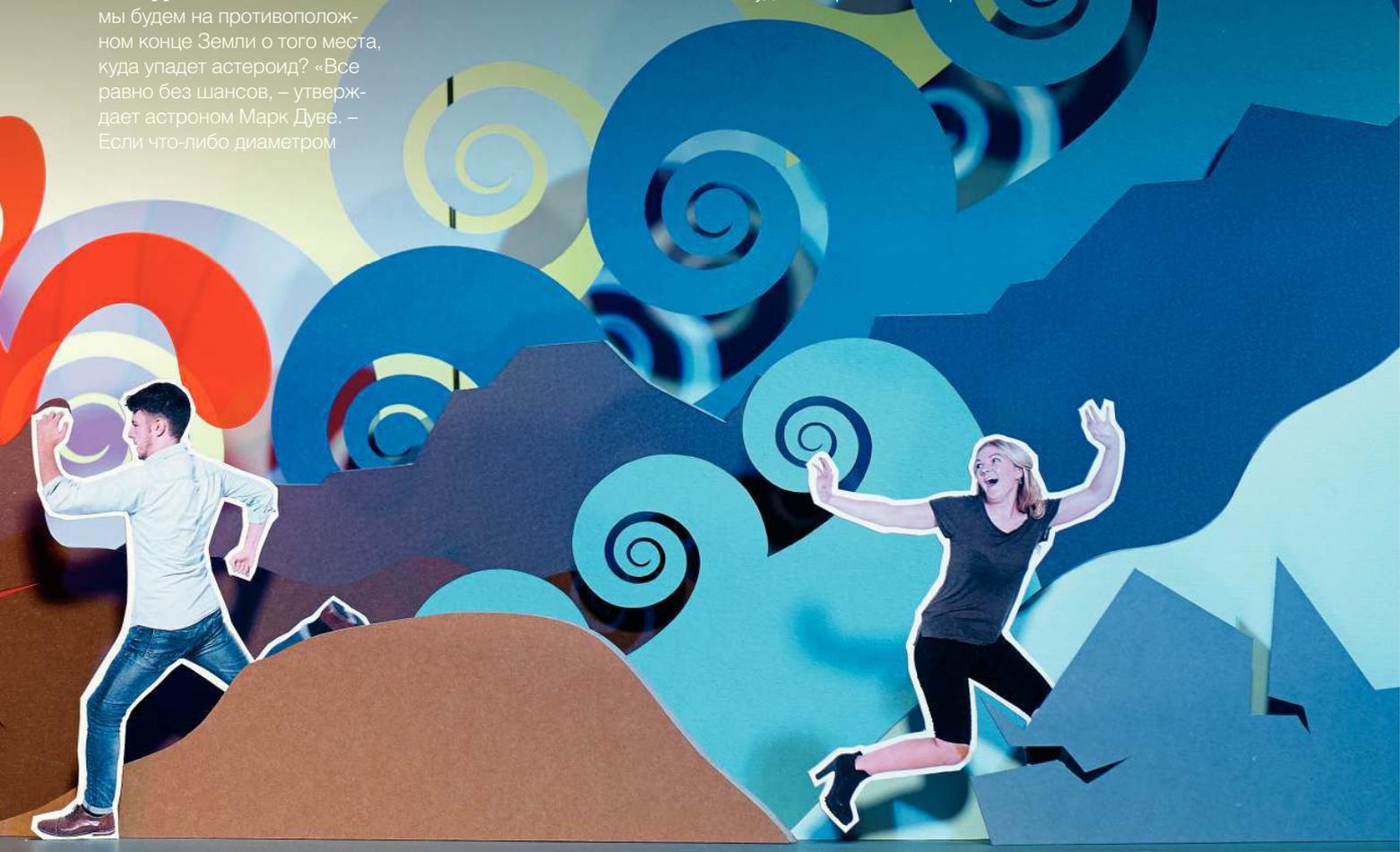
МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА:

Неужели однажды мы просянемся с отморозенными конечностями? «Собственно в ближайшую пару тысячелетий нас это и ждет, – утверждает Билл Магуайр в своей книге «Пробуждая гиганта: как изменения климата влекут за собой землетрясения, цунами и извержения вулканов». – Может случиться так, что суперизвержение вулкана приведет к глобальным заморозкам, которые, в свою очередь, приведут к потере урожая на пару ближайших лет. При таком извержении огромное количество сернистого газа будет выброшено в стратос-

феру. Он будет поглощать и отражать поступающий солнечный свет, что приведет к остыванию Земли.

Для большинства стран в мире, в которых сиюминутного запаса продуктов хватает лишь на месяц, это будет настоящей катастрофой. Кстати, именно глобальное потепление повышает шансы суперизвержения».

ЧТО ДЕЛАТЬ: Все советы по утеплению дома можете смело игнорировать. Никакое стекловолокно не уберезит тебя от орд налетчиков и мародеров. «Единственное, что я могу посоветовать, это обзавестись оружием и научиться стрелять. Еще желательно собираться сплоченными группами, брать под контроль огромный супермаркет и оставаться в нем», – говорит профессор Магуайр. Ты слышал профессора, чуть похолодает больше обычного – грабь, убивай и не делись куском хлеба со своим ближним.



АККОРД ПО ЯДЕРНЫМ КНОПКАМ

ТОЧЬ-В-ТОЧЬ КАК В: «Доктор Стрейнджлав», «Безумный Макс», «Книга Илая»

→ У глав сверхдержав окончательно сорвало башню, и они решили поиграть в войнушку большими ракетами. Миллиарды погибли, выжившие в массе своей мутировали.

МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА: «Единственной реальной угрозой мировой ядерной безопасности можно считать только Россию», – уверен доктор Питер Грей, директор Центра военных исследований в Университете Бирмингема. Собственно, мы и не будем отрицать своей грозности и ядерного величия. Правда, ядерное оружие есть не только у нас, что делает за-

явления разных «товарищей» про «радиоактивный пепел» несколько опрометчивыми. Если какой-то псих все-таки нажмет на кнопку, конец подкрадется к нам быстро и заметно. Американцы уверяют, что первыми делать этого не намерены. Надеемся, и наши товарищи у кнопки солидарны с ними. И хотя технология сбора чистого ядерного оружия пока еще слишком сложна, по прогнозу того же доктора Грея, войнушке с участием одной-другой грязной бомбы мы с 70% вероятности можем стать свидетелями уже в ближайшие 10-20 лет.

ЧТО ДЕЛАТЬ: «Стандартный план действий во времена холодной войны на случай ядерной был: забраться

под стол и поцеловать свой зад на прощанье, – говорит доктор Грей. – Если только у тебя нет очень глубокого бункера, тебе конец. Никакие попытки спастись в канализации не помогут, хотя было бы и круто превратиться в ниндзя-черепашку. Увы – взрыв сожжет весь кислород, и ты наверняка задохнешься. Уехать же на чем-то скоростном получится только если это будет небольшая точечная атака, а не полный ядерный Армагеддон. В последнем случае бежать будет некуда». Спасибо вам, доктор, на «добром» слове.



ПОДГОТОВЬ СВОЮ КУХНЮ К АПОКАЛИПСИСУ

ЕСТЬ ТАКИЕ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПРЕДПОЧИТАЮТ БЫТЬ ГОТОВЫМИ НА СЛУЧАЙ ЛЮБЫХ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ И ПОЭТОМУ ЗАПАСАЮТСЯ ПРОВИЗИЕЙ ВСЕГДА И ВЕЗДЕ. ВОТ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОДУКТОВ, С КОТОРЫМИ ВЕСЕЛЕЕ И ПРАКТИЧНЕЕ КОРОТАТЬ ЯДЕРНЫЕ ЗИМЫ

1. Рис

Это опора цивилизаций, пища миллиардов людей, и к тому же он широко доступен, очень дешев и прекрасно подходит для хранения.

Срок годности: 25-30 лет



2. Фасоль

Отличная еда для выживания. Лучше покупать сырую и сухую, она недорога и богата белком.

Срок годности: 5 лет



3. Мука

Универсальный дешевый продукт. Смешанная с водой и дрожжами, она легко превращается в жареный хлеб — отличная еда для выживания.

Срок годности: 2 года



4. Кукурузная мука

Это, вероятно, не то, что первым делом приходит на ум при слове «еда», но вполне может превращаться в хлеб и панировку для рыбы и мяса.

Срок годности: 6 месяцев



5. Консервированные овощи

Свежие овощи доступны только по сезону, тогда как консервированные — наше все на случай Апокалипсиса.

Срок годности: 3 года



6. Мясные консервы

Самый дорогой продукт для затаривания на случай катастрофы, но содержащийся в нем драгоценный белок не позволяет от него отказаться.

Срок годности: 5 лет



7. Арахисовое масло

Тоже не самый дешевый пункт, но это универсальный продукт с высоким содержанием белка.

Срок годности: 2 года



8. Консервированные фрукты

Именно из них ты будешь черпать натуральный сахар в своем бункере.

Срок годности: 2 года



9. Макароны изделия

Крайне дешевая и очень вкусная еда, богатая углеводами. Неотъемлемая часть запаса любого параноика.

Срок годности: 5 лет



10. Овсянка

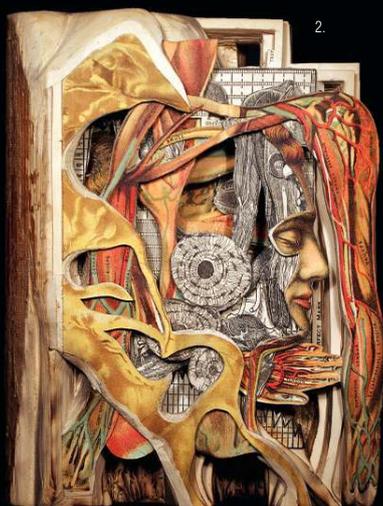
Овсянка отлично насыщает и при этом очень дешево обходится. А еще она легка, как в хранении, так и в транспортировке.

Срок годности: 3 года





КНИЖНЫЙ ЧЕРВЬ



Если бы в юные годы ты занимался чем-то похожим на творчество **Брайана Детмера**, школьная библиотекаря немедленно вызвала бы твоих родителей для неприятной беседы. Но Брайана это не испугало, и теперь он зарабатывает на кромсании книжек большие деньги

Текст: **Анастасия Бочарова**
 Фото: **Брайан Детмер**
www.briandettmer.com

1. TOTEM (TOTEM), 2010, HARDCOVER BOOKS, ACRYLIC VARNISH, 26-5/8" X 22-1/2" X 10-1/4"
 ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И MITO GALLERY

2. ABSOLUTE AUTHORITY (АБСОЛЮТНАЯ ВЛАСТЬ), 2011, HARDCOVER BOOK, ACRYLIC VARNISH, 9-3/4" X 7-3/4" X 4"
 ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И WEXLER GALLERY

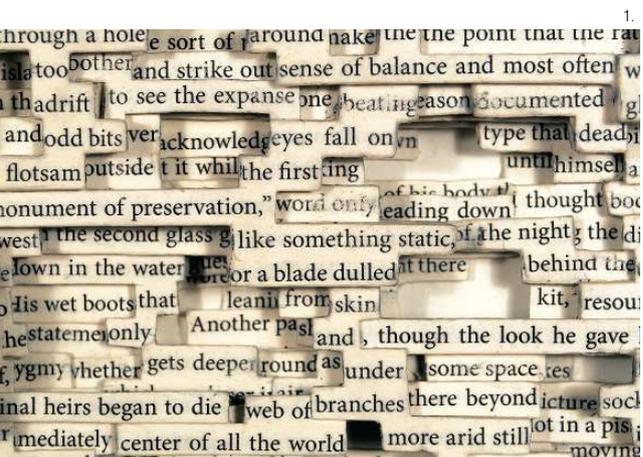
3. SKELETON (СКЕЛЕТ), 2006, CASSETTE TAPES, 65" X 15" X 15" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И PACKER SCHOPF

Брайан Детмер, сорокалетний художник из Чикаго, создает настоящие скульптуры из старых книг и другой антикварной бумажной продукции. Его работы выставляются в галереях по всему миру, включая такие крупные, как Музей искусства и дизайна, Виргинский музей современного искусства, лондонский Wellcome Collection и еще пару десятков мест, куда бы ты отправился, только пребывая в состоянии туристической эйфории.

Последние несколько лет Брайан живет в Нью-Йорке и продолжает лепить детализированные аппликации из разных изданий. Его арсенал довольно прост – нож, пинцет и еще пара хирургических инструментов. Но у него есть одно жесткое правило: ничего в составе устаревшей энциклопедии или запылившегося словаря не заменяется, а только аккуратно удаляется, складывается, загибается, сворачивается в рулоны – в общем, делается все, чтобы передать суть книги по-новому. Теперь ты понимаешь, откуда у Брайана прозвище «книжный хирург»?



**БРАЙАН СТАРАЕТСЯ НЕ ЧИТАТЬ
ПРОИЗВЕДЕНИЕ, ДАБЫ НЕ
ПОТЕРЯТЬ К НЕМУ ИНТЕРЕС К
НАЧАЛУ РАБОТЫ. ЕГО АРСЕНАЛ
ПРОСТ — НОЖ, ПИНЦЕТ
И ЕЩЕ ПАРА ХИРУРГИЧЕСКИХ
ИНСТРУМЕНТОВ**



1. WE KILL ONE, DETAIL (МЫ УБЬЕМ ОДНОГО, ДЕТАЛЬ), 2011, HARDCOVER BOOK, ACRYLIC VARNISH, 9-1/4" X 6-1/4" X 1-1/4" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И VAMP & TRAMP

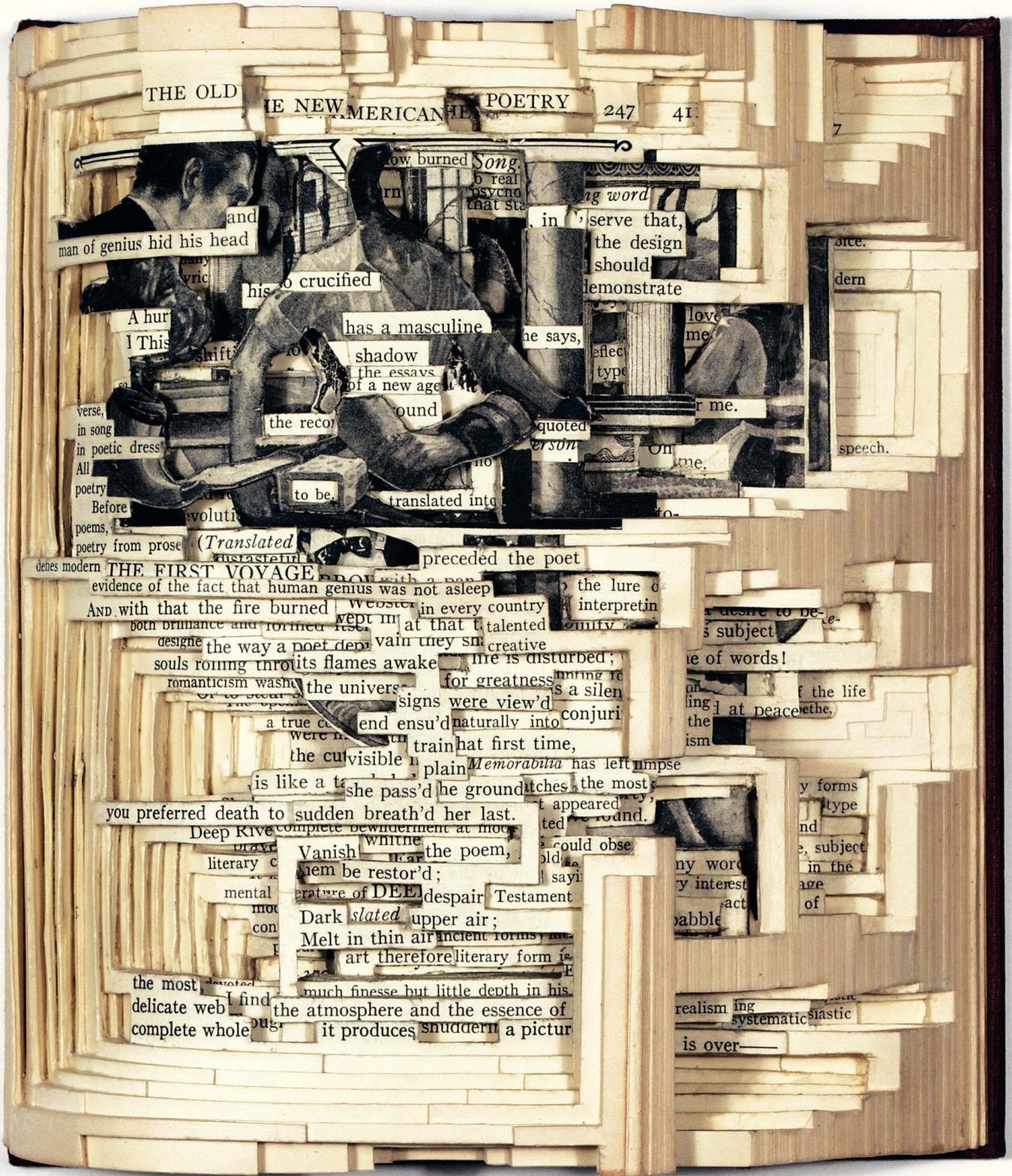
2. SKELETON (СКЕЛЕТ), 2006, CASSETTE TAPES, 65" X 15" X 15" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И PASKER SCHORFF

3. TOWER 1 (БАШНЯ 1) (BRITANNICA), (ДЕТАЛЬ), 2012, HARDCOVER BOOKS ACRYLIC VARNISH, 89-1/2" X 15" X 15" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И SALTWORKS

4. PROSE AND POETRY OF THE WORLD (ПРОЗА И ПОЭЗИЯ МИРА), 2011, HARDCOVER BOOK, ACRYLIC VARNISH, 8-1/2" X 7-1/2" X 2" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И PASKER SCHORFF



2.





松盛老舖金飾 PHU TH...

松盛老舖

territory. is often



1. LANDS AND PEOPLES, DETAIL (ЗЕМЛИ И ЛЮДИ, ДЕТАЛЬ), 2011, HARDCOVER BOOKS, ACRYLIC VARNISH, 29" X 29" X 2" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И KINZ + TILLOU FINE ART

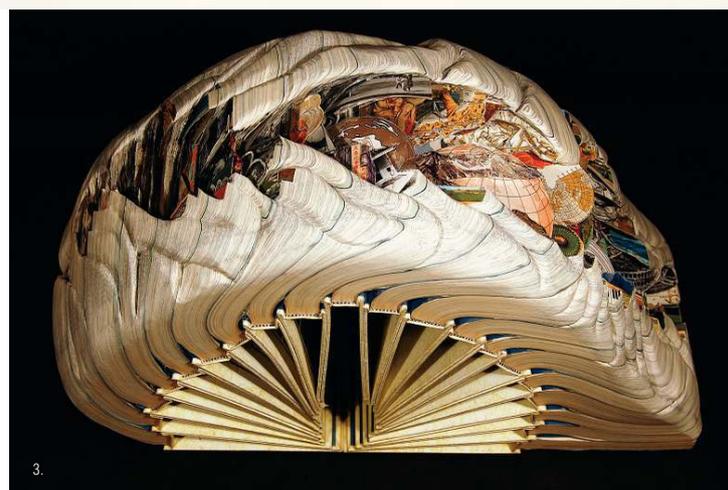
2. AMERICANA 54 (АМЕРИКАНА 54), 2013, HARDCOVER BOOKS, ACRYLIC VARNISH, 50" X 122" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И KINZ + TILLOU FINE ART

3. NEW BOOKS OF KNOWLEDGE (НОВЫЕ КНИГИ ЗНАНИЙ), 2009, HARDCOVER BOOKS, ACRYLIC VARNISH, 16" X 26-1/2" X 10" ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ХУДОЖНИКОМ И PACKER SCHOPF

БРАЙАН ПРЕДПОЧИТАЕТ АУДИОКНИГИ: «ВРЕМЕНИ НА ПРОСЛУШИВАНИЕ У МЕНЯ КУДА БОЛЬШЕ, ЧЕМ НА ЧТЕНИЕ»

Но это только так кажется, что художник издевается над книгами, совершенно не думая о чувствах авторов. Он действительно пытается передать некий глубинный смысл издания, даже если это была самая обыкновенная скучная энциклопедия. И прежде чем попасть под нож, каждая книга проходит самый тщательный осмотр. Тут важно все: размер, заголовки, тема, содержание, качество печати, год издания. Но несмотря на такой солидный список пунктов проверки, Брайан Деттмер старается не читать произведения, дабы не потерять к нему интерес к началу работы.

