

продолжают выглядеть, как прежде?

— Да, они нам потом пишут. У многих женщин происходят удивительные перемены. Некоторые сделали себе пластические операции, другие начинают, наконец, заниматься спортом. Они меняют свои приоритеты и ставят на первое место свои интересы. Не то, что они становятся эгоистками, а просто они берутся за себя и прекращают ходить за продуктами в тапках с помпонами и тренировочных штанах. Многие к нам приходят на грани развода, а после нашей передачи начинают такие чудовищные катарсисы... В западном варианте передачи, я уверена, такого нет. У них там никто не будет выворачиваться наизнанку, все улыбаются и все. У нас же был такой случай с одной женщиной, что меня потом колбасило после программы, я даже заявила, что больше не буду в этом участвовать.

— Вы настолько чувствительны?

— Да нет, просто у одной женщины была действительно тяжелая история. И после съемок она устроила нам полтора часовую истерику...

— Надеюсь, это не вы ее довели?

— Да нет, просто мы своими стандартными разговорами, которые мы обычно ведем с героинями, пробудили в ней желание поделиться, выплеснуть все накопившееся. Потом она уехала домой в Петербург и развелась с мужем...

— Вот так ваша передача рушит семьи...

— Да нет, этот муж пять лет не давал ей развода, а сам в это время жил с другой женщиной. А наша героиня у нас собралась с духом, приделалась, причесалась, покрасилась, приободрилась и вперед.

— Вам приходится в этой программе выступать и в роли психолога?

— Да, мы даже хотели нанять специального человека, но пока справляемся сами.

— Были на вашей передаче женщины с такими нестандартными фигурами, которые невозможно преобразить?

— Бывает. В таком случае мы призываем женщин все время за собой следить. Нужно делать маникюр. Нельзя ходить с черными корнями, когда вся голова высвечена перекисью. Если вы брюнетка и вдруг захотели стать блондинкой, а живете при этом в городе Урюпинск, то лучше этого не делать. Потому что, если вы ходите в парикмахерскую раз в полгода, то становитесь блондинкой бессмысленно. Мы призываем женщину более реально относиться к себе в тех условиях, в которых она находится. Призываем чаще смотреть в зеркало и просто обращать на себя внимание, потому что для очень многих женщин на первом месте дети, потом идет муж, потом родители, родители мужа, работа, естественно, а в конце плетутся сами женщины. И они обращаются к нам, просят привести себя в порядок. Мало того, нам пишут мужья, потому что им приятно не только ощущать на себе постоянную заботу, но и видеть перед собой ухоженную красивую жену. Мужчины ведь запоминают нас молодыми. И если жена потом не соответствует этому летящему образу, опускается, случаются разводы. Надо быть в тонусе, несмотря ни на что! Сложно, но что делать?

**Встречалась
Ильмира БОЛОТЯН**



СЫРНИКИ ОТ САШИ ВЕРТИНСКОЙ

Берете пачку нежирного творога и творожную сырковую массу. Все это смешиваете. Вбиваете туда два яйца. Добавляете немного сахара и муку. Один лимон надо предварительно высушить, а потом на мелкой терке натереть и добавить в общую массу. Можно добавить чуть-чуть корицы. Все остальное, как обычно.

КАК УКРАСИТЬ КВАРТИРУ



Один из быстрых и несложных способов преобразования пространства — декорирование его тканью. Для драпировки стен в комнате вам потребуется несколько метров разной по фактуре и цвету ткани. Отмерьте нужные по размеру куски ткани — они должны быть чуть больше, чем высота стен. Возьмите деревянные планки и при помощи мебельного степлера прикрепите к ним ткань. Затем прикрепите планки с тканью к стенам комнаты. Готово! Прекрасным дополнением к стенам будут гирлянды из конфет, печенья и цукатов. ■

АЗЫ СТИЛЯ ОТ САШИ ВЕРТИНСКОЙ

ПЕРВЫЕ ШАГИ:

1. Самое главное: для начала адекватно оцените свою фигуру перед зеркалом. Найдите все свои достоинства и недостатки, а потом — подбирайте такую одежду, которая будет подчеркивать только ваши достоинства и скрывать недостатки.
2. Выбирая наряд, подчеркивайте только ИЛИ грудь, ИЛИ бедра, и НИКОГДА не акцентируйте внимание и на том, и на другом. Это смотрится пошло.
3. Если у вас складки в области талии или полный живот, отдавайте предпочтение блузкам или джемперам с запахом.
4. Если у вас короткая или слишком широкая шея, нужно носить блузки с расстегнутыми воротниками или с вырезами V-образной формы, они визуально удлиняют шею.
5. Если вы носите тесные вещи в надежде, что таким образом станете выглядеть стройнее, вынуждены вас разочаровать — тесная одежда смотрится кургузо и создает впечатление, что вы полнее, чем есть на самом деле. Введите табу на то, что вам не по размеру.

ВЫБИРАЕМ ЦВЕТ:

1. Яркие и блестящие цвета используйте только тогда, когда вы уверены в том, что хотите привлечь внимание к своим прелестям.
2. Если у вас кожа желтоватого оттенка, мешки или темные круги под глазами, воздержитесь от темного верха, иначе привлечете внимание к этим своим недостаткам.
3. Комбинация ярких вещей с черными — опасный вариант. Черная одежда в этом случае чаще всего выглядит скучно, а яркая смотрится так, как будто куплена на ближайшем рынке.
4. Если вы — женщина очень изящная, или, наоборот, очень крупная, научитесь избегать резких цветовых контрастов между верхом и низом.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АКСЕССУАРОВ:

1. Если у вас не очень красивая зона декольте, не стоит носить кофточки с V-образным вырезом. Отдавайте предпочтение высоким воротникам.
2. Никогда не носите шарф или воротник поверх джемперов с круглыми отложными воротниками. Это смотрится некрасиво.
3. Если у вас большая грудь, советуем воздержаться от ношения длинных кулонов, которые лежат как раз в ложбинке груди.
4. Если у вас есть двойной подбородок или лицо слишком круглое — носите длинные серьги.
5. Если у вас короткая шея, избегайте больших ожерелий и бус, которые плотно облегают шею.
6. Для того, чтобы выглядеть элегантно, советуем тщательно подбирать украшения под короткие платья и деловые костюмы. Аксессуарами можно легко подчеркнуть вашу индивидуальность и создать свой стиль, но неправильно подобранные украшения легко могут вас обезличить. ■