



10

Часики
тикают.
Как
похудеть
к Новому
году

14

Овсянка против
холестерина

ПСИХОЛОГИЯ

7 Ситуация

один мужчина на двоих

9 Дети

вырастить королеву

КРАСОТА

12 Уход

пылесос для кожи

ЗДОРОВЬЕ

15 Актуально

зимний чекап

18

Оленьи рожки
для Рождества



ЛЮБИМЫЙ ДОМ

16 Кухня

запечённые оливки

19 Огород

будь в тренде

20 Питание

витаминный фаворит

22 Кошелёк

поздравительный фонд

23 Мастерская

сладкий венок

ДОСУГ

26 Перезагрузка

поезд из мыслей

24

Подарки от Змеи
на 2025 – й



Письмо редактора

Иван Грозный с лицом актёра Юрия Яковлева уже полгода «живёт» у меня на холодильнике. И всякий раз, когда открываю дверцу, кажется, что он сейчас произнесёт знаменитую фразу из фильма «Иван Васильевич меняет профессию» — «Очень приятно: царь!». Магнитик с изображением киношного самодержца на фоне кремля в Ростове Великом, где Леонид Гайдай снимал эпизоды своей культовой ленты, появился у меня после летнего путешествия по городам Золотого кольца России. И так эта комедия прочно сидит у нас в подкорке, что, когда я гуляла по Ростовскому кремлю XVII века («красота-то какая, лепота!»), не столько экскурсовода слушала, сколько вспоминала локации из фильма. Это же по этой галерее бежали Бунша и Милославский, которых царская стража приняла за демонов! Это же по этой Соборной площади маршировали стрельцы под песню про Марусю, что «слёзы льёт прямо на копьё!» Мне казалось, будто очутилась внутри любимого кино и из белокаменных палат сейчас выйдут Савелий Крамаров или Леонид Куравлёв. 31 декабря, в канун нового, 2025 года, незабвенного «Ивана Васильевича» наверняка покажут по какому-нибудь телеканалу, и мы будем смотреть его фоном, когда готовим оливье и накрываем на праздничный стол. И будем опять цитировать крылатые фразы, и смеяться до слёз, и опять поверим в чудо, добро, волшебство, сказку. А ещё советские новогодние фильмы — это всегда путешествие в детство, когда и ёлки были зеленее, и снег пушистее, и борода у Деда Мороза длиннее. Каждому приятно возвращаться в это состояние. Кстати, про добро. Во дворе Ростовского кремля есть прудик, где уже несколько лет живут и выводят потомство дикие утки. О птицах заботятся сотрудники здешнего музея-заповедника. На зимовку пернатых отправляют в тёплый сарай, где они ни в чём не знают нужды. Так что теперь уже и утки — визитная карточка этого места наравне с «Иваном Васильевичем». На исходе 2024-го вспоминайте вот такие его тёплые моменты. Отберите из них самые удачные и интересные и пожелайте, чтобы эта история продолжилась и в наступающем году.

ЛАРИСА ЗИНЬКЕВИЧ

→ ПРИ ПОДПИСКЕ НА «ДОМАШНИЙ» НА САЙТЕ
TOLOKA24.RU ПО ПРОМОКОДУ ЗИМА25 СКИДКА 15%.