Нам, людям, которым с детства внушали уважение к книгам, сложно представить, как в один прекрасный день человек садится за стол с острыми ножницами в руках и начинает творить с листами бесценной продукции все, что только приходит в голову. Вот поэтому Брайан начал с газет. Их-то рвать куда проще. Все началось в 2000 году. Но чувство вины перед деревьями не покидало и после десятка испорченных телефонных справочников. Однако любовь к искусству была сильнее, и художник наконец-то добрался до книг. По мнению автора, во времена Интернета



они потеряли прежнюю ценность, поэтому работать острыми предметами морально стало куда легче, чем десять лет назад. Стал ли Брайан умнее от того, что через его руки проходят сотни научных изданий? Кто знает. Сам он признался, что предпочитает аудиокниги. «Времени на прослушивание у меня куда больше, чем на чтение. Хотя в путешествии обязательно беру

пару хороших книг. А вот к электронным ридерам пока не приспособился», – говорит художник. Сейчас он работает над серией страниц с изображением американского флага. Тут главное не перестараться, чтобы не задеть чувства своих сограждан. Хотя даже если и перестарается – Первая поправка к Конституции США разрешает публичное надругательство над флагом. **FHM**

СКАЛОЛАЗ

Пока ты подкатываешь к незнакомой девушке с изъезженными фразами, Рустам Гельманов может впечатлить любую подтягиванием на одном пальце. Просто он привык покорять вершины как в прямом, так и в переносном смысле

Я вырос в Казахстане у подножия гор.

Мы с друзьями легко поднимались практически каждые выходные на две тысячи метров над уровнем моря. А если отъехать подальше от дома, можно было залезть и на трехтысячник. И, конечно, каждую зиму мы с папой поднимались в гору за елкой.

Я занимаюсь скалолазанием уже одиннадцать лет – с 2003 года.

Изначально я серьезно подходил к занятиям, много времени проводил на скалодроме, оттачивал технику, работал над собственными методиками тренировок.

Самое важное в скалолазании – развивать голову.

Должна быть высокая моральная подготовка и уверенность в себе. Ну а мышцы нарастить может каждый – это не главное. Многие скалолазы плохо подтягиваются, но это им не мешает. Они компенсируют работой ног и растяжкой.

В первую очередь в скалолазании задействованы пальцы.

Конечно, работают и плечи, и спина, и пресс, но именно крепкие, цепкие пальцы – залог успеха. Очень важна работа ног, но гипертрофированные мышцы скорее мешают. Это лишний вес, который приходится поднимать наверх.

Я умею подтягиваться на одном пальце. Удобнее всего это делать на среднем.

Но если честно, у меня есть и более серьезные достижения. Например, я могу, зацепившись фалангами мизинцев за специальную тренировочную доску, удерживать тело в горизонтальном положении секунд 10. После того как я выложил ролик с этим упражнением в Сеть, у меня начали появляться последователи.

Я также могу лезть по отвесной стене и по потолку, практически как спайдермен. Но предпочитаю часто так не делать.

Первый спонсорский контракт появился у меня уже через два года серьезных занятий. Тогда я почувствовал, что действительно могу жить скалолазанием.

Более серьезные контракты пришли в 2008 году, когда я выиграл первый Кубок мира. Но я никогда не гонялся за деньгами, для меня контракты – возможность осуществить свои мечты. Да и по-настоящему большие деньги можно заработать, только выступая в США. В Европе, а уж тем более в России все намного тяжелее.

За первые места полагаются призовые.

На крупных соревнованиях они могут достигать десяти тысяч евро. Но все равно это не основной заработок. В Европе федерация поддерживает молодых спортсменов, оплачивает поездки на соревнования, а в России приходится рассчитывать только на себя и спонсорскую поддержку. Часто альпинисты подрабатывают операторами и потом продают свой контент.

Я довольно часто провожу мастер-классы.

За занятие я беру либо очень много, либо вообще ничего. Бывало, что и за перелет сам платил, если чувствовал, что меня ждут настоящие энтузиасты.

Стать первым в мировом рейтинге и победить на чемпионате Европы – моя основная задача на 2015 год.

Когда я только начинал заниматься, я прочитал историю скалолаза Вольфганга Гюллиха, который разметил в районе Франкенюра в Германии и первым преодолел трассу Action Directe 9A.

В 90-е это был грандиозный шаг для скалолазания: другие

спортсмены вообще не понимали, как такое возможно. Позже ей присвоили наивысшую категорию сложности – 9A. Трасса короткая – всего около 14 метров вверх. Первый же перехват – невероятно сложный прыжок. Нужно, вися на одном пальце, прыгнуть вверх на пару метров и кончиками двух пальцев другой руки ухватить зацепку. Остальные перехваты под стать, плюс очень сложная постановка ног. И останавливаться нельзя ни на секунду – нависание составляет до 45 градусов. Это почти как ползти по потолку.

Покорить Action Directe стало моей целью.

Впервые я подступился к этой трассе в 2009-м. Я был в отличной форме, но практически ничего не смог сделать. Мне не хватало ни сил, ни техники. Несколько лет ушло на подготовку. Я разобрал трассу на элементы и выучил наизусть. Спустя три года я в очередной раз приехал в Германию и почувствовал, что готов. Когда оказался на вершине, меня охватило некое опустошение, но вместе с тем пришло ощущение, что это не предел, я могу больше.

Трасса Action Directe придает определенный вес в скалолазных кругах.

Скажи любому скалолазу, что ты прошел Action Directe, и он поймет, что у тебя стальные пальцы и не менее крепкие нервы, ведь всего 16 человек в мире сделали это за последние 20 лет.

Я вообще люблю воздух, высоту. Люблю запускать планеры, люблю кайт, мне нравится чувствовать порывы ветра. В свободное время увлекаюсь авиамоделированием.

С песнями Metallica прекрасно лазить.

А вот исполнитель Long Arm вообще написал целый «горный трек» – Red Bull Rock'n'Rocks. В клипе на эту песню я снялся. По сюжету на скале проходит вся моя жизнь, и на вершине я становлюсь стариком. Веревка в кадре мешала, поэтому ключевые сцены снимали без страховки на высоте в несколько десятков метров. **FHM**

ВСЕ ДЕЛО В ПАЛЬЦАХ



РУСТАМ – ВЕГЕТАРИАНЕЦ, ЛЮБИМОЕ БЛЮДО – ОВОЩНОЙ САЛАТ, ЛЮБИМАЯ МУЗЫКА – ТЕХНО



ЕЩЕ БОЛЬШЕ ИНФОРМАЦИИ О РУСЛАНЕ НА ЕГО
ПЕРСОНАЛЬНОМ САЙТЕ WWW.GELMANOV.COM

ПОПЫТКА КАК ПЫТКА

Ты думал, что забыл про тесты как про страшный сон, закончив учебу в институте? На деле оказалось, что при приеме на работу все только и желают протестировать твои знания и умения. Мы расскажем тебе, как правильно проходить тесты, в которых не предполагаются варианты ответов

Текст: Мария Арзамасова

Ты выспался, надел лучший костюм, в кои-то веки не опоздал, на собеседовании держался молодцом, в меру остроумил и шутил и вот, когда ты уже прикидывал, как в своем новом кабинете ты будешь задирать ноги на стол, услышал от работодателя следующее: «Готовы ли вы выполнить тестовое задание?» Ты вообще всегда готов. Готов засунуть голову в пасть тигру, готов стать колонизатором Марса, готов накачать кубики на животе и готов довести девушку до оргазма. Но просят тебя, как ни странно, совсем не об этом. Тебя просят составить план повышения продаж дуршлагов, подготовить программу мероприятий на День сантехника или перевести научный текст с зулусского на русский. Ты бы и рад, но в голову закрадываются сомнения. Расписать программу мероприятий ты можешь, но вдруг в должности тебе

откажут, а День сантехника проведут, позаимствовав твои идеи. Ну или научный текст на зулусском расписан на 45 страниц, поэтому ты бы очень хотел, чтобы за твой перевод тебе заплатили. Поэтому мы попытались разобраться, что делать с тестовыми заданиями при устройстве на работу.

Про тестовое задание вообще

Задания, тесты, кейсы и прочие способы проверить профессиональные навыки потенциального сотрудника – на рынке явление частое и нормальное. Согласись, какой бы опытный ни был интервьюер, он вряд ли выяснит о тебе все, поговорив с тобой в течение часа. Да, он может сформировать мнение о твоих личностных особенностях, сделает прогноз о том, как ты вольешься в коллектив, предположит, где могут быть зоны риска. Гораздо сложнее понять,

хорош ли ты с профессиональной точки зрения, ведь опираться по большей части приходится на твои слова. Все участники рынка это осознают, поэтому и тестовые задачи, и проверка рекомендаций, и запрос портфолио должны восприниматься совершенно спокойно. То, какой из способов оценки профпригодности кандидата изберет интервьюер, зависит от многих факторов: специфики деятельности будущего работника, уровня его позиции, времени, которое обе стороны могут потратить на разработку, выполнение и проверку такого задания. «Чаще всего встречаются простые кейсы – выдуманные или реальные рабочие ситуации, прокомментировать которые предлагается прямо в ходе интервью, – говорит Юлия Лысенко, генеральный директор компании Freelwork. – Это дешево, сердито, удобно и применимо для самых разных специалистов и специ-



РАСПИСАТЬ
ПРОГРАММУ
МЕРОПРИЯТИЙ
ТЫ МОЖЕШЬ,
НО ВДРУГ
В ДОЛЖНОСТИ
ТЕБЕ ОТКАЖУТ,
А ДЕНЬ
САНТЕХНИКА
ПРОВЕДУТ,
ПОЗАИМСТВОВАВ
ТВОИ ИДЕИ

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ЧАЩЕ ВСЕГО ДАЮТСЯ КАНДИДАТАМ, КОТОРЫЕ УЖЕ ПРОИЗВЕЛИ ВПЕЧАТЛЕНИЕ НА СОБЕ - СЕДОВАНИИ

альностей. Но иногда бывает важно проверить навыки, которые на короткой встрече демонстрировать попросту неловко: требуется время на подготовку или на анализ или толика креативности, которую, вообще говоря, никто не обязан проявлять в стрессовой ситуации. В таком случае тестовые задания могут помочь компании оценить кандидата, а кандидату – распушить профессиональный хвост».

Не забывай, что собеседование – это взаимовыгодная встреча. Работодатель ищет сотрудника, сотрудник – работу. И тот и другой вправе выбирать те условия, которые им подходят. Тестовое задание – возможность для работодателя проверить соискателя. Но и соискатель может сделать выводы о компании на основе этого задания – как минимум выяснить, какого рода задачи будут входить в его обязанности.

И, кстати, помни, что тестовые задания чаще всего даются тем кандидатам, которые уже произвели какое-то положительное впечатление на собеседовании. Иначе нет смысла просить человека зря тратить свое время.

Про усердие

Прежде чем садиться выполнять задание, неплохо бы понимать, что и зачем ты делаешь. Спроси сразу, на каком этапе отбора делается это тестовое задание? Много ли этапов после него? Каков его вес при принятии решения о кандидате? Может, это глубоко формальное тестовое задание, и не стоит над ним сидеть, а лучше бы подготовиться к финальной встрече с генеральным директором.

Про то, к чему быть готовым

Вообще нужно быть готовым ко всему. Тебя могут попросить написать новость, рассчитать смету, предложить концепцию, проанализировать текущую



КЛЯСТЬСЯ ВСЕГДА ГОВОРИТЬ ПРАВДУ, ТОЛЬКО ПРАВДУ И НИЧЕГО КРОМЕ ПРАВДЫ НА СОБЕСЕДОВАНИИ НАВЕРНЯКА НЕ ПОПРОСЯТ

деятельность компании, найти слабые места и предложить решение обнаруженных проблем, описать на одной странице текста, с чего бы ты начал работу по формированию имиджа данной компании, выбрать партнеров для совместной акции или предложить идею спецпроекта, решить тест, в котором есть вопросы по физике или алгебре,

и даже начертить ту или иную схему. И не стоит сейчас бросаться отыскивать школьные учебники, чтобы освежить в памяти те или иные теоремы. Далеко не всегда важно, знает ли человек какие-то вещи наизусть. Гораздо более важно общее понимание задачи и знание, как можно найти ответ на вопрос.

Про объем

Стоит помнить о том, что тестовое задание – это не дипломная работа. Компания может описать, как она представляет себе результат, чтобы сориентировать кандидата, но не может требовать чего-либо, тем более – объема. Твоя задача – продемонстрировать знания, умения и навыки по определенной теме. Если ты сделал это в трех предложениях и считаешь, что этого достаточно, значит, достаточно. Так что объем регламентируется исключительно твоим стремлением выполнить работу качественно, а также твоими представлениями о том, насколько интересен твой шедевр для читателя. Оксана Якунчева, HR-специалист компании «Спортхит Онлайн», советует: «Если сделать тестовое задание абы как, это почти гарантированный провал. А уж если на данную позицию действительно хочется устроиться, я бы рекомендовала сделать тестовое задание детальнее и объемнее, чем изначально просит работодатель. Это покажет, как сильно ты хочешь получить эту работу и лучше продемонстрирует твои профессиональные навыки. Все это, в свою очередь, позволит тебе значительно превзойти своих конкурентов».

Про нежелание

Рынок труда прежде всего рынок. На нем, как и на всяком рынке, кроме невольничьего, царит свобода, а происходящее подчиняется вполне понятным правилам. Отказаться делать тестовое задание можно, тебя никто не упрекнет. Важно лишь понимать, каковы последствия: твои конкуренты продемонстрируют свои таланты, а ты нет. Скорее всего, далее компания будет выбирать из тех кандидатов, которые подтвердили свои знания и навыки. «Ни разу не встречалась с отказом выполнить тестовое задание, – говорит Галина Хатиашвили, директор департамента медиакommunikаций агентства Comunica. – Как правило, все понимают, зачем это нужно, и стремятся продемонстрировать себя в лучшем свете. Если бы я услышала, что кандидат отказывается от выполнения задания, то задумалась бы о его мотивах».

Про заимствование идей

«Лучшая защита от расстройства – разборчивость в связях, – считает Юлия Лысенко. – Если иметь дело с компаниями с хорошей репутацией, можно не переживать за свои разработки. Никто на самом деле не станет таким образом собирать бесплатную базу идей – слишком сложно и затратно. Да и противно, а профессиональная гордость есть не

только у кандидатов». «Если ты всерьез обеспокоен вопросами авторства, отправь свой текст в формате PDF вместо текстового файла, опусти детализированное описание инструментов и механик, исключи упоминание подрядчиков, – советует Галима Ахмадуллина, основатель агентства поиска и развития талантов Galima HR. – Не бойся быть открытым, делиться своими идеями и удивлять. Прояви себя с лучшей стороны, и сомнений в твоей исключительной профессиональной экспертизе уже не будет».

Про старания

Многие из-за боязни того, что их идеи могут своровать, не знают, насколько сильно нужно стараться, выполняя задание. «Вообще в тех случаях, когда тестовое задание может быть полноценной работой (копирайт, например), у специалистов, как правило, существуют портфолио. И надо стараться обойтись им – зря, что ли, столько сил в него вложено, – считает Юлия Лысенко. – Во всех остальных случаях твоя будущая деятельность, скорее всего, состоит не только из придумывания, но и из реализации. А вот это умение нельзя украсть. Так что стараться надо, иначе и время тратить не стоит, но всегда можно дать понять будущему работодателю, что сделанное тобой в

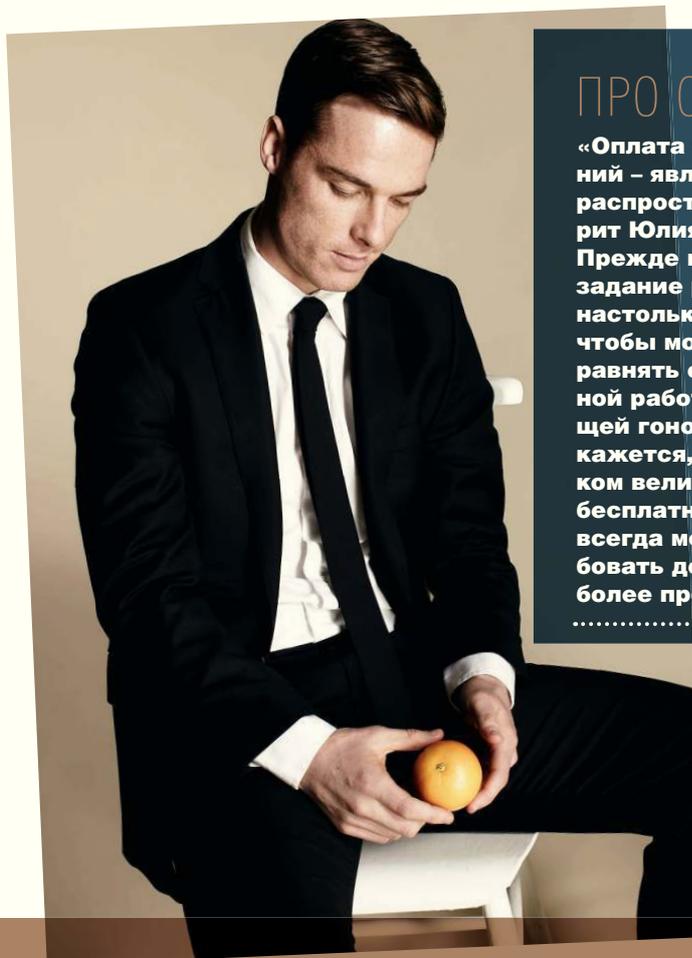
рамках тестового задания – лишь вершина айсберга. А уж сдвинуть эту гору с места без тебя и вовсе невозможно».

Про сроки

Что делать, если не успеваешь выполнить тестовое задание в указанный срок? Если твоя профессия не относится к числу тех, где шутки про дедлайн даже не смешны, потому что давно не шутки, а быт, то можно попытаться перенести срок. Всегда важно помнить, что результат, включая сроки, – только твоя ответственность. «Лучше заранее предупреждать об отсрочке, – считает Галина Хатиашвили. – Как правило, работодатель готов пойти навстречу. Только не придумывай «левые отмазки» типа заболевшей бабушки. Лучше честно признать, что не успеваешь или не рассчитал время. Твое поведение в нестандартной или стрессовой ситуации тоже показательно».

Про неудачи

Вообще полезно помнить, что любое заполнение вакансии внешним человеком – конкурс. Вот на шоу «Голос» участник может безумно спеть, вся страна в слезах, Градский хватает ртом воздух, а наставник говорит: «Прости, дорогой, но я не знаю, что дальше с тобой делать, таким прекрасным». Всяко бывает. **ФНМ**



ПРО ОПЛАТУ

«Оплата тестовых заданий – явление не очень распространенное, – говорит Юлия Лысенко. – Прежде всего тестовое задание редко бывает настолько масштабным, чтобы можно было приравнять его к полноценной работе, заслуживающей гонорара. Если тебе кажется, что объем слишком велик и серьезен для бесплатного формата, всегда можно попробовать договориться о более простом варианте».

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ
БЫВАЮТ САМЫМИ
РАЗНООБРАЗНЫМИ

СЕКС

Все, о чем ты хотел узнать, но боялся спросить

ХОРОШИЙ ГОД

Последние 12 месяцев политика с экономикой нас не радовали. В области секса – новости более позитивные

Текст: Алина Краснова

Голые и веселые: масштабная кража личных фото звезд

Преступление года, века, тысячелетия – масштабный взлом звездных «облачных» хранилищ iCloud и кража интимных фотографий более чем сотни знаменитостей. Для Кейли Куоко, Кейт Аптон, Лиа Мишель, Кирстен Данст, Селены Гомес, а особенно для Дженифер Лоуренс 1 сентября 2014 года стало черным понедельником, когда хакеры форума 4chan выложили в Сеть их откровенные домашние фото. Максимально откровенные. Знаменитая попа Скарлетт Йоханссон в зеркале и Крис Браун с трусиками Рианны на голове – это сон прыщавого восьмиклассника по сравнению с архивом

обладательницы «Оскара» мисс Лоуренс. Фотографии мгновенно разлетелись по Сети, а после того, как представители жертв подтвердили подлинность снимков, по всему свету задымились устройства с выходом в Интернет. Теперь ни у кого не оставалось сомнений: какими бы стильными и роскошными ни были эротические сцены в фильмах и клипах, в реальной жизни звезды занимаются грязным, непристойным и порой странным сексом, как и простые смертные. Большинство героинь взлома никак не высказались на этот счет. Кейли Куоко на следующий день после «слива» вышла топлес на пляж, сделав свой собственный вклад в украденный архив, а агент Дженифер Лоуренс вполне резонно заявил, что его клиентка является жертвой кражи

личной информации и дело будет рассмотрено в суде. В случае доказательства вины хакерам грозит до 30 лет тюрьмы, но на момент сдачи номера взломщиков так и не задержали.

