

**Транскрипт фокус - группы:  
Красота.**

**Подготовлено для:**

\*Транскрипт реальной фокус-группы. Все участники подтвердили свое согласие на открытую публикацию результатов.





**Модератор:** Меня зовут Елена. Мы с вами проведем 2 часа нашего времени. Может быть, закончим раньше. В 2 часа уложимся точно. Спасибо, что пришли. Спасибо, что уделите время. Сегодня мы с вами будем говорить о красоте. Основные правила таковы: вы все эксперты в красоте, скорее всего. Здесь нет правильных или неправильных ответов. Важно ваше субъективное мнение. То, что вы скажете, это правильно, потому что это ваше мнение. Я не смогу запомнить все, что вы скажете. Потому что мы будем говорить много, я не успею все это записать. Поэтому будет вестись видео- и аудио- запись. Хочу вас огорчить или обрадовать. Звездами YouTube вы не станете точно. Потому что это запись конфиденциальна и используется для нужд конкретного предприятия или заказчика. Это основные правила. Вроде все сказала. Не перебивайте друг друга сильно, потому что человек, который будет расшифровывать интервью, просто ничего не услышит и не поймет. Теперь о себе еще раз. Меня зовут Елена. Мне 37 лет. Я живу в Екатеринбурге. Суть моей работы в общении с разными людьми на разные-разные темы. Замужем. У меня есть дочь. Стараемся куда-то выезжать, отдыхать. В этом году съездить никуда не получилось в связи с плохой погодой. Выезжаем иногда за границу. Вот собственно все. О себе чуть-чуть. В таком же ключе расскажите, пожалуйста, о себе. Аня?

**Анна:** Добрый день, меня зовут Аня, мне 25 лет. Закончила университет. Я занимаюсь туризмом, то есть, работаю не полный рабочий день, это компания моих родственников. Люблю путешествовать. Тоже были большие планы поехать по Уралу в это лето, но, чувствую, не у всех сбылись. Из заграницы была во многих местах, в Греции, я хочу туда вернуться.

**Модератор:** Замужем?

**Анна:** Нет, не замужем.

**Модератор:** Хорошо, Татьяна.

**Татьяна:** Меня зовут Татьяна, мне 35 лет. У меня двое прекрасных сыновей, муж. Я работаю администратором в салоне практической магии. Мои хобби: я читаю, пишу стихи, делаю на досуге детям праздники во дворе. За границу никуда не езжу пока что.

**Модератор:** Ольга?

**Ольга1:** Меня зовут Ольга, мне 39 лет. У меня двое детей, муж. Я до сих пор пока во втором декретном отпуске, второй ребенок маленький еще – 2 года. Свободное время проводим на даче, ездим за границу. Увлекаюсь кулинарией, Интернетом, чтением книг.

**Модератор:** Ольга?

**Ольга:** Меня зовут Ольга, мне 37 лет. У меня есть семья, есть взрослый сын, ему 15 лет. Любим путешествовать всей семьей, любим выезжать за город на природу, даже если погода плохая, на турбазу мы ездим все равно. Катаемся на велосипедах, любим просто отдохнуть.

**Модератор:** Наталья?

**Наталья:** Здравствуйте, меня зовут Наталья. Я замужем. У меня дочка одна единственная, прекрасная София, 4 года ей. Работаю, мы все работаем, выезжаем в отпуска по нашим прекрасным местам Урала. Но сейчас, в основном, все занято вокруг нее. Какие-то хобби – только ее, какие-то интересы – ее на первом месте стоят, а потом уже мы как-то подстраиваемся.

**Модератор:** Таня?

**Таня:** Меня зовут Таня, мне 34 года, работаю в строительной компании. Замужем. Планируем ребенка, пока еще нет. Любим кататься на велосипедах. У меня много разных хобби: живопись, фотография.

**Модератор:** Мария?

**Мария:** Меня зовут Мария, мне 27 лет. Работаю в логистике. Есть дочь, есть муж. Увлечения: компьютер, велосипед, танцы, в последнее время бонусом занялась. А так, в основном, дочь.

**Модератор:** Марина:

**Марина:** Меня зовут Марина. Мне 30 лет. У нас с мужем 2 детей: сын и дочь. Хобби – все, что с детьми связано, проводим свободное время вместе, гуляем даже в дождик. Такая погода, наоборот, мне очень нравится. Я жару не люблю.