Стыд потеряли: звезды порно дают прикурить знаменитостям Голливуда

Пока актрисы высокобюджетного кино становятся героинями эротических хроник, ударники специализированных фильмов, наоборот, уходят в народ. Да, 8 лет назад Рокко Сифредди уже вышел за рамки жанра, снявшись в рекламе чипсов и sms-сервиса. Но, во-первых, тогда реклама распространилась только в Италии, во-вторых, ход был явно провокационным. В этом же году присутствие порноакте-



ДЕВОЧКА ТАК ДОЛГО
ЖДАЛА, КОГДА ВЫЛЕТИТ
ПТИЧКА, ЧТО ОЗЫБЛА



ГОЛОВА В
ПОРНОКАРЬЕРЕ
НЕ ГЛАВНОЕ



– СЧИТАЕШЬ,
ЧТО ЭТО ТЫ
ЗАТРАХАЛСЯ
НА РАБОТЕ?

– А ЧТО ЭТО ВЫ
ТУТ ДЕЛАЕТЕ, А?



A close-up photograph of a woman's lower body and legs. She is wearing black lace underwear with the word "Santitas" written in a cursive font on the front. Her hands are being touched by another person's hands, which are visible in the foreground. The background is dark and out of focus.

**В РЕАЛЬНОЙ
ЖИЗНИ ЗВЕЗДЫ
ЗАНИМАЮТСЯ
ГРЯЗНЫМ,
НЕПРИСТОЙНЫМ И
ПОРОЙ СТРАННЫМ
СЕКСОМ, КАК И
ПРОСТЫЕ СМЕРТНЫЕ**

ров в массовой культуре зашкалило. У 28-летнего красавца Джеймса Дина (да, псевдоним в честь того Дина из старого Голливуда) не меньше фанатов, чем у Джеймса Франко. В 2013-м Дин вместе с Линдси Лохан снялся в драме «Каньоны» Пола Шредера – сценариста, между прочим, «Таксиста» и «Последнего искушения Христа». А в этом году звезда порно уже рассказывал в интервью Cosmopolitan, что смотреть телевизор с дорогим человеком «в разы приятнее самого крутого секса». А 27-летняя Джессика Стоядинович, или Стоя, ведет колонку на Vice.com и в GQ. И, наконец, Саша Грей, которая три года назад окончательно ушла из порно, в этом году вместе с Эладжей Вудом сыграла в триллере «Открытые окна» и в сентябре лично представила фильм в Москве. Это не первый художественный фильм Саши после завершения порнокарьеры, но первый, вышедший в широкий мировой прокат.

Девочки сверху: торжество феминистского порно

В 2014 году мир накрыла новая волна феминизма. Бейонсе выступает с мотивирующими тезисами и, объединившись с писательницей Чимамандой Нгози Адичи, в песне Flawless утверждает, что мы все должны быть феминистами. Сериал Лены Данэм «Девчонки» получает вторую номинацию на «Золотой глобус». Сайт Wonderzine, российский аналог Jezebel.com, за год существования воспитывает новое поколение адептов (именно так, с употреблением феминитивного суффикса) гендерного равенства. В немилость попало и привычное порно: даже перелопатив весь Pornhub, трудно найти что-то новенькое. Женщина с акриловыми ногтями в жутко неудобных туфлях принимает странную позу, будто она одержима дьяволом, а ее партнер в это время старательно выворачивает ей лодыжки, одновременно доводя ее до истеричного анального оргазма. Неудивительно, что, не дождавшись разнообразия, некоторые девчонки лично взялись за съемки порнофильмов, где женский оргазм добывается более естественными и гуманными способами. Например, ролики шведки



ПОЛУЧИТЬ ОРГАЗМ МОЖНО НЕ ТОЛЬКО ОТ ЗАНЯТИЙ ЛЮБОВЬЮ, НО И ОТ ВЕЩЕЙ, ВООБЩЕ НЕ ИМЕЮЩИХ ОТНОШЕНИЯ К СЕКСУ

Эрики Люст, порнографа с 10-летним стажем, вообще похожи на клипы ранней Мадонны, а легенда феминистского порно Тристан Таормино снимает полнометражные обучающие порно по анальному, оральному и групповому сексу, поиску точки G и использованию секс-игрушек и приспособлений. Кстати, обучающее порно – это очень круто. Блондинка языком подготавливает брюнетку к анальному проникновению, пока тренер рядом объясняет сосредоточенным «студентам», что именно происходит, и дает советы «моделям» – ты определенно должен это увидеть. В образовательных целях, конечно.

Чувствую кожей: новый способ получить удовольствие без рук

В 2014 году мы узнали, что получить оргазм можно не только от занятий любовью, но и от вещей, вообще не имеющих отношения к сексу. Расстройства сексуального поведения и странные фантазии здесь ни при чем: подсесть на ASMR («АСМР» по-русски) может каждый. «Автономная

сенсорная меридиональная реакция» (звучит не очень), или «брейнгазм» (уже лучше) – это сильные физические ощущения от определенных звуков и видеоряда. Вспомни приятные мурашки по коже, когда тебе моют голову в салоне или нежно рассматривают твои вещи. Такую же реакцию вызывают АСМР-ролики, героинями которых обычно бывают девушки (или только женские руки). На первый взгляд АСМР-видео, которые легко можно найти на YouTube, выглядят странно. Девушка что-то невнятно шепчет или пошвыстывает, нежно царапает ногтями микрофон, шелкает жвачкой, поглаживает свои руки, водит перышком по объективу. Некоторые зрители остаются равнодушными, но у большинства записи вызывают разные по мощности приятные ощущения: от приятной щекотки до эйфории. Иногда АСМР-ролики содержат сюжет: имитируют процедуру маникюра, расчесывания или неспешную чайную церемонию. Как уверяют фанаты ASMR, регулярный брейнгазм улучшает сон, самочувствие, поднимает настроение и снимает тре-



РЕЖИССЕР ТАК ДОЛГО ОБЪЯСНЯЛ МОТИВАЦИЮ, ЧТО У АКТЕРОВ ПРОПАЛА ЭРЕКЦИЯ

ПРИ ВИДЕ ЕЕ МИКРОФОН СТАЛ В СТОЙКУ



НОВАЯ ВЕРСИЯ ПРИЛОЖЕНИЯ СВОДИТ ТЕБЯ С ДЕВУШКАМИ, НЕ СПРАШИВАЯ ТВОЕГО МЕНЕНИЯ



К ПЕРЕДАЧЕ СТУДЕНКА ПОДОШЛА ВО ВСЕОРУЖИИ



вогу. В мире АСМР есть и свои звезды. Например, Мария GentleWhispering или thatASMRchick, которые периодически экспериментируют и пробуют на своих подписчиках новые триггеры, то есть источники АСМ-реакции.

Такое кино нам нужно: нимфоманки среди нас

2014 год начался с бурных эротических переживаний: в прокат вышли две части фильма Ларса фон Триера «Нимфоманка», где актриса Стэйси Мартин, а после Шарлотта Генсбург рассказывают об эротических приключениях своей гиперсексуальной героини Джо с раннего детства до 50 лет. Двухлетняя Джо мастурбирует на полу в ванной, 15-летняя Джо лишается разом двух видов девственности, 17-летняя Джо устраивает соревнование в поезде по соблазнению как можно большего количества мужчин. Еще сцена с двумя абсолютно голыми чернокожими ребятами, сеансы у садиста (порка, фистинг и связывание), оргазм в поле – и все это на большом экране. Позор и вечные муки тому, кто пропустил очередной шедевр Триера в прокате. Ждите теперь выхода на DVD режиссерской версии.

Секретов нет: узнать о желаниях девушек стало проще в разы

Изначально приложение Secret, которое появилось в начале февраля и с апреля стало доступно в России, задумывалось как анонимная курилка, где друзья по Facebook буду перемывать косточки коллегам, начальникам и однокурсникам. Ты регистрируешься и видишь признания друзей из соцсети. Конечно, все без имен и аватарок: приложение только уточняет, написал ли это твой друг или друг друга. Вместо признания можно написать вопрос, например, «кто на парковке выворачивал зеркала начальнику?», и наслаждаться потоком признаний: «Я каждый вечер это делаю!», «А я ему еще в лобовуху плюнул!». Но почти сразу пользователи начали использовать Secret для личных признаний и вопросов о сексе. Причем ограничиваться только френдлентой в приложении необязательно, можно чи-

тать посты со всего мира. Ты задаешь вопрос: «Кто хочет быть отшлепанной сырой селедкой в полнолуние?», и с удивлением узнаешь, что в одной только Москве таких затейниц два десятка, а при желании можно выехать и во Владимир (в приложении можно обмениваться e-мейлами, телефонами, почтовыми адресами с индексом, но не в личных сообщениях, а в общей ленте комментариев). Поэтому если тебя давно мучает вопрос, нравится ли девушкам римминг или это только твоя бывшая была такой извращенкой, то больше необязательно проводить часы в Google или строчить письма в ФНМ (как ни прискорбно это признавать). Просто спроси об этом в «Секрете». Или не спрашивай ничего, там и так достаточно информации. Например, за полчаса чтения ленты можно узнать, что во время месячных у девушек оргазм ярче, что им нравится, «когда он хватается за волосы и слегка придушивает», а еще «пальцы в рот» и чтобы «не забывал про соски», «но не кусать и не крутить», что «куни нравится далеко не всем», а кое-кому «анал нравится больше классики».

Лайкни меня: секс стал доступен на расстоянии одного клика

Теперь, чтобы найти себе пару на одну ночь, необязательно искать чистую рубашку, ехать в бар в центре города и с загадочным видом просиживать задницу у стойки. Новое дейтинг-приложение Tinder в один момент задвинуло все «Мамбы», «Планеты Любви», «Дамочки» и прочие средневековые сайты знакомств, о правилах поведения на которых мы писали только в начале года. Теперь для онлайн-знакомств больше нет никаких правил. Даже не надо ломать голову над анкетой: фото и возраст подтягиваются через Facebook (но больше никаких данных), а приложение считывает твое местонахождение. Дальше указываешь возраст кандидаток и радиус, в котором надо искать твою тиндереллу (очень удобно в поездках). Возможность пообщаться есть только у тех, кто взаимно лайкнул друг друга. Дальше вы можете обсудить фильмы Звягинцева, а

можете договориться, где и во сколько. Для смелых есть приложения Down и WouldLove, которые позволяют робким друзьям по Facebook выяснять наконец, кто кого хочет. Принцип такой же, но выбирать можно только из френдленты (причем друзей любого пола). Если избранник тоже нажмет на сердечко рядом с твоим фото, вы оба узнаете о взаимной симпатии, поженитесь, объездите вместе полмира, нарожаете кучу детишек и умрете в один день. Или у вас будет неловкий секс, после чего вы удалитесь из друзей.

Недетский мир: новости из мира секс-технологий

Если же ты не знаешь, кого хочешь, и кого знаешь – тоже не хочешь, то для тебя этой осенью открылась новая социальная сеть специально для виртуального секса. Платформу разработала тайваньская компания LovePalz, производитель секс-игрушек. Для более яркого общения LovePalz предлагает пользователям приобрести гаджеты из линейки Twist, которыми можно управлять через Интернет. Изначально парные игрушки были придуманы для влюбленных в разлуке, но позже фирма решила позаботиться о тех, кого никто не ждет. Принцип работы LovePalz Club нам уже знаком: ты просматриваешь профили, узнаешь, с кем у тебя взаимность, а дальше вместо ненужных слов врубаешь свой прибор и позволяешь партнерше управлять им и наоборот. И раз уж мы заговорили о новинках в индустрии секс-гаджетов, то напоследок расскажем тебе еще об одной высокотехнологичной игрушке. В этом году канадская компания We-Vibe представила вибратор We-Vibe 4 Plus, которым можно управлять с помощью iPhone или Android на любом расстоянии (или использовать его во время секса, если вы наконец-то вместе). Устройство выглядит как знакомая многим «прищепка», которая одновременно стимулирует и клитор, и точку G. У гаджета 10 режимов вибрации, которые можно скоординировать в любимый «плейлист» и сохранить в приложении (с помощью которого и происходит управление). **ФНМ**



ПОРНО ФЕМИНИСТКИ УЖЕ ИСПОРТИЛИ И НАЧИНАЮТ ЗАГЛЯДЫВАТЬСЯ НА ХОККЕЙ

О ВВЕДЕНИИ ДРЕСС-КОДА В ЗАГСАХ НАЧАЛИ ГОВОРИТЬ ВСЕ ЧАЩЕ



АЛЕВИНА УЖЕ ПРИВЫКЛА, ЧТО ОТ ЕЕ КРАСОТЫ МУЖЧИНЫ ПАДАЮТ В ОБМОРОК

СТИЛЬ

Главные тренды этого месяца

СКВОЗЬ СНЕГ

Довольно мрачная пора уже началась, и продрасться сквозь снежный буран тебе поможет только чувство юмора и теплый свитер. Чувство юмора мы тебе подберем в следующий раз, пока обойдешься трикотажем

*НЕ КАЖДЫЙ
В РЕДАКЦИИ ГИМ
МОЖЕТ ПО РИСУНКУ
РОГОВ ОТЛИЧИТЬ
ОЛЕНЯ ОТ ЛОСЯ.
НИКТО НЕ МОЖЕТ*



СВИТЕР GANT



**ОЧКИ И СВИТЕР
КРУПНОЙ ВЯЗКИ
МГНОВЕННО
ПРЕВРАЩАЮТ
БОТАНИКА
В ИНТЕЛЛЕКТУАЛА**



СВИТЕР
TRUFFLE SHUFFLE

*ПОДАРКИ МОЖНО
СКЛАДЫВАТЬ
ПРЯМО ПОД ТЕБЯ*

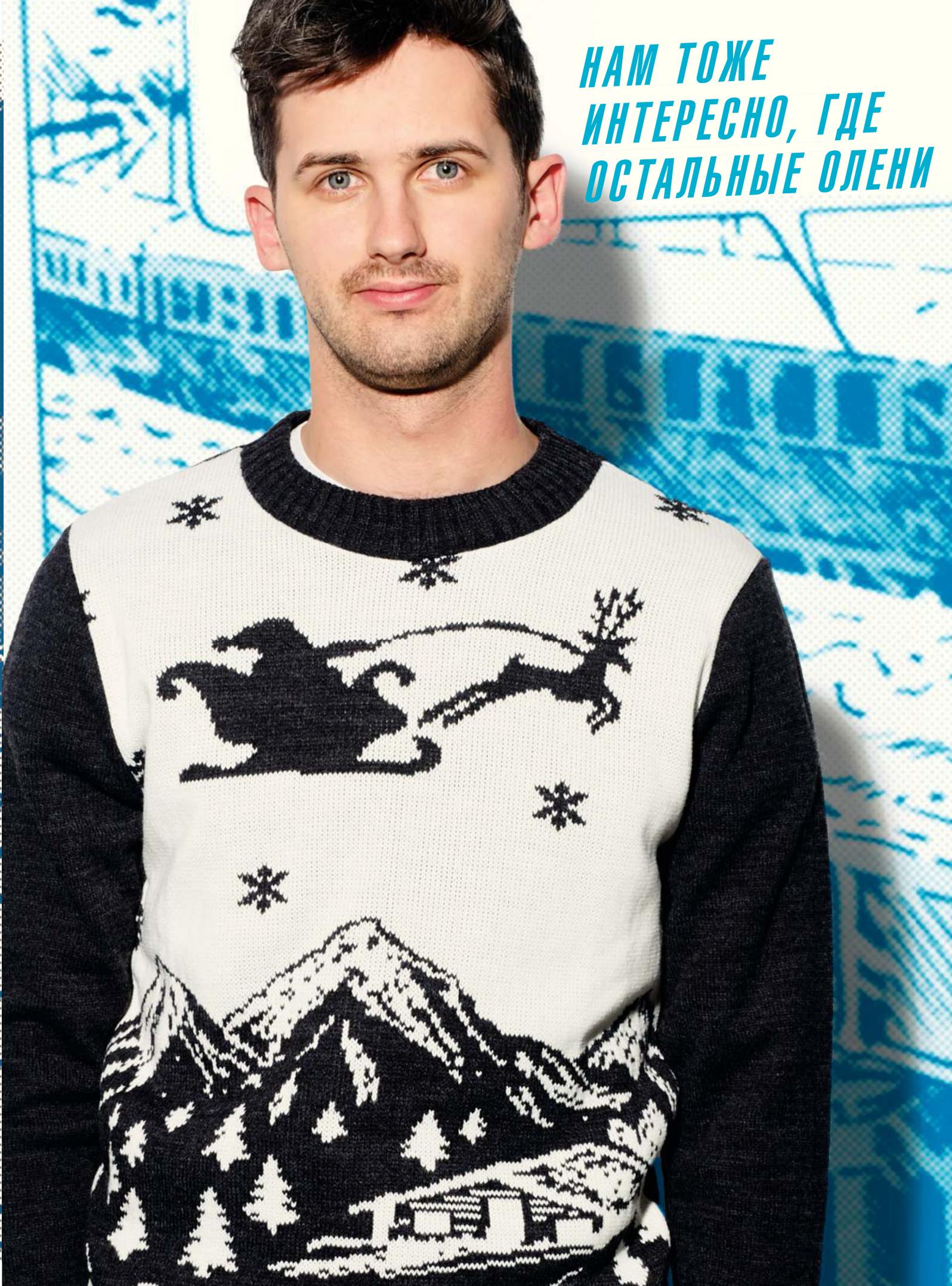
СВИТЕР
CAFE PRESS

NOW I HAVE
A MACHINE GUN
HO HO HO

**АНГЛОГОВОРЯЩИЕ
ПОЛИЦЕЙСКИЕ
ОБЯЗАТЕЛЬНО
ПРОВЕРЯТ**



*НАМ ТОЖЕ
ИНТЕРЕСНО, ГДЕ
ОСТАЛЬНЫЕ ОЛЕНИ*



СВИТЕР NEXT



**НАДПИСЬ
НА ЯРЛЫЧКЕ
ЗАПРЕЩАЕТ
СКАКАТЬ В ЭТОМ
СВИТЕРЕ ПЕРЕД
ЭПИЛЕТИКАМИ
И БЕРЕМЕННЫМИ
ЖЕНЩИНАМИ**



Шапка Gant
Куртка
Massimo Dutti
Шарф
Pull and Bear



Шапка H&M
Куртка Gant
Шарф Gant



Шапка ASOS
Куртка COLINS
Шарф Zara

ЧЕГО ТЕБЕ НЕ ХВАТАЕТ

Даже если ниже пояса ты цельнометаллический киборг, перезимовать в свитере все равно не получится. Значит нужно дополнить комплект.



ДЛЯ ФИЗКУЛЬТУРНИКА

О СПОРТ, ТЫ МИЛ'

Предугадав очередное новогоднее обещание с января пойти в спортзал, мы выбрали самые модные спортивные костюмы, которые ты купишь, чтобы никогда не надеть.

*Кожта, штаны,
кроссовки, все
Le Coq Sportif*

ЕДИНСТВЕННАЯ МОЯ

Именно так ты будешь обращаться к своей новой спортивной форме. И не слишком ошибешься. Капсульная коллекция Гари Аспдена для adidas не зря называется Spezial. Как это и бывает с капсульными коллекциями, выпущена сравнительно небольшим тиражом. Беги, чтобы было в чем бегать.

КУРТКА – 18 500 РУБ.
КРОССОВКИ – 5900 РУБ.
ФУТБОЛКА – 2250 РУБ.
ШТАНЫ – 11 900 РУБ.
ВСЕ – ADIDAS



**ЭТО ВСЕ
СЕМЕЧКИ**

adidas,
7700 руб.



Rascals,
8100 руб.



Ellesse,
6700 руб.





ЛЫСИНА И
ТЕМНАЯ БОРОДА
ОБЕСПЕЧАТ
ТЕБЕ НЕ ТОЛЬКО
ВНИМАНИЕ
МИЛИЦИИ,
НО И ЛЮБОВЬ
ПУБЛИКИ



ПЕРВАЯ ПО-
ПАВШАЯСЯ
ФОТОГРАФИЯ
ДОКАЗЫВАЕТ,
ЧТО ДАЛЕКО
НЕ ВСЕ ЛОНДОН-
ЦЫ СЛЕДЯТ
ЗА МОДОЙ

ДВОЙСТВЕННЫЙ ОТВЕТ

Берлинский дуэт Discodromo, известный своими музыкальными работами на показах Givenchy, adidas, Yamamoto, приехал в Москву, чтобы отыграть на вечеринке Hypeselecta при поддержке Heineken Insight, а заодно рассказать нам, как должен выглядеть твой новогодний наряд

Представьте, что утром у вас последний серьезный рабочий день в году, а вечером чумовая новогодняя вечеринка. Как бы вы оделись?

Ха, каверзный вопрос! Но на самом деле для нас это не проблема. В индустрии моды мы можем позволить себе прийти на встречу в трениках и толстовке и в этом же отправиться тусоваться. Главное – комфорт.

А на ноги что наденете?

Точно не новую пару дорогих ботинок – от них же ничего не останется. И еще важный фактор – удобство. Мы предпочитаем кроссовки от adidas.

Посоветуйте, как одеться тем, кто собирается встречать Новый год за границей. Где строже всего встречают по одежке?





Сотрапляясь на итальянцев в Венецию, не забудь одеться как типичный местный житель



adidas

ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА

Великий Гэтсби крутится в придуманном гробу, пока все лучшие вечеринки на планете превращаются в пижамные

Gant

Определенно в Париже. Там все сами одеты с иголки и обращают внимание на внешний вид других. Еще в Лондоне. Ну и, конечно, в Москве – здесь, судя по взглядам прохожих в центре, по улицам ходит настоящая полиция моды. Как нам показалось, каждый реально озабочен сочетанием безумных вещей.

Вы же итальянцы, так? У вас, наверное, в крови есть чувство стиля.

Мы родом из Венеции, но, как мы уже говорили, носим то, что нам удобно. Хотя нам определенно больше всего нравится некий итальянский дух в одежде. Знаете, каждый город имеет какой-то свой стиль, например, в Лос-Анджелесе чувствуется влияние серферской культуры. Вот так и нам ближе всего все родное – стильные прикиды с яркими аксессуарами в лучших традициях итальянской моды.

А почему вы, кстати, решили перебраться в Берлин?

Берлин – это идеальная площадка для творчества: музыканты, диджеи, графические дизайнеры – все там.

И где в немецкой столице вас можно встретить в субботу?

В обеденное время – в американском ресторане MJ's Foodshop, мы там часто едим. А ночью в нашем детище – клубе Cocktail d'Amore. Там мы творим все, что вздумается. Хотя еще часто бываем в Berghain Panorama Bar – слушаем хаус и иногда выступаем.

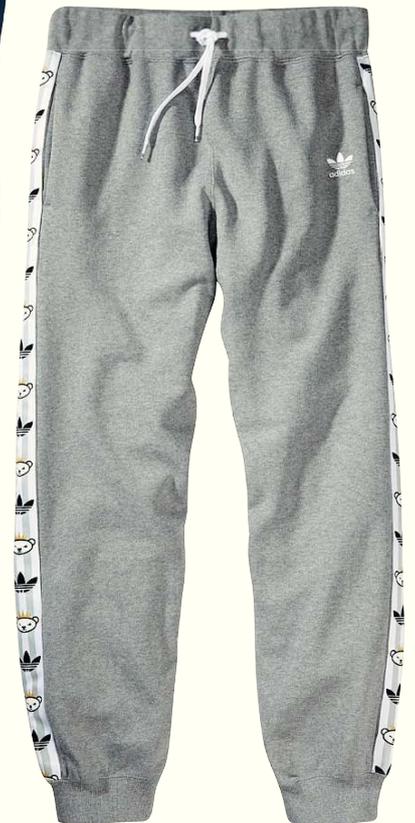


French Connection



adidas

adidas



ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ

СКРЫТАЯ ГОРДОСТЬ

Правильно выбранные трусы – главный элемент твоего образа на вечеринке. Ведь если их так никто так и не увидел, значит, праздник не удался



HAPPY SOCKS.COM,
1476 руб.



CARHARTT-WIP.COM,
1628 руб.



LIBERTINE LIBERTINE AT
HUHMAGAZINE.COM,
2146 руб.



LOUSYLIVIN.COM,
765 руб.



SYNDICUTBOXERS.COM,
1850 руб.



THOMASPINK.COM,
1850 руб.



SUNSPEL.COM,
2368 руб.



BJORNBORG.COM,
1850 руб.



ADIDAS AT JD SPORTS
(2 ПАРЫ),
1480 руб.



OILER & BOILER AT
SURFDOME.COM (2 ПАРЫ),
1656 руб.



NEW LOOK (3 ПАРЫ),
887 руб.

ВОПРОС/ОТВЕТ

МОДА

Вопросов нет только у матросов, у религиозных фанатиков и у школьников на физкультуре. У тебя же есть полное право поинтересоваться тем, что можно и нельзя носить, мазать и втирать



Marc Jacobs



ASOS

В Нормально ли, что я хочу все время одеваться в черное? Не хочу, чтобы меня считали готом, но остальные цвета радуги меня слабо привлекают. Как быть?

Петр, 19 лет, Краснодар

О Полагаем, что летом тебе под жарким южным солнцем приходится несладко. Но сейчас на дворе, слава богу, прохладный декабрь. Или ты смог отобрать журнал у старшего брата только в январе? В общем, перефразируя Генри Форда, твой прикид может быть любого цвета, если этот цвет черный. Не знаем, одобрил бы такой подход Том Форд, но Александр Вонг точно с тобой согласен. Взгляни на его антрацитовые шедевры в капсульной коллекции для H&M (если вдруг еще что-то осталось) и сделай выводы: черный цвет может быть удивительно не банальным, и даже не слишком готическим. А что касается твоего вопроса – в принципе сходить к психологу никогда не вредно.

В Самое неприятное в зиме то, что у меня все время мерзнут ноги. Можно ли мне носить на работу “угги” или это слишком сельский вариант?

Валентин, Москва

О Во-первых, когда-то (лет 50 назад) считалось, что ездить по городу на внедорожнике могут только фермеры. Если ты выглянешь на улицу из окна своего «крузака», то заметишь, что многое изменилось. Хотя из окна троллейбуса видно примерно то же самое. В общем, носить валенки в наше время можно хоть в офис, хоть в оперу. Тем не менее, просто чтобы ты знал, овечья шерсть – не единственное спасение от ледящего холода московских улиц. Собственно говоря, весь секрет теплой обуви – в толщине подошвы. Всего двух сантиметров эластичного пластика вполне хватит, чтобы прекратить твой теплообмен с сугробами, льдом и знаменитой тротуарной плиткой. Соответственно неплохой выход

из положения – добротные грубые ботинки, вроде Red Wings или Timberland.

В Ранней осенью я надеваю поверх костюма плащ, поздней осенью – классическое пальто. Что делать, когда на улице минус 20? Надевать плащ под пальто? Или отказаться от костюма и носить свитер с пуховиком?

Сергей, Королев

О Федор Иванович Шаляпин, обратись ты к нему с таким вопросом, рассмеялся бы раскатистым басом и подарил бобровую шубу с барского плеча. У нас бобровой шубы под рукой не оказалось, так что вместо нее даем тебе добрый совет: купи себе яркую зимнюю куртку длиной до середины бедра. В наше время совершенно допустимо носить ее поверх чего угодно: от костюма супермена до костюма Brioni. Кроме того, даже самая невыносимо дорогая куртка обойдется тебе дешевле, чем собольный плащ. Да и соболя с лисами будут вечно тебе благодарны.



В Многомиллионная индустрия всяких сывороток и шампуней так стремительно развивается, а я же считаю, что лучше бы придумывали не как от прыщика избавиться, а как за полчаса убрать похмелье. Или, может, я не знаю, что такое средство уже есть?

Кирилл, 29 лет, Москва



О Отвечает Ольга Зобнина,

врач косметолог Клиники эстетической медицины и инновационной косметологии BeautyLine

Кирилл, конечно, есть. С помощью ксеноновых ингаляций можно после бурной вечеринки быстро взбодриться и убрать головную боль, раздражительность и даже тоску за один сеанс. Вообще ксеноновые ингаляции поставят на ноги не только после разного рода злоупотреблений. Ксенон (Xe) – это благородный газ, который обладает уникальными свойствами. Он не токсичен, не оказывает вредного влияния на организм и легко выводится. Он уже давно применяется в медицине в качестве анестетика и при лечении нервных расстройств. Процедура проходит в кабинете врача при приглушенном свете, пациент, находясь на кушетке, вдыхает газ через специальную маску. По ощущениям это похоже на «лечебный сон», но только действие ксенона не усыпляет, а погружает в состояние покоя. Состояние легкого транса возникает сразу же, при первых вдохах, а заканчивается мягко и быстро – спустя несколько минут после процедуры. Кстати, в небольших количествах газ содержится в атмосфере, мы вдыхаем его всю жизнь, поэтому передозировка исключена.

В Я часто подписываю документы. Заметил, что мои ногти выглядят просто ужасно, особенно на фоне хороших часов. Но мне почему-то сложно собраться с духом и записаться на маникюр – на него же ходят только девушки.

Виталий, 35 лет



О Отвечает Светлана

Григорьева, мастер по маникюру и педикюру Cosmotheca Spa

Не нужно стесняться ухаживать за руками. Тем более во многих салонах уже давно предусмотрены мужские процедуры по маникюру. Никаких принципиальных отличий от женских, если честно, нет. Разве что покрывают специальным матовым мужским лаком, чтобы ногти не блестели. Но с психологической точки зрения мужчине куда легче пойти на процедуру, предназначенную специально для его пола. Для меня как для мастера разницы нет, хотя вся мужская деятельность как будто бы создана для разрушения рук: рыбалка, качалка, отсутствие регулярного ухода за руками, кромсание кутикулы. Последнее – вообще отдельная тема. Мужчины обрезают ногти и кожу вокруг слишком коротко, открывая тем самым проход для бактерий и микробов, что чревато последствиями. Да и ровно подстричь с помощью ножниц просто невозможно – тут нужна пилка, которой сглаживается край.



В Три года назад набил во весь бицепс по глупости татуировку в честь девушки. Мы уже полтора года как расстались, хочу свести ее. Возможно ли это? И будет ли так же больно, как и при набивании?

Ваня, 34 года, Екатеринбург



О Отвечает Михаил

Копосов, лазеротерапевт, специалист по инъекционным методикам, врач-дерматокосметолог клиники «Линлайн» на ул. Садовой

Чтобы убрать цветную татуировку без шрамов и рубцов, нужно использовать несколько видов

лазера, поэтому советую обратиться в хорошую клинику. Дело в том, что при удалении воздействием идет только на краситель – он разрушается и выводится естественным путем. Кожа и мышцы никак не повреждаются. А разные виды лазеров разрушают разные цвета, например, неодимовый лазер лучше удаляет черный цвет, а александритовый – синий. Во время сеанса пациент чувствует легкое покалывание, но в целом процедура комфортна и обезболивания не требует. Чтобы вывести рисунок размером с ладонь, требуется 30-40 минут. Также очень важно, чтобы для удаления тату использовались короткоимпульсные лазеры (Q-switch). Тату-мастера забивают рисунок очень глубоко – под базальный слой кожи. И проникнуть туда, не повредив остальные

слои, могут только такие излучения.

Лучше всего разрушаются темные цвета, а желтый, оранжевый и малиновый исчезают очень медленно.

К этому надо быть готовым.

Стоимость удаления татуировки зависит

от ее размеров: рисунок площадью до 11 кв. см

стоит до 7100 руб. за сеанс. В среднем для удаления цветного рисунка размером с ладонь может понадобиться от 3 до 10 процедур с интервалом в два месяца, то есть, чтобы полностью вывести все без следа, понадобится от полугода до трех лет.



Приемное отделение

О том, что доктор не пьет цветы и конфеты – знают даже дети. Парфюмерия и косметика – совсем другое дело. А если у вас нет высшего медицинского образования – просто мажьтесь и брызгайтесь этими подарками



07



06



08



09



10



11

ВЫБОР
FHM**1. BOSS Bottled**Туалетная вода
от 2374 руб.**2. The Art of Shaving**Дорожный набор
Fusion (лимон)
13 290 руб.**3. Versace Eros**Туалетная вода
4530 руб.**4. Calvin Klein**Euphoria Gold Men
Туалетная вода
3290 руб.**5. Paul Mitchell Awapuhi Wild Ginger**Текстурирующий
спрей для волос
от 900 руб.**6. Biotherm Force Supreme Youth Architect**Сыворотка для лица
для мужчин
4269 руб.**7. Adidas UEFA Champions League Edition**Туалетная вода
от 690 руб.**8. Vichy Homme Sensi-Baume Mineral**Бальзам после
бритья для чувстви-
тельной кожи
850 руб.**9. Serge Lutens Nuit de Cellophane**Парфюмерная вода
7443 руб.**10. Eight & Bob**Туалетная вода
10 000 руб.**11. L'HOMME YSL Arty Collection**Туалетная вода
4677 руб.

ИДЕЙНАЯ ОСНОВА

Примета гласит: выбери одно из предложенных средств в качестве подарка девушке, сестре или маме и весь будущий год будешь есть вкусный борщ. Главное – припоминай потом о подарке

1. Etat Libre d'Orange Noel au Balcon
Парфюмерная вода
7080 руб.

2. Shiseido Sparkling Party
Набор макияжа
3200 руб.

3. Clive Christian L for women
Парфюмерная вода
29 380 руб.

4. Atelier Cologne Blanche Immortelle
Парфюмерная вода
13 748 руб.

5. YSL Kiss&Blush
Румяна и блеск для губ 2-в-1
1743 руб.

6. Maybelline Master Kajal
Подводка для глаз
от 262 руб.

7. CND Vinylux Grand Gala #177
Недельный лак
425 руб.

8. CND Vinylux Top Coat
Верхнее покрытие
425 руб.

9. Shiseido Ultimune
Концентрат, восстанавливающий энергию кожи
от 4250 руб.

10. Benefit Just confess, you're obsessed
Парфюмерная вуаль для тела и волос
1740 руб.

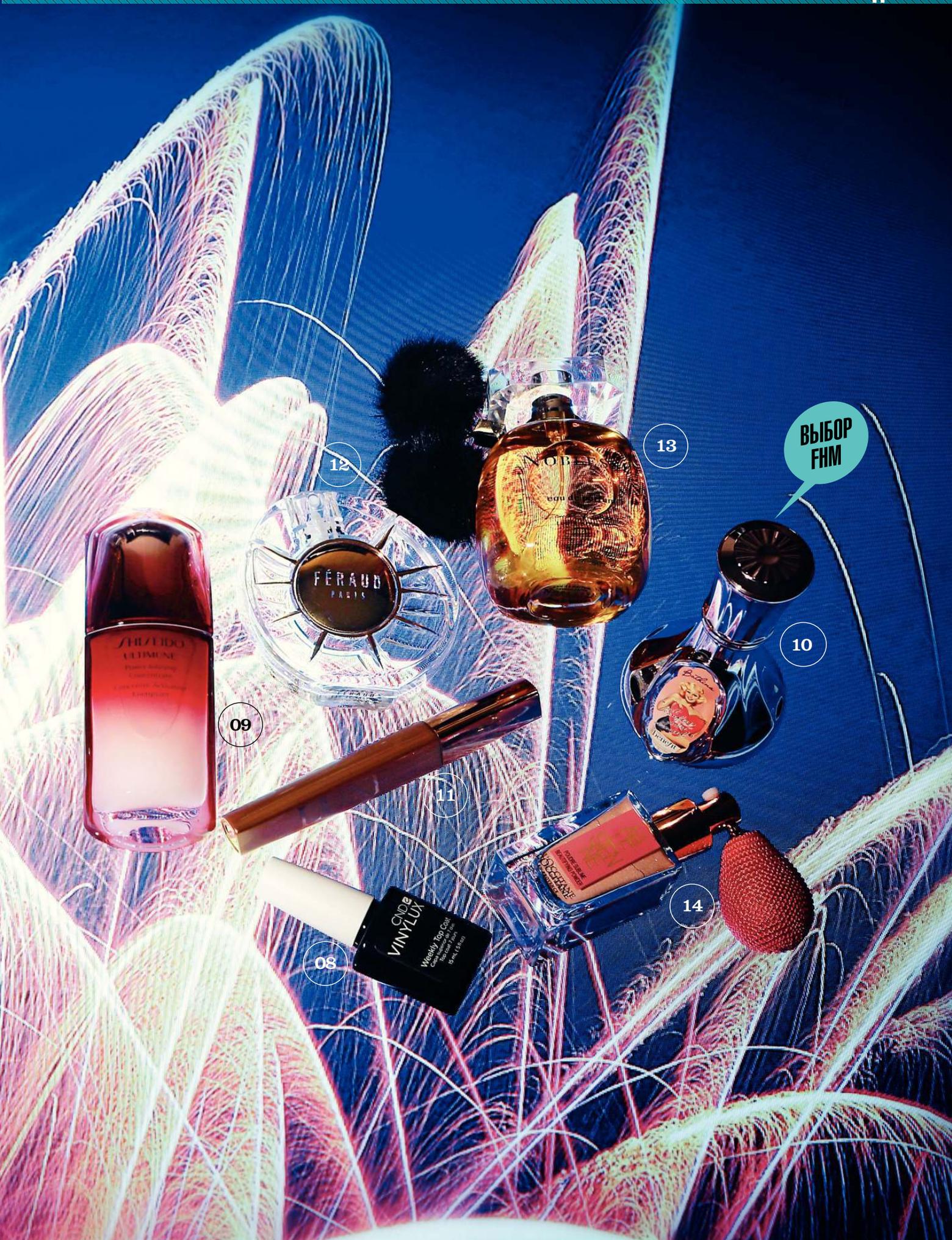
11. AVON
Объемная тушь для ресниц «Люкс»
325 руб.

12. Feraud Bonheur
Парфюмерная вода
4000 руб.

13. Magruss Noblesse
Парфюмерная вода
7890 руб.

14. L'Occitane Arlesienne
Сияющая пудра для тела и волос
2200 руб.







ASOS

asos.com

BEAUTY BOUTIQUE

CHANEL

ул. Охотный Ряд, 2

Тел: (495) 777-18-88

CALVIN

KLEIN

ТЦ «Европейский»

пл. Киевского вокзала, 2

Тел: (495) 270-10-62

CALZEDONIA

ул. Тверская, 6

Тел: (495) 692-41-27

CHEVIGNON

Ленинградское ш.,

16-а, стр. 4

Тел: (495) 922-19-15

COSMOTHECA

4-й Сыромятнический

пер., 1/8, стр. 6

Тел.: (905) 564-84-13

COSMOTHECA

SPA

Грузинский пер., 4

Тел.: (499) 254-44-14

COSTUME CODE

Спиридоновский пер., 12/9

Тел: (495) 637-46-13

DKNY JEANS

ТЦ «Европейский»

пл. Киевского

вокзала, 2

Тел: (495) 270-10-62

EMPORIO ARMANI

ТЦ «Весна»

Новый Арбат, 19, стр. 1

Тел: (495) 620-33-28

FOTT

Дмитровский пер., 7

8 (800) 250-28-60

GAP

ТЦ «Европейский»

пл. Киевского

вокзала, 2

Тел: (495) 270-10-62

H&M

ТЦ «Метрополис»

Ленинградское ш., 16-а,

стр. 4

Тел: (495) 626-55-88

HARMAN

ул. Кузнецкий Мост, 6/3

Тел: (495) 662-36-51

HUGO BOSS

ТЦ «ГУМ», 1-й этаж

Красная пл., 3

Тел: (495) 620-32-47

LE COQ SPORTIF

Красная пл., 3

Тел: (495) 627-38-54

LEVI'S

ул. Тверская, 15

Тел: (495) 629-24-60

MASSIMO DUTTI

ул. Тверская, 12

Тел: (495) 258-07-31

MOLECULE

molecule.su

NEW BALANCE

ТЦ «Европейский»,

пл. Киевского вокзала, 2

Тел: (495) 270-10-62

NEW YORKER

ТЦ «Охотный Ряд»

Манежная пл., 1, стр. 2

Тел: (495) 737-83-30

NIKE

Tsvetnoy Central Market

Цветной б-р, 15, стр. 1

Тел: (495) 737-83-75

PIROSMANI

ул. Б. Дмитровка, 7/5,

стр. 3

+7 (915) 450-00-11

PHILIPP

PLEIN

ул. Никольская, 10

Тел: (495) 287-88-89

PODIUM

CONCEPT

ул. Кузнецкий Мост, 14

Тел: (495) 621-81-71

PODIUM MARKET

ул. Охотный Ряд, 2

Тел: (495) 225-02-05

RIVER

ISLAND

Манежная пл., 2, стр. 1

Тел: (495) 225-74-90

QUIKSILVER

ТК «Охотный Ряд»

Манежная пл., 1

Тел: (495) 737-83-47

quiksilver.ru

TIMBERLAND

ТЦ «ГУМ»

Красная пл., 3

Тел: (495) 777-23-64

TOMMY HILFIGER

ТЦ «Европейский»

пл. Киевского

вокзала, 2

Тел: (495) 933-55-14

TOPSHOP

ТЦ «Европейский»

пл. Киевского

вокзала, 2

Тел: (495) 980-51-72

TSUM

ул. Петровка, 2

Тел: (495) 933-73-00

UNIQLO

ТЦ «Атриум»

ул. Земляной вал, 33

Тел: (495) 970-15-55

ZARA

ул. Тверская, 4

Тел: (495) 692-07-22

VANS

ТК «Охотный Ряд»

Манежная пл., 1

Тел.: (495) 225-74-27

KM20

ул. Кузнецкий Мост, 20

Тел: (495) 623-78-88

АРОМАТЕКА

ул. Знаменка, 7/3

Тел.: (495) 710-99-47

БАРБЕР-СПА

THE ART

OF SHAVING

Пресненская наб., 10

Тел: (495) 775-50-97

КЛИНИКА

BEAUTY LINE

Лубянский пр., 27/1

Тел.: (495) 220 44 45

КЛИНИКА

«ЛИНЛАЙН»

Кутузовский просп.,

30/32

Тел.: (495) 374 59 99

5 ПРИЧИН ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ НА FHM

1 Оформляя подписку на журнал, ты вносишь неоценимый вклад в борьбу утконосов с вуалехвостами. Стенгазеты утконосов «Утконосы тоже люди» и «Поздравляем, у вас завелся утконос!» ты будешь получать совершенно безвозмездно, потому что они входят в стоимость подписки.

2 Британские ученые обещают, что у подписчиков FHM будут развиваться экстрасенсорные способности, удваиваться зарплата и утраиваться длина полового органа.

3 Доставленный с помощью кошерного почтальона журнал FHM защищает тебя от сглаза, а твой дом – от сноса.

4 Подписавшиеся на журнал до конца света получают освобождение от Апокалипсиса на срок подписки.

5 Первых 10 подписчиков будет легко отличить не только по счастливому выражению лица, но и по прекрасным волосам и приятному запаху. А все благодаря набору «Экстремальная защита» от Syoss Men и Fa MEN Xtreme.

КАК ПОЛУЧИТЬ ПРИЗ

Заполни квитанцию (на с.120), указав подписной период (6 или 12 месяцев). Перечисли деньги на указанный счет до 10-го числа предподписного месяца.

Отправь корешок квитанции с отметкой об уплате по адресу:
109544, Москва,
ул. Б. Андроньевская, д. 17,
000 «ИДР-Формат»,
отдел подписки,
или по факсу: (495) 745 84 18



РЕДАКЦИОННАЯ ПОДПИСКА 2015

Подписаться очень просто

1. Заполните и оплатите квитанцию*
2. Пришлите фото или скан квитанции, точный адрес доставки и комментарии к нему по адресу alehina@cpss.ru или по факсу: +7 (495) 663-91-88 (доб. 300)

*Для юр.лиц направляется счет-оферта по запросу

Стоимость подписки

- 12 месяцев – 1683 руб.
- 6 месяцев – 880 руб.
- 3 месяца – 554,40 руб.
- 1 месяц – 212,96 руб.

Цены включают НДС и стоимость доставки

Доставка

по Москве (в пределах МКАД) осуществляется курьерской службой, за пределами МКАД, а также в другие регионы РФ – простой почтовой бандеролью

Подробная информация
на сайте www.idr.ru

СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ: +7 (495) 663-91-88 (доб. 300)

Извещение	Форма № ПД-4								
	<p align="center">ООО "Прямые контакты" ИННКПП 7717746123\771701001</p> <p align="center"><small>(наименование получателя платежа)</small></p> <p>7 7 1 7 7 4 6 1 2 3 4 0 7 0 2 8 1 0 2 3 8 2 9 0 0 1 7 7 5 3</p> <p align="center"><small>(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)</small></p> <p>в Сбербанк России ОАО г. Москва БИК 0 4 4 5 2 5 2 2 5</p> <p align="center"><small>(наименование банка получателя платежа)</small></p> <p>Номер кор./сч. банка получателя платежа 3 0 1 0 1 8 1 0 4 0 0 0 0 0 0 0 2 2 5</p> <p>Ф.И.О., адрес плательщика _____</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Вид платежа</th> <th>Дата</th> <th>Наименование платежа</th> <th>Сумма</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <p align="right">Подпись плательщика _____</p>	Вид платежа	Дата	Наименование платежа	Сумма				
Вид платежа	Дата	Наименование платежа	Сумма						
Кассир									
Квитанция Кассир	<p align="center">ООО "Прямые контакты" ИННКПП 7717746123\771701001</p> <p align="center"><small>(наименование получателя платежа)</small></p> <p>7 7 1 7 7 4 6 1 2 3 4 0 7 0 2 8 1 0 2 3 8 2 9 0 0 1 7 7 5 3</p> <p align="center"><small>(ИНН получателя платежа) (номер счета получателя платежа)</small></p> <p>в Сбербанк России ОАО г. Москва БИК 0 4 4 5 2 5 2 2 5</p> <p align="center"><small>(наименование банка получателя платежа)</small></p> <p>Номер кор./сч. банка получателя платежа 3 0 1 0 1 8 1 0 4 0 0 0 0 0 0 0 2 2 5</p> <p>_____ _____</p> <p align="center"><small>(наименование платежа) (номер лицевого счета (код) плательщика)</small></p> <p>Ф.И.О., адрес плательщика _____</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Вид платежа</th> <th>Дата</th> <th>Наименование платежа</th> <th>Сумма</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </tbody> </table> <p align="right">Подпись плательщика _____</p>	Вид платежа	Дата	Наименование платежа	Сумма				
	Вид платежа	Дата	Наименование платежа	Сумма					



Алина Арту

12 месяцев
1683 руб

6 месяцев
880 руб

ПОДПИШИТЕСЬ ТАКЖЕ



12 месяцев
3389,76 руб

6 месяцев
1834,80 руб



12 месяцев
3389,76 руб

6 месяцев
1834,80 руб



12 месяцев
1408,00 руб

6 месяцев
737,00 руб

ДЕВУШКА
декабря
FHM
ИРЕН

Имя: **Ирен Шевердина**, 26 лет

Занятие: телерадиоведущая

Параметры: 95/65/104

Вес: 58 Рост: 168

FACEBOOK: [facebook.com/IrenSheverdina](https://www.facebook.com/IrenSheverdina)

Инстаграм: @iren_sheverdina

ФОТО: БОРИС ЗАХАРОВ
ВИЗАЖ И ПРИЧЕСКА: КСЕНИЯ МИШКИНА
СТИЛИСТ: АЛЕся МАТЯЩУК
ПРОДЮСЕР: НИКОЛАЙ ГУРОВ

БЕЛЬЕ – H&M,
УКРАШЕНИЯ –
MAGIA DI
GAMMA



БОДИ —
СОБСТВЕННОСТЬ
СТИЛИСТА,
СЕРЬГИ —
MAGIA DI GAMMA

ДЕВУШКА
декабря
FHM

**«Я всегда
мечтала
о мужчине,
который
защитит,
но не
завладеет»**

ШОРТИКИ –
INTIMISSIMI,
ОЖЕРЕЛЬЕ –
VIRTUTI



**«Идеальный
наряд для
первого свидания
намекает на
обстоятельства,
которые
захочется узнать
за чашечкой
кофе»**

ОЖЕРЕЛЬЕ – VIRTUTI



Тест-драйв

УПРАВЛЯЮЩИЙ ЗАМКОМ



НРАВИТСЯ:
ДУМАТЬ, ЧТО ВПЕРВЫЕ
ПОМОГ С ВЫБОРОМ
МАШИНЫ ЧИТАТЕЛЮ



НЕ НРАВИТСЯ:
В 1-Й СЕРИИ BMW
ТАКОЕ ЖЕ ЗЕРКАЛО
ЗАДНЕГО ВИДА

«Сэр, девяносто восьмой, пожалуйста» – ничто так не учит манерам, как езда на Rolls-Royce. Выпрямляем осанку, надеваем все самое лучшее, что есть в гардеробе, выключаем Сяву, включаем Моцарта и добавляем немного лени в смеси с благородством во взгляд. Да, это будет лучший тест-драйв! И, должно быть, даже пробки, словно воды перед Моисеем, расступятся передо мною

Текст: Максим Пепеляев

С татуэтка «Дух экстаза», что украшает капот, кажется, находится где-то на горизонте. Я сижу в машине, которая значительно больше моей квартиры, и пытаюсь унять легкий мандраж. Дорога передо мной свободна, есть метров двадцать свободного пространства, достаточных для посадки самолета, а я не уверен, что смогу на них развернуться. Сотни тестов, сотни тысяч километров опыта, а я боюсь тронуться с места на новом Rolls-Royce Wraith. Я чувствую себя так же неловко, как и любой русский, пытающийся выговорить название этой модели. По всем правилам английского языка в конце ты должен зажать язык между зубов и вытолкнуть воздух изо рта. Но вместо этого ты произносишь просто «Рэйс», будто приехал забрать дешевый корейский хэтчбек на очередной тест. Неловкости нет предела. «О'кей, не бойся!» – говорю я сам себе, а потом добавляю «сэр», чтобы хоть как-то соответствовать машине. Под ногами альпийская овчина, сижу я на кресле, отделанном кожей самого везучего животного на земле: не каждому достается

такая честь стать одним из бесконечных вариантов отделки салона. Трогаюсь, поворачиваю, кажется, еду. Абсолютная тишина, слышно только бурчание V12. Окажись такой мотор в любом другом автомобиле, я бы уже мчался на скорости, достаточной, чтобы сохранить водительское удостоверение, но Wraith хочется держать в пределах восьмидесяти. 624 «скакуна из конюшни Елизаветы» могут разогнать меня до сотни всего за 4,6 секунды. Это невероятная цифра для машины весом 2,8 тонны. Все равно как Усейн Болт, поставивший очередной мировой рекорд, но при этом бежавший в шубе. Купе на удивление очень собранное: побеждая все мыслимые законы физики, Wraith входит в повороты без малейшего крена, и масса чувствуется только при торможении. Rolls-Royce пытается снизить скорость медленно и с достоинством. Мне это нравится, но впе-



реди стоящий таксист, по-моему, начинает нервничать, глядя в зеркало заднего вида. Не хотелось бы воткнуть ему в багажник почти 20 миллионов рублей. Rolls-Royce не терпит суеты и спешки, а я никуда и не тороплюсь – все равно не придумал, как лучше провести сегодняшний день. Просто еду и пытаюсь не смотреть в боковые окна: из соседних машин на меня пялятся так, будто я сижу на Красной площади с прибитой к земле мошонкой. Только за рулем понимаешь, почему в графе «мощность» раньше Rolls-Royce писал «достаточная». Тебе не хочется думать над низменными вопросами типа 600 л. с. – это много или мало, поставить на красное миллион или два миллиона, заказать на ужин самолетом суши из Японии или устрицы с шампанским из Франции? Ведь человек, который ездит на такой машине, мыслит совсем другими категориями. **FHM**



ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

КУЗОВ

Длина 5269 мм
Ширина 1947 мм
Высота 1507 мм
Снаряженная масса соответствует вашему статусу

ДВИГАТЕЛЬ И ТРАНСМИССИЯ

Тип V12
Рабочий объем большой
Максимальная мощность достаточная
Максимальный крутящий момент огромный
Трансмиссия безграничная

ДИНАМИКА И ЭКОНОМИЧНОСТЬ

Макс. скорость космическая
Разгон с 0 до 100 км/ч так быстро, как пожелаете
Расход топлива в смешанном режиме не важно
Средний расход во время теста 25,6 л

ЛЕГЕНДЫ ОСЕНИ

Три последних месяца, пока нормальные люди собирали грибы, ловили рыбу и ходили на футбол, редакция журнала FHM следила за каждой новинкой автопрома, чтобы выбрать лучшие и рассказать тебе



NISSAN PATHFINDER

Нет ничего интересней, чем беседа с маркетологом после презентации новинки. Узнаешь, что «люстра» на крыше X-Trail требует дополнительную сотню метров проводов, а современный народ жаждет комфорта. Как бы не боролись автомобильные журналисты за рамный кузов, механические блокировки и что там еще они считают долгом спасти, людям эти вещи не нужны. Другое дело – белый салон, мягкий ход и просторный багажник – вершина пирамиды Маслоу, заправленной бензином. Уж слишком узкой становится сфера крутых внедорожников и они, словно дикие животные под натиском большого города, вымирают. Ну правда, когда в последний раз твоя обувь застревала в грязи и тебе приходилось топтать домой в носках? Как часто ты переплываешь брод на пути к подъезду? Ездить на внедорожнике нынче как ходить за продовольствием с ружьем и ножом в кирзачах. Японцам

и американцам так вообще сложно понять, чего эти русские требуют «хардкора», неужели у них дорога все еще вымощена из булыжников? По телевизору вроде бы показывают асфальт, значит, к черту тяжелый рамный кузов, съедающий все пространство салона, сделаем все как в XXI веке: поставим телевизоры, третий ряд для больших семей, электромотор, чтоб дышалось легче. Pathfinder как раз из такого нового поколения – городской, из тех, что лучше объедет яму стороной. И нам он нравится, какой бы сильной ни была любовь к предыдущему поколению.



FORD MONDEO

Мы точно не знаем, что раньше мешало американцам сделать Mondeo глобальной моделью. Седан, как и Focus в былые времена, для каждого рынка разрабатывали свой. Новинка же будет продаваться за вычетом мелких различий по всему миру (ну мы, конечно, забыли тут про Камбоджу). Внешность – чистый американец, почти патрульное авто. На него еще нацепить бы кенгурятник и покрасить в черно-белый. Внутри благородный пластик, почти полностью ЖК-приборная панель и надувные ремни безопасности для пассажиров. При столкновении их площадь увеличивается в пять раз, что снижает вероятность травм. А еще у седана появился полный привод и литровый (мы не опечатались, а ты верно прочитал) мотор. Это сродни магии, но выдает он аж 125 сил, а 1,5-литровая версия все 150. Однако у нас таких двигателей не предвидится.



ОПРОС АВТО MAIL.RU

Автомобили какой страны вы предпочитаете?

- Германия 32%
- Италия 1%
- Франция 3%
- Япония 34%
- Корея 9%
- США 3%
- Великобритания 1%
- Россия 9%
- Китай 2%
- Чехия 2%
- Другая страна 1%

Я не знаю, где производят мои любимые автомобили 2%

Всего голосов: 58 929



VOLKSWAGEN PASSAT

Без преувеличения, это огромный шаг, нет, прыжок вперед. Passat всегда был хорош, но теперь он очень и еще раз очень хорош. Никакой революции, вместо нее маленький бух, что уже прорвал дыру в кошельках менеджеров среднего звена. Volkswagen сейчас вплотную подобрался к коллегам из BMW, ему осталось под-

тянуть лишь ту часть, что отвечает за эмоции при вождении. С технологиями у новинки все более чем в порядке. Появился проекционный дисплей, а приборная панель стала полностью электронной. Еще седан научится парковаться в связке с прицепом, кто бы мог подумать, что такое возможно (и нужно)!



Р

Парковка



BMW X4

Не то купе, приподнятое над землей, не то кроссовер со срезанной крышей. Хотя скорее второе, так как салон новинки – точная копия знаменитого X3. Вообще баварцы любят поэкспериментировать с формами, но сейчас у них настоящий взрыв фантазий. Под капот поставили 306-сильную турбодвигатель, работающую с восьмиступенчатым автоматом. Еще здесь адаптивная подвеска, способная менять жесткость амортизаторов. В итоге и сугробы не страшны, и горные серпантины. Вот только кузов получился несуразным, будто школьница, только вставшая на каблуки.

OPEL ADAM ROCKS

Хотели мы начать со слова «кроссовер», но прочитав всю техническую информацию поняли, что еще никто и никогда так неумело не маскировался. Чуть увеличенный просвет, немного пластика по кузову и крутое двусмысленное слово Rocks на двери багажника – неужели вот они, атрибуты современных городских авто увеличенной проходимости? По нам, так это то же самое, что назвать лед из молока мороженым. Дорожный просвет хэтчбека всего 140 мм, что на 2,5 сантиметра меньше, чем у Astra. По такой градации Мокка – вседорожник, предназначенный для полярных экспедиций. Впрочем, если предложение есть, значит, есть и спрос. А что, молодежи нравятся яркая внешность, жесткая подвеска и миллионы вариантов окраски кузова.



SKODA FABIA

Вот это перевоплощение! Простачок с деревянным салоном и незаурядной внешностью стал настоящим хипстером. Стройный, подтянутый и яркий, он стал ближе к своей целевой аудитории. Возьмем хотя бы мультимедиа, которая теперь полностью завязана на смартфоне. Раньше бы ты переплачивал за мощный процессор и карты для навигации, теперь просто подключаешь устройство и получаешь доступ к функционалу через дисплей автомобиля. По гамме моторов производитель предлагает три вида: литровый, 1,2-литровый и 1,6-литровый. Мощность топового агрегата – 110 л. с. Учитывая размеры хэтча, этого будет достаточно для веселья, однако в полном отрыве чехи отказали. Версии RS не предвидится.

ACURA TLX

Еще на этапе выхода концепта мы назвали этот автомобиль одним из самых красивых серийных и относительно доступных. Была опасность, что до конвейера седан растеряет харизму, но нет, вроде все самое важное на месте. Под капот можно поставить один из двух моторов: 2,4 и 3,5 мощно-

стью 208 и 290 л. с. соответственно. Самое интересное, что наиболее мощная версия TLX агрегируется с 9-ступенчатым автоматом, а задние колеса седана могут отклоняться в повороте на 1,5 градуса. Расскажи про это тем, кто назовет новинку банальной дорогой «Хондой Аккорд».



ОТДЕЛЬНО ВЗЯТЫЕ

В идеальном мире Дед Мороз оставил бы у тебя под елкой все это великолепие. Но скорее всего придется порадовать себя самому и выбрать что-то одно

Текст: Анастасия Бочарова



03



02



01

01

Huawei Honor 6

Huawei заявил о запуске первого в мире 8-ядерного смартфона стандарта LTE Cat6 Huawei Honor 6 со скоростью приема данных до 300 Мбит/с. Он работает на базе Android 4.4.2 с фирменным интерфейсом Emotion UI 2.3, оснащен емким аккумулятором 3100 мАч, которого хватит на 9,5 часов видео, и имеет 5-дюймовый сенсорный Full HD-экран с разрешением 1920x1080. Все это в корпусе толщиной 7,5 мм и весом 135 г.

Цена: 16 990 руб.

02

Pioneer FreeMe XW-LF1

Портативная акустическая система легко добавит веселья даже самым скучным посиделкам. Эту можно быстро и без проводов подключить к любому гаджету с Bluetooth или NFC. Аккумулятор гарантирует до 7 часов работы, а технология объемного звучания 360° Wide Circle Sound вместе с двумя 40-миллиметровыми магнитными динамиками – качественное распределение музыки по комнате.

Цена: 7500 руб.

03

Mio MiVue 588

Видеорегиистратор получил 2,5-дюймовый сенсорный дисплей и продвинутый GPS-контроллер, который благодаря функции Smart Alert информирует о приближении к камерам. GPS-приемник определяет скорость и координаты автомобиля, а также отмечает геолокацию. Все параметры фиксируются поверх изображения, так что ты легко отследишь, куда твоя девушка ездил на твоей же машине.

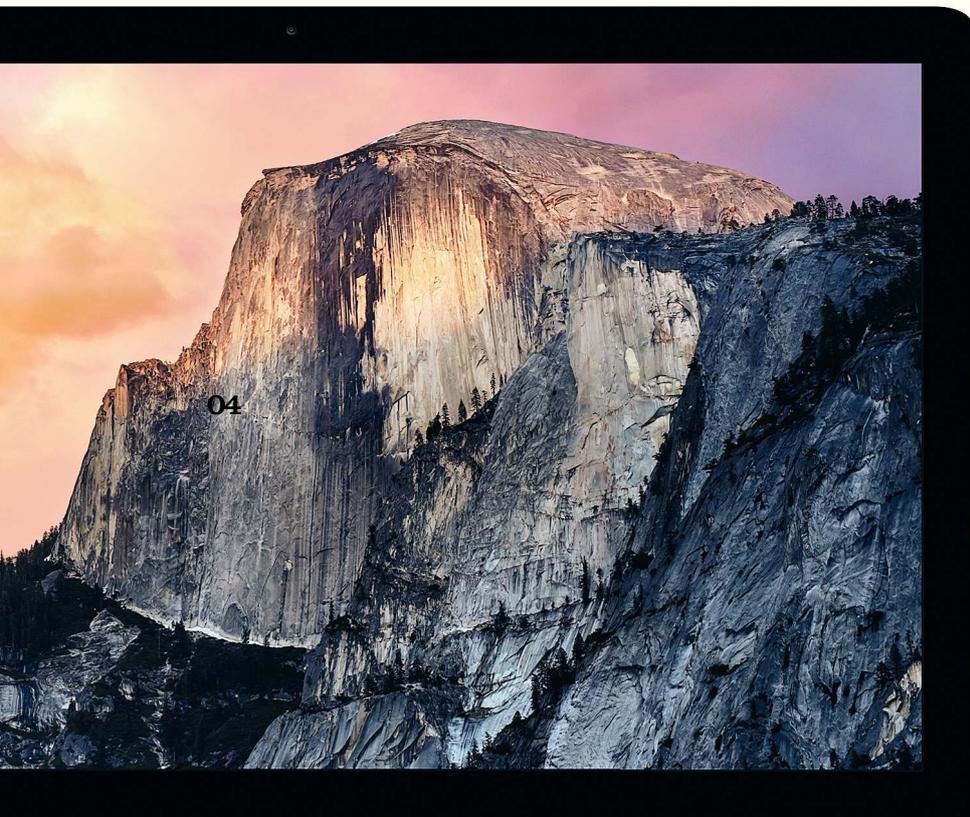
Цена: 6990 руб.

04

HTC Desire EYE

Этот смартфон ничуть не уступает флагманскому HTC One M8 по спецификации. Его корпус сделан из пластика и выдерживает погружение в воду на полчаса. Устройство работает в сетях LTE, имеет аккумулятор на 20 часов работы и две камеры по 13 Мпикс, управлять которыми можно голосом или, скажем, улыбкой. К принципиальным новинкам относится также режим параллельной съемки на две камеры.

Цена: от 22 990 руб.



05

06



07

Philips EasySpeed GC2088

Погладить кофту – это целая эпопея, которая начинается с гладильной доски. Вот почему мы советуем тебе присмотреться к беспроводному утюгу. Этот может гладить на любой поверхности, будь то диван или ковер, быстро нагревается за счет мощности в 2400 Вт и имеет керамическую подошву Easy Speed, за которой не нужно специально ухаживать. Так что можешь больше не прятать мятые рубашки под пиджаком.

Цена: 4690 руб.



08



08

GoPro HERO4 Black

В экстрим-кругах выход этой камеры – настоящая революция. «Четверка» в два раза производительнее HERO3+ Black Edition. Камера имеет сенсор в 12 Мпикс и снимает в разрешении 4К с частотой 30 кадров в секунду, что делает ее самой доступной 4К-камерой на рынке. А еще с режимом SuperView (tm) GoPro HERO 4 стала самой широкоугольной action-камерой в мире.

Цена: 27 990 руб.

05

Apple iMac Retina 5K

Новый 27-дюймовый iMac с дисплеем Retina 5K оснащен экраном с самым высоким в мире разрешением – 14,7 млн пикселей. Начинка соответствует картинке: новый 4-ядерный процессор, высокопроизводительная графика, накопитель Fusion Drive и порты Thunderbolt 2. В общем, этот Mac – самый мощный в истории и, как любой другой, он идет с OS X Yosemite – новой мощной версией ОС.

Цена: от 124 990 руб.

06

Nescafé Dolce Gusto OBLO

Капсульная машина – идеальное решение для тех, кто любит пить кофе, но не хочет возиться с его приготовлением. Эта новинка от Krups и Nestle имеет механическую систему управления, мощность 1200 Вт, резервуар для воды объемом 0,8 л и давление 15 бар. Всего этого хватит для приготовления пары чашек бодрящего напитка меньше, чем за минуту.

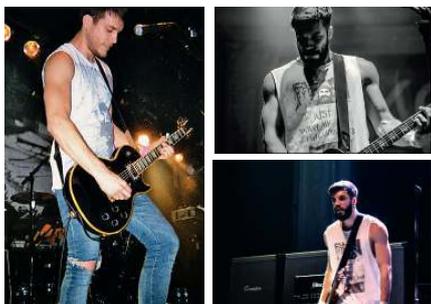
Цена: 4999 руб.

РОКОВОЙ ВЫБОР

Подпеваешь радио в пробках, а дома, когда никто не видит, разыгрываешь вручение себе «Грэмми»? Мы предлагаем тебе три способа направить свою творческую энергию в правильную сторону

Вариант 1: Следуй инструкции

Под конец года мы решили осуществить твою мечту и за две страницы научить брэнчать пару аккордов на электрогитаре. Хотя, если честно, мы немного преувеличиваем – это не мы будем учить, а профессиональный музыкант. Наш 31-летний эксперт Джон Тейлор не первый год выступает в составе британской группы Young Guns. Прокладывая свою дорогу к мировому успеху, Тейлор испробовал свой талант сначала на публике английского города Хай-Уиком, а затем на глобальной рок-тусовке – вот почему ему стоит доверять.



01

Подключись и играй

Гитара – один из самых простых музыкальных инструментов в мире. Никогда не поздно взять ее в руки. Некоторые буквально за пару месяцев целиком осваивают аккорды. Если ты действительно стараешься и проводишь все свое время в обнимку с гитарой, тогда результат не заставит себя ждать.

02

Бери уроки онлайн

Меня в семь лет научила слепая соседка, которая жила в конце моей улицы (что, кстати, объясняет некоторые мои промахи), но ты можешь научиться и сам. Обучающих видео на YouTube более чем достаточно на первых порах. Ты также можешь научиться понимать табуляции (гитарные ноты) с помощью Интернета. Поверь, уже давно объяснены и выложены табы ко всем песням, которые ты только можешь себе представить.

03

Не стоит тратиться

Я купил свою первую электрогитару за 60 фунтов. Она была, конечно, редкожно ужасной, но зато издавала хоть какой-то звук, а большего мне и не надо было. Сейчас ты можешь найти вполне приличный экземпляр за 300 долларов. Все, что тебе нужно, – это способность гитары нормально звучать и возможность постоянно брэнчать на чем-нибудь.

04

Плати за звук

Если ты покупаешь через интернет-магазин, то скорее всего выбираешь гитару просто по внешнему виду. Вместо этого отправляйся лучше в ближайшую музыкальную лавку и убедись, что у твоей будущей игрушки каждая струнка издает ровный звук. Купи дешевый инструмент, но не пожалей денег, чтобы тебе настроили гитару. Лично я отдаю предпочтение скромным дизайнам. Да и ты, если честно, будешь выглядеть нелепо, если выйдешь с крутой моделью Gibson Flying V и ничего не сумеешь показать.





05

Добавь эффекты

Просто играть через усилитель может надоест. Вот когда могут пригодиться педали для бас-гитар — они позволяют расширить возможность звука и делают твоё скромное творчество интереснее. С педалями ты можешь достичь любого эффекта: овердрайв, дисторшн, дилей, хорус, фленжер — все самое сумасшедшее, что только пожелаешь. Сгоняй в магазин, там на месте уже все попробуешь и выберешь что-нибудь для себя.

06

Приготовься кровоточить

Самая распространенная травма гитаристов всего мира — кровоточащие пальцы. У меня есть рана на пальце, который держит медиатор, и каждые гастроли она напоминает о себе, да так, что гитара покрывается кровью. У меня нет какого-то решения этой проблемы, когда много и мощно играешь. Струны — это вообще смертельная штука. Они очень туго натянуты и сделаны из острого металла. Пару раз я попал большим пальцем по ним, пока менял струны. Ощущения не из приятных.

07

Не выпендривайся

Может быть, стоит пройти через пару домашних выступлений, прежде чем демонстрировать жесты профессионала? Я пробовал перебрасывать гитару вокруг тела, но все закончилось тем, что она летела в сторону потолка. И играть зубами, как это делает Джимми Хендрикс, — сомнительное развлечение, и мои зубы — тому доказательство.

08

Играй в игры

Часы тренировок в игре Guitar Hero определенно скажутся положительно на твоей координации и работе рук, что отразится на реальном музыкальном инструменте. Но лично я просто ужасен в этой игре. И это расстраивает меня, потому что я могу сыграть куда лучше, чем на этом дешевом пластиковом аналоге.

ЭТО БУДЕТ СИЛЬНО

Перебирай пальцами

Пауэр-аккорды состоят из двух или трех нот, которые имеют специфическое рок-звучание. Вот почему их выделяют в отдельную группу.

Повторяй за старшими

Этих двух пауэр-аккордов достаточно, чтобы повторить гаражный рок-сингл The Kinks — You Really Got Me. Рифф (совокупность нот) выглядит так: 1-2-2-1-2. Наглядно это представлено слева.

Зажигай по полной

А теперь возьми в руки гитару, поставь громкость на максимум, сними штаны и отрывайся, как настоящий рокер.



Вариант 2: Тайное влечение

Среди наших читателей найдутся и те, которым предыдущая пара страниц покажется детским учебником по музыке. Если ты втайне ото всех обладаешь слухом в сумме с музыкальным талантом, тогда, во-первых, не прячь это комбо, а во-вторых, попробуй счастья в отборе Red Bull Music Academy 2015.



ЕДВА ЛИ НЕ КАЖДЫЙ ЖИЛЕЦ ДОМА ВРЕМЯ ОТ ВРЕМЕНИ РАЗВОРАЧИВАЕТ ОКНО НА ВСЬ ЭКРАН



ГОВОРЯТ, СРЕДИ ЭТИХ КНОПОК ЕСТЬ ОДНА ЯДЕРНАЯ И ТРИ СОТНИ БУТАФОРСКИХ



НАСТОЯЩИЙ МУЗЫКАНТ МОЖЕТ ПРОПИТЬ СТОЛ, СТУЛ И ВСЮ ПРОЧУЮ МЕБЕЛЬ. НО ГИТАРУ НЕ БРОСИТ

Что это такое? Red Bull Music Academy – это мировая серия мастер-классов и семинаров по музыке, в которой участвуют как юные таланты, так и профессионалы в области звука. Все началось в 1998 году. Идея проекта – дать возможность вокалистам, диджеям, музыкантам собраться в одном месте и в течение двух недель выжать друг из друга по полной. Программа и правда сложная: мало того, что каждый день студентам нужно посещать лекции, так вечерами важно еще и ходить на все вечеринки, чтобы играть в лучших клубах города, отдыхать и общаться. Лагерь для музыкантов уже был в Берлине, Кейптауне, Мельбурне, Торонто, а в этом году прошел в Токио с 12 октября по 14 ноября.

Как это было? Мы специально отправились в японский офис Red Bull, чтобы подсмотреть, как создается современная музыка. Что тут сказать – организаторы и правда постарались. В токийском районе Сибуя на четырех этажах было организовано пространство Академии. Восемь дизайнерских студий были открыты круглые сутки для творчества и коллабораций, лекторный зал дважды в день был занят каким-нибудь культовым современным деятелем, например британским исполнителем тек-хауза Полом Вулфордом, а столовая, оформленная, как и все вокруг, в эко-стиле, трижды в день была рада безлимитно кормить всех, кто зашел в резиденцию.

Кого берут? Почти за год до старта проекта из 6000 заявок отбирают две группы по 30 участников со всего мира. В этом году участвовали 22 страны, включая Россию, которую представляла Катя Шилоносова, известная по ревушей гитарами группе Gliintshake. Ей удалось попасть в тот счастливый один процент прошедших жесткий отбор. Правда, на токийской RBMA она представляла свой сольный проект – HYPERLINK «<https://soundcloud.com/apr-music/sets/nv-pink-jungle-ep>» NV. Но чтобы попасть, мало одного желания. Нужно заполнить внушительного размера анкету, приложить к ней диск со своим творчеством и долго и мучительно ждать. Но поверь, если тебе суждено сводить треки и ночевать в студии в обнимку с гитарой или барабанами, то тебя точно заметят.

Сколько стоит? Бесплатно. Red Bull платит за все твое пребывание в Академии.

Заявку на участие можно скачать в январе на официальном сайте Академии www.redbullmusicacademy.com



ЗАЧЕМ КАТЯ ШИЛОНОСОВА ПОЕХАЛА В ТОКИО?

«Зачем мне поездка в самый интересный город мира, встреча с крутыми музыкантами и вечеринки, и все за чужой счет? Ха-ха! На самом деле я очень-очень люблю японскую поп-музыку, особенно 80-х, и вообще я адский фанат Японии. Раз RBMA едет в Токио, то наверняка не обойдется без кого-то из моих любимых музыкантов или продюсеров. Это культовые чуваки, вокруг которых в 80-х разворачивалась очень интересная музыкальная тусовка, повлиявшая на музыку других континентов. Один лейбл YEN чего стоит!»



ЛЕНИН-
ГРАДСКИЙ
РОК-КЛУБ
ВЫПУСТИЛ
НЕМАЛО
ЗВЕЗД. ТЕБЯ
ТОЖЕ ВЫ-
ПУСТЯТ.
ЧЕРЕЗ ЧАС

Вариант 3: Притворяйся, что умеешь

Три блатных аккорда так тебе и не дались, а в караоке тебя давно не пускает охрана? Не беда. Можно на целый час почувствовать себя рок-звездой, даже если не отличаешь нотную грамоту от почетной.

Квест «Студия звукозаписи», организованный нашумевшим стартапом «Клаустрофобия», – это как раз тот случай, когда достаточно притворяться, что знаешь зачем нужен медиатор. Цель группы людей максимум из четырех человек – выбраться из звукозаписывающей студии. Причем не ко второму пришествию Джона Леннона, а буквально через час. К счастью, в первую очередь нужно использовать не вокальные, а логические навыки.

Рассказывать все подробности не будем, это же как детективный рассказ – только испортим будущие впечатления. Но квест действительно не самый легкий. Группа, проходившая его после нас, так и не выбралась из замкнутого пространства. Возможно, кстати, что они все еще там. Короче говоря, суть квеста состоит в том, чтобы, оказавшись в малопривычной для себя обстановке и в полнейшей изоляции от внешнего мира (в том числе и от подсказок в интернете) записать собственный суперхит. Например, редакторам ФНМ, не державшим в руках ни скрипку, ни гитару, ни скрипичный ключ, удалось это сделать за 58 минут 54 секунды – короче, едва успели. Организаторы, кстати, предлагают не только почувствовать себя рок-звездой, но и очутиться в психиатрической больнице, тюрьме, на заброшенной фабрике или в средневековом замке. Бери с собой тех, на кого можно положиться в трудную минуту, и отправляйся в погоню за своей первой музыкальной премией.

Сеанс игры стоит от 1800 руб. в Санкт-Петербурге и от 2000 руб. в Москве. Расписание квестов ищи на официальном сайте «Клаустрофобии» – www.phobia.ru



ВСЕ О КРУГОВОРОТЕ БЕЛКОВ, ЖИРОВ И УГЛЕВОДОВ

ТЕЛОСТРОИТЕЛЬ

ПОПРАВЬ ЕГО

31

ЛАЙФХАК

В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ

Мы не знаем, как дожить до ста
пятидесяти лет молодым и здоровым,
но мы можем хотя бы попытаться

Текст: Мэтт Хьюси

01

Работай с растениями

Окружив себя лиственными друзьями на рабочем месте, ты повысишь свой творческий потенциал, считают исследователи из Техасского университета. Даже кактус на рабочем столе может в корне изменить твоё мировосприятие.

02

Проверь подушку

Сложи подушку пополам и положи сверху книгу. Если подушка распрямляется и катапультирует источник знаний, то она в порядке, если нет, то это изнеженная вялая дрянь и может нанести твоей шее непоправимый урон.

03

В руки мне ноги

Растяжка – такая же важная часть тренировки, как жим тяжестей, а заниматься ею нужно и до, и после тренировки. «Растяжку перед тренировкой лучше всего делать в динамике. Это разогревает мышцы, увеличивает диапазон движения и поможет избежать травм», – объясняет персональный тренер Скотт Лэйдлер. Для начала отлично подойдут высокие колени и выпады. После занятий переходи к статическому растяжению, где ты держишь позу в течение 30 секунд. «Эта форма растяжки поможет уменьшить боль и дискомфорт после тренировки и повысит гибкость», – говорит Лэйдлер.

04

Пей до дна

Даже 2%-ная потеря уровня жидкости в твоём организме может привести к обезвоживанию и связанным с ним симптомам (вялость и ухудшение кратковременной памяти). Блюда гидратацию.



05

Притворись больным

Не говори своему боссу, что это мы тебя подучили, но иногда твоему организму, изможденному рабочим стрессом, просто необходим день передышки для нормального сна или валяния на диване. Любой ученый скажет тебе, что от этого ты будешь только здоровее.

06

Мигни, если слышишь...

Да и вообще почаще мигай. Глаза человека предназначены для мигания около 18 раз в минуту, но исследования показывают, что люди повадились мигать раза в два реже и постоянно пялятся в свои электронные устройства. В результате сухость, уставшие зрачки, зуд в глазах. Следуй правилу 20-20-20 оптометриста Сары Фаррант: «После того как 20 минут смотришь в экран, сделай паузу на 20 секунд и посмотри вдаль на 6 метров».

07 По зубам

По данным национального исследования, проведенного Американской академией косметической стоматологии, 74% взрослых считают, что некрасивая улыбка может уменьшить шансы человека на карьерный успех. Так что заряжай как следует свою электрическую зубную щетку, доставай нить и отбеливайся от души.



08

Секса много не бывает

На случай, если тебе вообще нужна причина, чтобы заниматься этим делом чаще, слушай: исследователи университета Пенсильвании обнаружили, что студенты, которые занимались сексом один или два раза в неделю, имели более высокий уровень антител, борющихся с микробами и вирусами, по сравнению со студентами, которые имели половые контакты реже. Так что давай, за здоровье!

09

Приложись

Ряд исследований, в том числе это, проведенное Стэнфордской школой медицины, показали, что люди, которые отслеживают состояние своего здоровья, гораздо реже попадают в больницу. Есть тысячи приложений, которые утверждают, что помогут тебе стать здоровее, но My Fitness Pal (бесплатно по iOS и Android) является наиболее полезным мотиватором. Просто введи данные о своем питании, расписание тренировок и свои цели в приложение, а потом следи за прогрессом.



10

Свеча горела

Зажигая свечу с запахом жасмина всего на одну минуту перед сном, ты улучшаешь качество своего сна. Это обнаружили ученые из Иезуитского университета Уилинга. Так что поджигай.

11

Только тронь себя

Стой-стой. Вот ты наверняка не так нас понял. Овладение искусством самомассажа может помочь тебе снизить жесткость и боли (не говоря уже об экономии денег). Напряжение имеет тенденцию концентрироваться в твоих плечах, особенно если ты, как мы, стучишь по клавиатуре целыми днями. «Поглаживай и слегка разминай мышцы, чтобы разогреть область. Затем надавливай жестче, чтобы проработать мышечные узлы, — советует Джейд Роулэнд из Mandara Spa в лондонском Park Plaza Westminster Bridge Hotel. — Для того чтобы размять плечи и спину, тяни руку поперек груди, к противоположному плечу, это поможет ослабить мышцы вокруг плеча и улучшить подвижность».

12

Добавь цвета

Загорелая кожа выглядит здоровее, красивее и ухоженнее бледного собрата. А ты думал культуристы зря мажутся автозагаром перед выступлениями? Только не переусердствуй, а то будешь похож не на культуриста, а на стилиста.



ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК

НЕКОТОРЫЕ «ЛАЙФХАКИ» НЕ ПРИНЕСУТ ОСОБОЙ ПОЛЬЗЫ ИЛИ НИЧЕГО, КРОМЕ ВРЕДА. ВОТ ОНИ.

Лечебное голодание

Когда ты не ешь, в твоём теле включается режим голодания, что ведёт к разрушению мышц, максимальному сохранению жира и сбоям метаболизма. Не прекращай есть, а лучше просто питайся полезно.

Беги помаленьку

Медленный спокойный бег для похудения рано или поздно приведёт тебя в форму, но чтобы привести себя в форму в ближайшем будущем, лучше совмещай бег с высокой и низкой интенсивностью.

Слава воздержанию

Воздержание от секса ради спортивных успехов? Бред. Секс на самом деле увеличивает уровень тестостерона и идеально подходит для спортсменов.

Детокс-диета

Твое тело — это детоксикационная машина: твои печень, почки и поджелудочная железа для этого и предназначены. Не пить ничего, кроме сока, в течение трех дней — это бесполезная дурь.

13

Как скраб на галерах

Еще до появления глянцевого журнала женщины знали все о полезных свойствах пилинга. Отшелушивание мертвой кожи с помощью специальной щетки или перчатки откроет твои поры и сделает твою кожу здоровее.

14

Рок-н-ролл

Да, фоам-роллеры выглядят глупо, но это один из лучших (но удивительно болезненных) способов снять напряжение с мышц. «После удлинения мышцы с помощью раскатывания найди болевой центр и удерживай давление на этом месте от 10 до 50 секунд, — объясняет Джесс Шуринг. — Фоам-роллеры особенно хорошо работают на больших мышечных группах — таких, как квадрицепсы».

15

И снова о зондах

Прежде чем ты начнешь высмеивать саму идею «прочистки труб», хотим рассказать тебе, что колоноскопия может помочь снижению веса и улучшит иммунную систему, а еще значительно уменьшит твои шансы на рак толстой кишки. «Эта процедура представляет из себя наполнение теплой водой толстой кишки с помощью специальной одноразовой трубки», — объясняет Эстер Филдграс, основатель и директор EF Medispa в Кенсингтоне. Вода вытесняет из организма переработанные частицы, которые могли по причине стресса, плохого питания, недостаточной спортивной нагрузки задержаться в нем. «Такая терапия помогает повысить иммунитет, улучшить баланс хороших/плохих бактерий в кишечнике, и способствует увеличению питательных веществ в организме».

16

Руки мыли?

Ты удивишься, но далеко не каждый человек моет руки даже после довольно грязных дел. Таким образом, каждый раз, когда ты касаешься дверной ручки, денег или человеческих рук, ты потенциально вступаешь в контакт с вредными, болезнетворными микробами. Если ты хочешь снизить количество больничных дней в году, чаще используй мыло и антисептические средства для рук.



17

Дела сердечные

«Использование пульсометра может помочь тебе тренироваться с большей пользой, отображая картину твоей сердечной деятельности», — объясняет физиотерапевт Люк Коупланд. Следить за своим ритмом можно с помощью различных пульсометров. Есть даже такие, как Jabra — наушники с датчиком пульса.

18

Айс-бакет

Стояние под струей холодной воды доставляет в твой мозг гормоны хорошего самочувствия. Айс-бакет-челлендж для начала неплох, но постепенно обливание нужно уделять больше времени — хотя бы минуту.

Обезжирься-обезлактозья

Не валяй дурака. Если у тебя нет непереносимости лактозы или тяжелых болезней со специальным режимом, то ты вполне можешь переварить нормальную пищу.

Качай пресс — убирай пузо

Ну вообще да, но только не эти изнурительные наклоны и сгибы. Лучше приседай с весом, так ты быстрее откроешь миру скрытые под жиром мышцы.

Полощи рот

Жидкость для полоскания рта помогает в борьбе с болезнями десен, но некоторые содержат спирт, который может привести к неприятному запаху изо рта. Так что, чтобы зубы были здоровыми, просто чисти их два раза в день.

При гриппе надо хорошенько пропотеть

Активные физические нагрузки во время болезни только больше ослабят твою иммунную систему. Лучше полежи и все пройдет.

Замороженное здоровье

В продаже есть множество низкокалорийных замороженных блюд, но в действительности в них высокое содержание солей и странные консерванты. Держись от них подальше.

19

С утра пораньше

Ученые из университета Нового Южного Уэльса обнаружили, что физические упражнения по утрам до завтрака – это лучшее время для потери веса, так как после упражнений твой организм будет активнее сжигать калории. Даже пятиминутная зарядка очень скоро даст положительный результат.



20 Наши пальчики устали

Плохие новости: набор эсэмэсок в телефоне снижает продолжительность твоей жизни. Недавнее исследование показало связь между позой строчащего в телефоне человека и болезнями позвоночника, тесно связанными с болезнью легких и сердечно-сосудистыми проблемами. Так что сделай себе одолжение и перестань чатиться.

21 Истина посередине

Исследователи из Корнеллского университета обнаружили, что ты в 2,7 раза более вероятно будешь потреблять в пищу здоровую еду, если она будет находиться на средней полке в холодильнике. Пути мысли неисповедимы.

22 Ну-ка запевай

Это не совпадение, что Япония официально самая здоровая страна на планете и одновременно – родина благородного искусства караоке. Профессор Такеши Танигава из Высшей школы медицины Эхимэ говорит, что, регулярно посещая местный караоке-бар, ты сильно поправишь свое здоровье. «При пении ты глубоко дышишь, что хорошо для нервной системы. А аллодисменты, которые ты получаешь после исполнения песен, – это отличный бонус к настроению».

23 Смех да и только

Оказывается, есть доля правды в поговорке, что смех – лучшее лекарство. Когда мы смеемся, мы растягиваем мышцы лица и тела, наш пульс и кровяное давление повышаются, и мы дышим быстрее, посылая больше кислорода тканям – в общем-то так же, как и на тренировках. «Последствия смеха и физических нагрузок очень похожи», – говорит Стив Уилсон, психолог и смехотерапевт (да, это реальное слово, мы не выдумали). Так что включай канал ТНТ и прокачивайся по полной, только делай перерывы на «Дом-2», а то будет адская крепатура.

24 Работай руками

Хочешь поднимать веса потяжелее? Тогда работай не только над бицепсами, но и над предплечьем, кистью, запястьем и пальцами. Персональный тренер Марк Хобан предлагает три упражнения, которые тебе помогут: «Во-первых, постарайся провисеть как можно дольше на турнике, во-вторых, – делай статические упражнения со штангой, держа ее на вытянутых по бокам руках и, наконец, сожми теннисный мяч как можно больше раз».

25

Солнечный удар

Воздействие солнечного света является естественным источником витамина D – но мы живем в России, так что не ленись и пей пилюли с этим витамином, чтобы снизить риск преждевременной смерти на целых 7%.



26

Молодо-зелено

Ставь чайник. Практически безкалорийный зеленый чай наполнит тебя теанином – аминокислотой, которая сокращает уровень веществ, вызывающих в мозгу беспокойство и стресс, и сделает тебя спокойнее. А также в зеленом чае много кофеина, который в сочетании с теанином улучшает работу мозга.



27

Встать, я сказал

Во времена наших предков не было такого понятия, как работа, которая не предусматривает вставание. Теперь большинство из нас приклеены к офисным стульям, что увеличивает наши шансы на высокое кровяное давление, болезни сердца и рак. Доктор Майк Лусмор, руководитель Департамента физкультурной медицины в больнице Университи-колледжа, говорит, что стояние на ногах в течение трех часов в день, пять дней в неделю в течение одного года будет эквивалентом пробежания 10 марафонов. Так что подними монитор своего компьютера, выкинь стул и работай на здоровье.

28

Не все углеводы одинаково полезны

Углеводы часто ругают, а зря, ведь среди них есть и хорошие. На самом деле они нужны тебе в качестве топлива для тренировок, а полный отказ от них может привести тебя в больницу. Исследования в университете Вермонта показали, что, когда в организме недостаточно углеводов, количество гормона, управляющего глюкозой – известного как ТЗ, – падает и ты чувствуешь слабость и заболеваешь. Так что замени рафинированный сахар, чипсы и макароны на неперсеянную муку, киноа и булгур и почувствуй всю пользу.

29

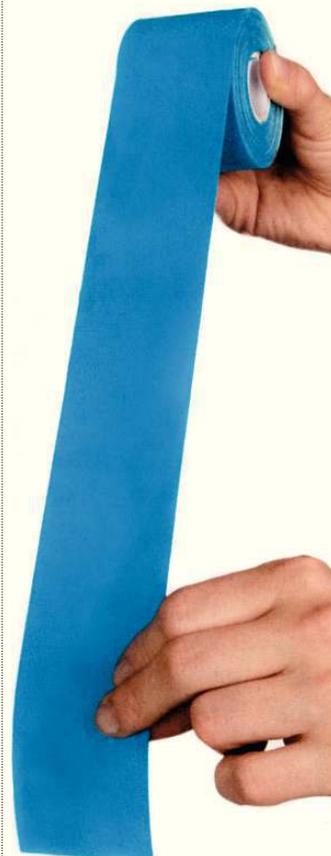
Спи, малыш

Недосыпание может быть смертельным. Оно увеличивает опасность диабета и болезней сердца, ослабляет сексуальное влечение и способствует депрессии. Доктор Нерина Рамлакхен, консультант по сну, говорит, что, если ты будешь съедать завтрак в течение 30-45 минут после подъема каждый день, это поможет тебе хорошо выспаться ночью: «Ты будешь менее зависимым от кофеина и будешь производить больше мелатонина в течение дня, так что будешь спать ночью как младенец». А чтобы уж точно спать как младенец, избавься от кофеина после 3 часов дня.

30

Работай руками

Хочешь поднимать вес потяжелее? Тогда работай не только над бицепсами, но и над предплечьем, кистью, запястьем и пальцами. Персональный тренер Марк Хобан предлагает три упражнения, которые тебе помогут: «Во-первых, постарайся провисеть как можно дольше на турнике, во-вторых, делай статические упражнения со штангой, держа ее на вытянутых по бокам руках и, наконец, сожми теннисный мяч как можно больше раз».



31

Потереби пушистика

Кошки, собаки, песчанки, хорьки, кролики, грудь твоего приятеля Валеры, хомяки – если это волосатое и ты его гладишь, то твое настроение и общее самочувствие улучшаются. Закон жизни. Прости, Валера!



ГОТОВИТЬ
ВКУСНО?
ПРОЩЕ
ПРОСТОГО!



РЕЙВЕРСКИЕ РЫБНЫЕ ТАКО

Набей свой живот лучшим топливом для рейва, известным человеку

DJ BVQ:

«Если какое блюдо и подходит идеально для пре-пати, то оно перед тобой. Эти тако невероятно хорошо идут под ледяное пиво и уберегут тебя от мясной комы, к которой ты обычно стремишься. Мясо – это наше все, конечно, но когда оно попадает в желудок, все органы начинают усердно стараться его переварить, а с рыбными тако такого не бывает. С ними у тебя, наоборот, остается много лишней

энергии, которую ты можешь использовать по своему усмотрению: на рейв, бухло, заигрывания с цыпочками или ныряние в бассейн голышом с подожженными волосами. Для хорошего тако нужна нежирная рыба – такая, которая не утомит тебя тщательным перевариванием. Ведь когда ты несешься к бассейну с горящими волосами, у тебя нет времени хорошенько прожевать свою еду».

ДЛЯ ФИРМЕННОГО ГУАКАМОЛЕ ОТ DJ BBQ СМЕШАЙ МЕЛКОПОРУБЛЕННЫЕ ПОМИДОРКИ ЧЕРРИ, АВОКАДО, КРАСНЫЙ ПЕРЕЦ, ПОЛЕЙ СОКОМ ЛАЙМА И СДОБРИ СВЕЖЕЙ ЗЕЛЕНЬЮ.



РЕЦЕПТ

Время приготовления

25 минут

Ингредиенты

- Столовая ложка гранулированного чеснока
- Столовая ложка морской соли
- Чайная ложка молотого тмина
- Чайная ложка кайенского перца
- ½ чайной ложки порошка чили
- Столовая ложка тростникового сахара
- Чайная ложка чабреца
- Чайная ложка орегано
- Филе белой рыбы (в идеале – телупии, можно минтая, трески или даже морского языка)
- Пшеничные или кукурузные лепешки (тортильи)
- 1 манго
- 1 луковица красного лука
- 1 лайм
- 1 огурец
- Пучок кинзы

01

Сначала замочи рыбу в холодной воде и отложи в сторону, а сам займись сальсой. Держись следующих пропорций: три пятых части манго, на одну пятую лука и одну пятую огурца. Мелко поруби все это, не забыв снять кожицу с огурца, добавь в миску, сбобри соком целого лайма и посыпь мелконарезанной кинзой. «Используй не только листья, но и стебли кинзы, – пахнет как DJ BBQ. – В них тонна аромата». Соль и перец, как обычно, по вкусу.



02

Затем добавь все специи и травы в миску и перемешай. Возьми рыбу (замачивать ее нужно было для того, чтобы специи лучше прилипали к филе) и промокни насухо. Теперь тщательно сбобри рыбу смесью специй.



03

Положи рыбу в смазанную маслом средней температуры сковороду. «Рыба – идеальный продукт для фастфуда: две минуты с каждой стороны и готово», – говорит DJ BBQ. Закончив с рыбой, снова залей сковороду маслом, дай нагреться и клади тортильи на 15 секунд, чтобы они успели пойти маленькими пузырьками. Бери лепешку в руку, клади в нее рыбу, сбрызни лаймом, добавь сальсы, гуакамоле и свежей кинзы и наслаждайся эпическим вкусом чистого здоровья.



СКОЛЬКО ВЛЕЗЕТ!



Я, Алексей Сальникофф, как самый упитанный фитнес-редактор в мире, всегда ратую за здоровые тело, дух, питание и юмор, а в свободное время борюсь с желанием закусить жиры углеводами. В профилактических целях я заменяю блюда DJ BBQ полезной пищей, которой, как известно, много не съешь. **Эти тако в фруктах потянут на ≈ 2 средних ананаса (больше 2,25 кг).**



ПОТОЧНАЯ ПОБЕДА

Столичные любители единоборств недаром провели увлекательный вечер 31 октября во Дворце спорта «Динамо» в Крылатском. Турнир по смешанным единоборствам «Новый поток в Москве» превзошел все ожидания.

Несмотря на то что в этот вечер на ринге в Крылатском собралась настоящая бойцовская элита, в 9 из 10 поединков с участием чемпионов мира по боевому самбо, кикбоксингу, тайскому боксу и восточным единоборствам, победу в этот вечер отпраздновала сборная России, практически положив на лопатки так называемую сборную мира.

Свидетелями этому наряду с сотнями зрителей стали почетные приглашенные гости: известный спортсмен и актер Влад Дёмин, знаменитый российский боец Сергей Харитонов, чемпион мира по боксу Евгений Макаренко, руководитель Москомспорта Алексей Воробьев и многие другие. Среди самых ярких

моментов соревнования особо стоит отметить нокауты, которые получили спортсмены из Египта и США от, соответственно, опытейшего Рамазана Рамазанова и Константина Ерохина, а также эффектную победу над румыном Себастьяном «Сыном Дракулы» Чиабану, которую занес в свой актив чемпион мира по кикбоксингу Владимир Минеев.

В общем, по мнению председателя общественной организации «Новый поток» Юрия Навражного, главную цель турнира: «Обратить внимание на подготовку молодых кадров в регионах нашей страны по силовым видам спорта и популяризировать спорт среди молодежи», можно считать выполненной.



ВЕЧЕР В КЛЕТКУ

Если дефилирование по улице в традиционном шотландском килте в нашей стране все-таки может вызвать праведный гнев некоторых идейных товарищей, то против того, чтобы комфортно провести вечер в уникальной атмосфере традиций доброй Шотландии, протестующих точно не найдется в любой возрастной или половой категории.

Оригинальные блюда из кабана, косули, редких северных рыб, национальное шотландское блюдо «Хаггис» и уникальные сорта шотландского виски, которых обширная коллекция ресторана «Шотландская клетка» насчитывает целый 101 сорт, придают заведению редкую гастрономическую самобытность.

Залы двухэтажного ресторана располагают как к проведению в них незабываемого романтического вечера, так и к отдыху в шумной компании друзей. Разнообразие проводимых в «Шотландской клетке» мероприятий и специальных акций не даст заскучать никому. Этой зимой ресторан приглашает взрослых отведать «Дикую коллекцию пельменей» из мяса оленя, изюбря, кабана, муксу-



на и нерки, лосося и щуки, а маленьких гостей на «Сказочные новогодние праздники» во время детских новогодних каникул. «Шотландская рождественская сказка» в центре Москвы, на Сретенке – теперь реальность.



Олимпийские подарки

Друзья, родственники, коллеги... на Новый год никого не хочется обделить вниманием. Специально для таких случаев, когда нужно всех порадовать и при этом совершенно нет времени на стояние в пробках во время разъездов по торговым центрам, спортивный комплекс «Олимпийский» предлагает

отличное решение: подарок без привязки к полу, возрасту или дате – подарочный сертификат. Причем в СК «Олимпийский» есть сертификаты как на популярные спортивные услуги («личный тренер по плаванию», «посещение тренажерного зала» и «плавание в выходные дни»), так и про-

сто различного денежного номинала от 1000 до 5000 рублей.

Почувствовать себя Дедом Морозом ты сможешь, зайдя на сайт olimpik.ru или позвонив по телефону (495) 786 33 33. Ну или просто загляни в кассы спортивного комплекса, если будешь поблизости.



Новое лекарство от скуки

Штурмующая топ-чарты радиостанций новая «ВИА Гра» Константина Меладзе уже успела завоевать огромную аудиторию и вынудить поклонников миллионы раз вбить заветные шесть букв в окно поиска YouTube. Победительницы шоу «Хочу V «ВИА Гру» – Миша Романова, Эрика Герцег и Анастасия Кожевникова – стали новыми солистками, обойдя тысячи соперниц из четырех стран, и успели покори́ть слушателей своими версиями любимых песен «ВИА Гра»: «Бриллианты», «Биология», «Цветок и нож», «Притяженья больше нет», «Антигейша». Эти песни, а также «Перемирие» и «У меня появился друг», хиты, с которых началась новая история легендарного коллектива, ты сможешь услышать вживую 7 декабря в «Артист-Концерт-Холл».

О ПРИЯТНОМ И ПОЛЕЗНОМ

Каток Lenovo в Саду «Эрмитаж» делает все для комфортного отдыха своих посетителей. И даже больше. Гостей катка постоянно ожидают приятные сюрпризы. Тебя порадует не только буйство красок в стиле ярнбомбинг, когда атрибуты катка оденутся в яркие вязаные футляры,

но и возможность прямо на льду стать счастливым обладателем модных призов, приняв участие в розыгрыше от спонсора катка. И, конечно, не забывая даже на крутых виражах оставаться онлайн с новым Wi-Fi от Lenovo. Спорт не спорт, без трансляции в Instagram.



ЛИДЕР В СВОЕЙ ГРУППЕ

Наверное, мечта каждого молодого парня – гонять по ночной Москве на купе S-Класса марки Mercedes-Benz. Тебе достаточно просто подъехать на этой машине в пункт назначения. Все остальное хороший автомобиль сделает за тебя: и поднимет статус в глазах

друзей, и привлечет внимание симпатичных девчонок, не говоря уже о том, каким авторитетом ты будешь пользоваться на дороге с битурбированным агрегатом V8 с рабочим объемом 4663 см³ и с 455 л. с. (купе S 500). К принципиальным новинкам также относит-

ся система MAGIC BODY CONTROL – это первая в мире система подвески, которая умеет «видеть». Наряду с этим в машине установлены Active Body Control (ABC), система сканирования дорожной поверхности ROAD SURFACE SCAN и новая функция наклона кузова

в поворотах – с ее помощью купе при прохождении поворота «прилегает» на бок, подобно мотоциклисту или лыжнику. Этот автомобиль, как ты понимаешь, можно описывать бесконечно, но вместо чтения лучше садись за руль и сам прочувствуй всю мощь новой «эски».

Богатый внутренний мир

Даже самый брутальный владелец внедорожника хочет иметь капелюшку роскоши внутри своего автомобиля. Вот в KIA и представили модель Sorento третьего поколения, интерьер которой вполне соответствует премиум-классу. Современная приборная панель, качественные мягкие материалы, ряд новых борто-

вых технологий – популярный кроссовер стал еще комфортнее в эксплуатации. Оно и понятно: дизайном занимались во Франкфурте, заимствовав пару идей у соседей – швейцарцев с их люкс-часами. Салон нового автомобиля отличают мягкие обводы, в нем стало еще больше приятных на ощупь материалов

и кожаных элементов, а также появился новый пользовательский интерфейс (HMI) – большой информационно-развлекательный экран находится в центре приборной панели. Премьера модели на европейском рынке состоялась 2 октября на Парижском автосалоне-2014.



ВСЕ И СРАЗУ

Стоя у прилавков с зубной пастой, тебе часто приходится выбирать между отсутствием кариеса и белоснежной улыбкой, ведь по какой-то неведомой причине производителя средств гигиены для полости рта делят наши потребности по разным тюбикам. Благо Blend-a-Med Pro-Expert ВСЕ В ОДНОМ идет по другому пути. В новой формуле собраны сразу три активных компонента: фторид, олово

и страшное слово гексаметафосфат, что на самом деле лишь особые растворяющиеся микрогранулы. Работая в комплексе, все составляющие предотвращают кариес, проблемы с деснами и эрозию эмали, борются с бактериями, зубным камнем и темным налетом, снижают чувствительность и обеспечивают свежесть дыхания – короче, целиком и полностью отвечают за твои здоровые зубы.

Подарок чужими руками

Очередная рамка для фото или странный парфюм, положенные под елку в виде подарка, скорее всего будут пылиться годами, толком не обрадовав человека. Другое дело – какая-нибудь мощная Spa-программа, которая положительно повлияет на самочувствие приятеля. Как? Во-первых, руки симпатичной массажистки родом из Таиланда или Бали запомнятся ему надолго. А во-вторых, после трехчасового сеанса сил и энергии будет как после двухнедельных каникул. Вот почему почти 12 лет компания «7 Красок» радует своих клиентов возможностью приобретения подарочного сертификата. Кстати, до 14 января на них действует новогодняя скидка до 28%. И это не все. Салон также предлагает online-заказ и персональную доставку, так что даже ехать туда не придется.



РАСТУЩИЙ КУРС

Нам не страшен ни доллар, ни евро! Мы нашли новогодние подарки на любой вкус и за любые деньги. Сам решай, как далеко ты можешь забраться по этому графику, или попытайся выиграть все эти вещи. Как? Узнай на fhn.ru

490 руб.

ПИТЬЕВАЯ ПАУЗА

Пусть чашка и не большой знак внимания, зато человек всегда будет вспоминать о тебе во время чаепития. Подари что-нибудь из новой коллекции Starbucks милой соседке по офису, и она будет чаще угощать тебя сладостями тяжелыми рабочими буднями.

Что это: Чашка Starbucks

Где купить:

starbuckscoffee.ru



1000 руб.

НЕМНОГО ВНИМАНИЯ

В хозяйстве всегда пригодится гель для бритья и мыло, поэтому, когда бюджет совсем ограничен, а никаких идей для подарка нет – ставь на готовые наборы. Этот, например, включает три продукта и косметичку. С такими миниатюрами запросто можно отправить в путешествие, не сдавая багаж. Вот и пожелай заодно увидеть в новом году как можно больше стран.

Что это: Набор-знакомство L'Occitane

Где купить: loccitane.ru



590 руб.

ПОДАРОЧНАЯ КОРОБКА

Портативная акустическая система от Perfeo подходит на тот случай, когда подарок должен выглядеть прилично, а стоить немного. С помощью Bluetooth она передает музыку с телефона или планшета и делает это в течение 5 часов без подзарядки.

Что это: Perfeo i80

Где купить: perfeo.ru



1890 руб.

В СОХРАННОСТИ

Кошелек – это всегда хорошая идея для подарка. В-первых, его можно вручить со словами: пусть у тебя будет много денег. А во-вторых, не нужно знать размер – купюры-то у всех одинаковые.

Что это: Burton Wallet

Где купить: b-shop.ru



1790 руб.

ВНЕШНЯЯ ОБОЛОЧКА

Смартфоны в условиях городского ритма жизни порой просто не справляются со всей ответственностью, которая на них накладывается. То об асфальт ударятся, то в сумке о ключи поцарапаются, то под дождем промокнут. Без хорошего чехла активному пользователю нужно менять стекло раз в полгода точно. Поэтому своему самому энергичному приятелю смело дари чехол Thule. Он предотвращает повреждения при падении с высоты до двух метров и не перекрывает доступ к кнопкам.

Что это: Thule Atmos X3

Где купить: thule.com



2590 руб.

СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ

Сейчас все моднее и моднее становится следить за своим здоровьем. В мировой культурной столице – Нью-Йорке – и вовсе скоро веганские и органические рестораны вытеснят пивные и бургерные. Трекер активности – подарок в духе этой тенденции. Главное, убедись, что такой презент не будет выглядеть, как намек, что человеку пора бы отправиться в спортивный зал.

Что это: Jawbone UP MOVE

Где купить: re-store.ru



2060 руб.

ПОЛЛИТРОВКА

Фляжка с принтом-картой и отделкой из искусственной кожи спасет самого искушенного путешественника в минуты жажды. И вовсе необязательно заправлять ее алкоголем.

Что это: Wild and Wolf Фляжка 500 мл Travel Range

Где купить: pichshop.ru



2799 руб.

ЕЩЕ ОДНА ПАРТИЯ

Новой игрушке для консоли Xbox будет рад любой, у кого эта консоль, собственно, есть. Конкретно эта легендарная серия вышла с полностью переработанной графикой в полном составе. Все четыре игры объединены в одну сагу, так что можно пройти стопами Мастера Чифа с самых первых дней его боевой карьеры и до конца.

Что это: Halo: The Master Chief Collection

Где купить: xbox.com

Бюджет: до 3000

Кому дарить: хорошему коллеге, который выручал тебя с отчетами и скрывал твои опоздания; девушке, с которой вы встречаетесь не больше трех недель; приятелю, с которым видитеесь только по праздникам.

2800 руб.

БЛИЗКОЕ ОКРУЖЕНИЕ

Открытая пряжка лично нам больше нравится: лучше следовать философии минимализма, чем переборщить с аксессуарами. Хорошие варианты можно найти у Lee. И отдавай предпочтение темно-синим или коричневым вариантам – черные-то у всех уже есть.

Что это: Кожаный ремень Lee

Где купить: ozon.ru



2990 руб.

ВСЕГДА ПОД РУКОЙ

Самому отвязному геймеру-программисту отдела понравится новая компьютерная мышь, даже если она у него десятая. Если ты играешь, то знаешь, как быстро они убиваются. Но этой должно хватить надолго – мышь можно детально настроить под себя, изменив вес и баланс с помощью 3,6-граммовых грузов, а ее сенсор отслеживает движение со скоростью до 300 дюймов в секунду.

Что это: Logitech G502 Proteus Core

Где купить: logitech.com

Бюджет: до 10 000

Кому дарить: другу, который не раз спасал, когда садился аккумулятор у машины; брату, над которым издевался в детстве; девушке, которой хочешь намекнуть, что реально неравнодушен к ней

3090 руб. **ПОДРОВНЯТЬ КОНЧИКИ**

Холодными и суровыми русскими зимами растительность на лице придает хоть немного дополнительного тепла. Но это не исключает ухода за лицом. Вакуумный триммер для бороды и усов от Remington аккуратно стрижет, легко моется, имеет контейнер для сборки волос. В качестве подарка подходит всем, чья работа не запрещает приходить небритым.

Что это: Remington MB6550
Где купить: ru.remington-europe.com



3600 руб. **СПРЯТАНО ВНУТРИ**

Универсальный подарок, который не зависит от возраста, пола и места жительства, – это определенно жесткий диск. Ради шутки можно даже записать на него что-нибудь неприличное, если, конечно, ты собираешься вручить его приятелю, а не родителям.

Что это: ADATA HV611 External HDD, 500 GB
Где купить: ru.adata.com



4400 руб. **БЮДЖЕТНЫЙ АНАЛОГ**

Если ты пока не готов дарить не только своим близким, но и себе Omega, Panerai и Patek Philippe, то это не повод вообще не дарить часы. Для таких случаев и был создан Swatch. Фирма швейцарская, а цены вполне себе дружелюбные. Да и с оберткой заморачиваться не нужно – к Новому году компания предлагает модель, которая не просто нарядно упакована, но имеет уникальное число – от 1 до 14 999.

Что это: Swatch 2014 Season Special Holiday Twist
Где купить: swatch.com/ru_ru/



4490 руб.

СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ

К параду походов по родственникам своей девушки и себя самого тоже нужно подготовиться. Беспроигрышный вариант – метеостанция, которая с виду напоминает простые настольные часы с FM-радио. Они идентифицируют диапазон температуры снаружи помещения от -40 °C до +60 °C и внутри от -5 °C до +50 °C, хотя мы все же надеемся, что до крайностей доходить не придется.

Что это: Oregon Scientific RRM222P
Где купить: dom4home.ru



5330 руб.

СОБРАТЬСЯ НА ОГОНЕК

Оптимальный вариант для подарка, когда человек тебе не очень знаком, но преподнести нужно что-то солидное, – это свеча. Нет, не та, что ты купил за сто рублей, когда у тебя отключили свет, а полноценный аромат для дома. У Diptyque есть целая линейка запахов. Очень хорош, например, аромат сандала. Его хватит часов на 60 горения точно.

Что это: Свеча Diptyque Santal
Где купить: molecule.su

5877 руб.
ДРАГМЕТАЛЛ

Первые двусторонние, или безопасные, бритвы были изготовлены в 1901 году компанией Gillette. И кто знает, может быть, их уже тогда вручали по праздникам богатые денди друг другу. Предлагаем тебе последовать их примеру и вручить кому-нибудь бритву, изготовленную вручную в немецком городе Золингене по заказу The Art of Shaving. И торопись – мы видели скидку на эту модель.

Что это: Безопасная бритва с утяжеленной рукояткой
Где купить: theartofshaving.ru



5990 руб.
ДЛЯ САМЫХ МАЛЕНЬКИХ

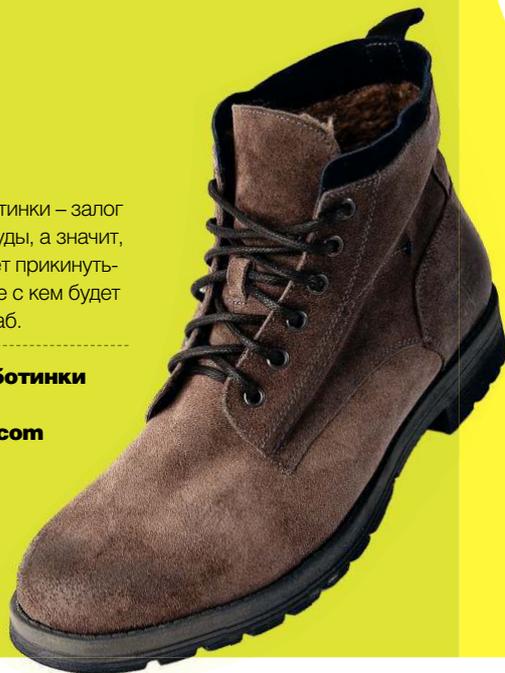
Младшей сестре или племяннику, жаждущей иметь помимо ноутбука и смартфона еще и планшет, можно положить под елку Wexler Tab 8iQ. Он не уступает всем дорогим вариантам по своему функционалу, но не требует пристального внимания взрослых. В конце концов, если активный маленький родственник разобьет 8-дюймовый экран, будет не так затратно купить новый.

Что это: Wexler Tab 8iQ 8Gb
Где купить: wexler.ru

6990 руб.
ШАГОМ МАРШ

Качественные зимние ботинки – залог зимы без гриппа и простуды, а значит, твой друг точно не сможет прикинуться больным, когда тебе не с кем будет пойти на концерт или в паб.

Что это: Замшевые ботинки ALBA с мехом
Где купить: the-alba.com

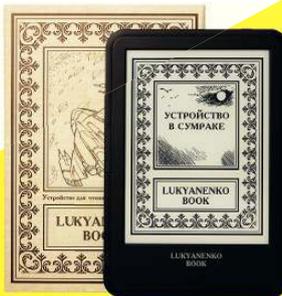


8 990 руб.

СЧИТЫВАЮЩЕЕ УСТРОЙСТВО

Дарить книгу – это прошлый век. В эру цифровых революций принято дарить сразу штук триста. Не пугайся, на себе все это нести не придется. Достаточно залить в электронный ридер сразу целую библиотеку. Фанатам уже забытого «Ночного дозора» и всего последующего творчества Сергея Лукьяненко понравится ONYX Lukyanenko Book, 6-дюймовая новинка с разрешением 758 на 1024 пикселя и функцией плавно регулируемой подсветки MOON Light.

Что это: ONYX Lukyanenko Book
Где купить: onux-boox.ru



10 868 руб.

ПОКАЗАТЕЛЬ ПРОБЕГА

Твоя девушка решила серьезно заняться бегом и каждый вечер наматывает круги вокруг дома? Подари ей серьезные спортивные часы, чтобы стимул быть похожей на ангела Victoria's Secret был еще больше.

Что это: Garmin Forerunner 15
Где купить: garmin.ru

Бюджет не ограничен

Кому дарить: соседу по квартире, с которым вы вместе делите роскошную, трешку в центре Москвы уже долгие годы; девушке, которую ты называешь «своей девушкой»; близким родственникам, редкие встречи с которыми не раздражают тебя.

12 990 руб.

САМ СЕБЯ

Обычное общение по телефону или эсэмэсками – прошлый век. Люди хотят видеть друг друга в реальном времени, вот почему уже популярен не только Skype, но и множество аналогичных программ. Новый Lumia 735 с мощной фронтальной камерой в 5 Мпикс и поддержкой LTE сделан специально для общения. Широкоугольная камера может захватить в кадре больше друзей и близких, так что ее можно использовать и для группового селфи, который, к слову, становится еще популярнее, чем эгоистичный снимок одного себя.

Что это: Nokia Lumia 735
Где купить: microsoft.com

от 12 900 руб.

ИЗДЕРЖКИ ПРОФЕССИИ

Чумовой программист больше всего на свете рад дополнительной памяти на компьютере. Вот и порадуй его твердотельным накопителем с высокой производительностью и устойчивой скоростью работы для использования в приложениях с графическими операциями большого объема.

Что это: SanDisk Extreme Pro 480 Gb
Где купить: citilink.ru



12 990 руб.

СГЛАЖЕННЫЙ РЕЛЬЕФ

Это не просто замена привычной безопасной бритвы. Это целая браздобрейская установка, которая может гладко выбрать благодаря технологии повторения контуров лица Contour detect и системы двоянных лезвий Super Lift&Cut и сделать это как по сухой, так и по влажной коже. Заряда хватает аж до 10 сеансов. В общем, мы советуем не дарить ее никому, а заказать себе.

Что это: Бритва Philips серии 9000
Где купить: philips.ru



13 190 руб.

ДВА КАРТА

К классической раскраске любого гаджета помимо белого и черного цвета в последнее время добавился золотой. И ты сам знаешь, с выходом какого устройства это связано. Так что и наушники должны быть под стать смартфону и золотым шарам на елку. А любой модели от Beats будет рад любой меломан.

Что это: Beats Studio In Champagne
Где купить: restore.ru



13 890 руб.

УСТОЙЧИВОСТЬ К ХОЛОДУ

Какая зима без сноуборда, сноускейта или лыж? Вот только дарить доску другому – дело довольно трудное. Тут важно угадать и с расцветкой, и с размером. А вот классную куртку можно выбрать, взглянув на эту страницу. Как ты понял, самые высокотехнологичные материалы в сумме с модным фасоном можно найти у Quiksilver.

Что это: Quiksilver 10k Jkt
Где купить: quiksilver.ru



БЕСПРЕДЕЛЬНЫЕ
ВОЗМОЖНОСТИ



от 14 950 руб.

БОГАТОЕ ПРИДАНОЕ

Прошли времена, когда костюм состоял из десятка предметов. Сейчас в современные корпорации на собеседование можно прийти, надев лишь верх, и вид уже будет деловым и серьезным. Хорошие варианты предлагает The Windsor Knot – консультанты помогут подобрать размер, даже если ты помнишь только рост своего старшего брата.

Что это: Пиджак в клетку «Принц Уэльский» от The Windsor Knot
Где купить: twkstore.com

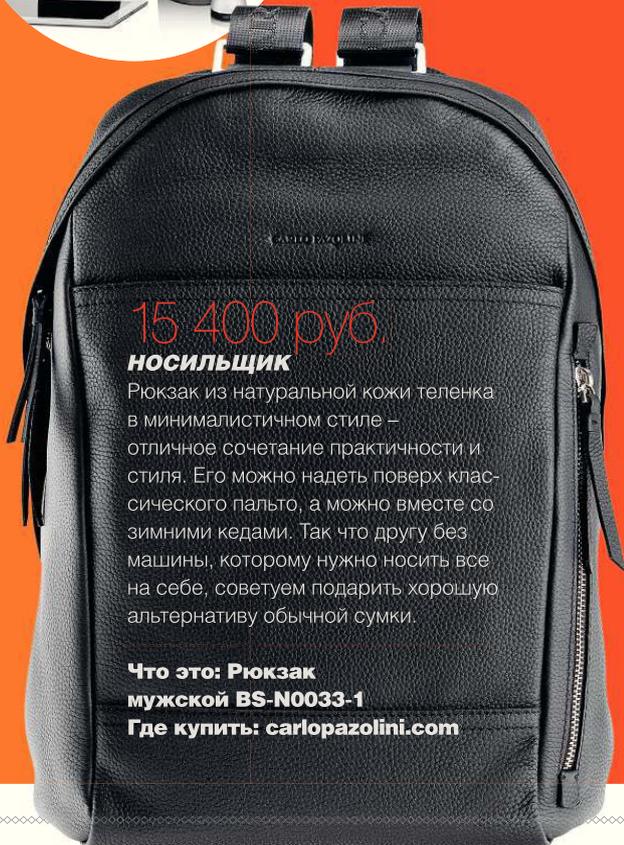


от 14 000 руб.

ВПИСАННЫЙ В УГОЛ

Не только на Новый год, но и на новоселье подойдут колонки крутой формы, которые украсят любую комнату. Технологичная система от EDIFIER имеет встроенный Bluetooth-модуль, который избавит от надоедливых проводов.

Что это: Edifier E30
Где купить: edifier.ru



15 400 руб.

НОСИЛЬЩИК

Рюкзак из натуральной кожи теленка в минималистичном стиле – отличное сочетание практичности и стиля. Его можно надеть поверх классического пальто, а можно вместе со зимними кедами. Так что другу без машины, которому нужно носить все на себе, советуем подарить хорошую альтернативу обычной сумки.

Что это: Рюкзак мужской BS-N0033-1
Где купить: carlopazolini.com



16 000 руб.

ЗАПАХ ВОСТОКА

Да, мы согласны, что покупать парфюм за пятнадцатую сумму – это немного слишком. Но поверь, девушка не просто оценит, но будет безмерно счастлива иметь в своей коллекции эксклюзивный аромат родом из Абу-Даби.

Что это: AJ Arabia I
Где купить: ГУМ, Articoli
Весна



от 24 490 руб.

ТОНКИЙ И ПЛОСКИЙ

Нет, ну, какое письмо Деду Морозу в виде твоей девушки может быть без техники Apple? Она все еще остается самой желанной в качестве подарка. Как раз к празднику компания выпустила новые iPad Air 2 и iPad mini 3, причем сделала это в России впервые одновременно со всем миром. Новые цвета, включая уже упомянутый золотой, – это только внешние изменения. Планшет iPad Air 2 толщиной всего 6,1 мм и весом около 450 граммов оснащен улучшенным дисплеем Retina с повышенной контрастностью и более яркими цветами, а также усовершенствованными камерами. При заказе можно сразу сделать гравировку (бесплатно) и выбрать подарочную упаковку.

Что это: Apple iPad Air 2
Где купить: store.apple.com



КАК ПЕРЕКУСЫВАТЬ ПРАВИЛЬНО

Известный доктор-диетолог Карина Норрис доказывает, что можно заморить червячка без вреда для собственного здоровья

Во-первых: Если ты еще не открыл для себя магическую силу орехов, непременно займись изучением этой прекрасной еды. «Несоленые орехи – отличная закуска, – утверждает Карина. – Они богаты белком, ненасыщенными жирами и клетчаткой. К сожалению, орехи – вещь заразительная, только начнешь их есть и уже не можешь остановиться. В общем, чтобы не подсаживаться на них и не набирать много калорий, нужно с самого начала определять себе очень небольшие порции. Для нормального перекуса хватит всего лишь горстки».

И кстати... «Последние исследования показали, что люди, регулярно употребляющие орехи в пищу, гораздо реже других умирают от сердечных заболеваний, рака, а впрочем, и любых других болезней», – добавляет Карина.

Во-вторых: Забрось подальше свои любимые чипсы. «Вместо чипсов попробуй на худой конец есть попкорн, потому что любимое блюдо отпетых киноманов может похвастать более низким содержанием жира и высоким содержанием клетчатки», – утверждает доктор Норрис. Естественно, не стоит просить полить попкорн лишним маслом или карамелью. Чувствуешь, что попкорн немного пресноват? «Добавь щепотку кайенского перца или соус чили для полноты вкуса», – советует Карина.

Проблема с большинством закусок состоит в том, что они лишь частично утоляют голод, а урчание в животе от них уходит совсем ненадолго. «Чтобы снэк был гораздо продуктивнее, в нем должен присутствовать белок, – объ-

ясняет Карина. – Попробуй разнообразить свой рацион бейглом с копченым лососем или овсяными лепешками с нежирным мягким сыром».

И наконец: В любой непонятной ситуации всегда делай выбор в пользу фруктов. «Это может показаться банальным, но фрукт – это лучшая закуска, – резюмирует доктор Норрис. – В фруктах низкое содержание калорий, высокий уровень клетчатки и естественный сахар, который вполне удовлетворит твою тягу к неестественному, содержащемуся в шоколадных батончиках и пирожных». **FHM**

Подробнее о методологии питания Карины Норрис на ее сайте carinanorris.co.uk, или в ее книге «Ты то, что ты ешь».

BE A DJ*

РАДИО МЕГАПОЛИС 89.5 FM И
КОМПАНИЯ PIONEER ОТКРЫВАЮТ
МАСТЕР-КЛАССЫ ПО ДИ-ДЖЕИНГУ

Вы на первом занятии встанете за пульт, а через 2
месяца у вас будет возможность играть в самых
модных местах Москвы!

Успешные ученики получают шанс представить свой
микс в прямом эфире на #megapolisfm

Подробности на сайте www.megapolis895.fm

Успей записаться в группу по почте

pr@megapolis895.fm

8 (495) 921 19 15

Большая Новодмитровская, д. 36, стр. 12

РЕКЛАМА

*Будь ди-джем

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ МЕРОПРИЯТИЯ, ПРАВИЛАХ ЕГО ПРОВЕДЕНИЯ,
КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ И ВЫИГРЫШЕЙ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ
НА САЙТЕ WWW.MEGAPOLIS895.FM.
СРОК ПРОВЕДЕНИЯ АКЦИИ С 25.08.2014 ДО 31.12.2014

16+

ЭТОЙ ЗИМОЙ УДОВОЛЬСТВИЕ ЗА РУЛЕМ ИЗМЕРЯЕТСЯ В КИЛОМЕТРАХ.

КОМПЛЕКТЫ ОРИГИНАЛЬНЫХ ЗИМНИХ КОЛЕС BMW.

Комплекты
оригинальных
зимних колес BMW

www.bmw.ru



С удовольствием
за рулем

Зимой особенно важной становится задача обеспечения безопасности на дороге. При пониженных температурах окружающей среды летние шины теряют сцепные свойства даже на сухом асфальте. Оригинальные зимние колеса BMW представляют собой первоклассную комбинацию колесных дисков и зимних шин, благодаря которым на заснеженных дорогах и в условиях гололеда тормозной путь снижается на величину до 50 %, обеспечивается великолепная тяга и устойчивость автомобиля при маневрировании.



[Facebook.com/BMWRussia](https://www.facebook.com/BMWRussia)

Служба клиентской поддержки BMW: 8 800 2003 269 (звонок по РФ бесплатный).
Подробнее на сайте www.bmw.ru

* На изображении комплект колес для BMW X5 (F15) Star Spoke 449 Pirelli Scorpion Winter Run Flat ☆ (RSC) 255/50R19 107V XL, цена 149 900 руб. с НДС.

Реклама