**Модератор:** Ну, что, о красоте? Что такое женская красота, в принципе?

**Татьяна:** Естественность.

**Наталья:** Внутренняя и внешняя красота.

**Модератор:** Что еще раз?



**Ольга:** Внешняя красота.

**Мария:** Правильные черты лица.

**Татьяна:** Ухоженность.

**Анна:** Как понять, правильные черты лица? Мне не понятно.

**Марина:** Для каждого свои, наверное.

**Ольга:** У каждого свои.

**Ольга1:** Это гармония.

**Наталья:** Это как Леонардо да Винчи расстояние

**Ольга1:** Да, нет, просто гармоничное такое.

**Ольга:** Привлекательный, дружелюбный вид. Улыбка.

**Наталья:** Все равно, внешняя красота идет изнутри.

**Татьяна:** Да.

**Наталья:** Что у тебя внутри, то у тебя и на лице, в общем-то.

**Модератор:** **А что должно быть внутри?**

**Наталья:** Внутри надо всегда думать о хорошем. Гармония, позитив.

**Татьяна:** Доброжелательность.

**Анна:** Когда глаза сияют – это прямо.

**Ольга1:** То черты лица могут быть любые.

**Анна:** Да, любые. Хоть наискосок.

**Наталья:** Барбра Стрейзанд. Она ведь не красавица внешне, но ведь глаз не оторвать от нее.

**Татьяна:** Глаза светятся.

**Модератор:** **А почему?**

**Наталья:** Потому что у нее душа такая светлая видимо. Все внутри.

**Татьяна:** Гармоничная, занимается своим делом.

**Таня:** Просто радуется жизни.

**Модератор:** **То есть, внешняя и внутренняя красота.**

**Наталья:** Это как-то связано.

**Марина:** Неделимы.

**Анна:** Одно из другого вытекает.

**Модератор:** **То есть, правильные черты лица. Что еще можно сказать, про правильные черты лица?**

**Ольга1:** У кого-то есть, у кого-то нет.

**Анна:** Я думаю, что вкус какой-то.

**Модератор:** **Что вкус?**

**Анна:** Да. Как объяснить. Понятно, что красота идет изнутри, но когда на тебе тени до бровей, подводка с палец толщиной, помада. Ок, если все это сочетается и нормально смотрится, а если нет?

**Татьяна:** Стиль, наверное, все равно какой-то должен быть.

**Модератор:** **А что такое стиль?**

**Татьяна:** Это понимание себя и окружающего мира тоже. Сочетание цветов, цветовой гаммы.

**Анна:** Гармония.

**Мария:** И то, что подходит именно этому человеку.

**Модератор:** **А как понять, что подходит именно этому человеку?**

**Наталья:** Каждый сам для себя выбирает.

**Татьяна:** Сидят и подбирают.

**Таня:** Мне кажется, как он себя внутри чувствует, он примерно пытается выразить на своем лице, на своем образе. Каким-то образом пытается выразить.

**Татьяна:** Бывают романтические натуры.

**Таня:** Да, романтические натуры, она одевается соответственно. Либо это какая-то рокерша. Понятно, что она будет одеваться соответственно. Наденет какие-то готические сапоги, еще что-нибудь.

**Наталья:** Подводки с палец.

**Таня:** Все, что угодно.

**Марина:** Чтобы ей самой комфортно было в этом наряде.

**Модератор:** **А если, например, она оденется.**

**Татьяна:** Если ей комплименты все говоря, значит, она правильно делает.

**Таня:** Если человек чувствует себя комфортно, тут не важны комплименты.



**Ольга1:** Мне тоже кажется, что комфорт ощущения, насколько ты себя комфортно в этом образе ощущаешь.

**Модератор:** А если для других, например, это не комфортно?

**Татьяна:** Это их проблемы.

**Модератор:** То есть, главное свое самоощущение.

**Наталья:** Все-таки да.

**Модератор:** Вот сегодня плохое настроение, давайте-ка, я покрашусь там.

**Татьяна:** Кстати, когда плохое настроение, надо нарядится, сделать прическу.

**Ольга:** И будет все хорошо.

**Татьяна:** Да, и будет все хорошо.

**Ольга:** После первого же комплимента, как выйдете из здания, он вам скажет, ой, как вы хорошо сегодня выглядите, и все. Настроение уже порхает.

**Модератор:** Обычно делают комплименты?

**Ольга:** Да.

**Анна:** Да.

**Модератор:** А кто обычно делает комплименты? Мужчина или женщина?

**Татьяна:** Мужчины и женщины.

**Таня:** Мужчины, женщины

**Наталья:** И дети, как ни странно.

**Модератор:** Получается в какой ситуации? Может быть, вы припомните, когда вы что-то там как-то вот, и вам прямо были комплименты, счастье.

**Татьяна:** У меня недавно было. Причем я сделала только маску, почистила лицо, я накрутилась, пошла на улицу. Проходит мужчина, тащит бутылку с водой. Вот так повернулся, я спрашиваю: «Мужчина, с вами что?». «Девушка, Вы замужем?». Я говорю: «Да, двое детей, замужем». Для меня это комплимент.

**Модератор:** У других были такие ситуации?

**Таня:** У меня много было таких ситуаций, но особенно, когда все отлично, куда-то бежишь, торопишься. Все красиво оденешься, впереди много хороших дел, поездка куда-то. И все вокруг на тебя смотрят, какие-то комплименты говорят, все вообще. Это как-то внутреннее состояние чувствуют люди, я бы сказала так.

**Татьяна:** Да.

**Таня:** Не то, что ты там как-то особо накрутишься. Я так крашусь, к примеру, чувствуют люди внутреннее состояние.

**Модератор:** Все согласны?

**Татьяна:** Да.

**Марина:** Да.

**Модератор:** Как бы вы продолжили фразу: «Красивая женщина – это...»?

**Таня:** Счастливая женщина.

**Татьяна:** Ухоженная.

**Марина:** Счастливая, конечно.

**Ольга1:** Счастливая, довольная.

**Татьяна:** Гармоничная.

**Мария:** Жизнерадостная.

**Таня:** Да, жизнерадостная.

**Ольга:** Уверенная в себе.

**Татьяна:** Любимая и любящая.

**Наталья:** Самодостаточная.

**Модератор:** Что значит самодостаточная?

**Анна:** Занимается любимым делом. У нее полностью какое-то.

**Наталья:** Которая не может зависеть от других людей.

**Ольга1:** Состояние счастья, которое не зависит от окружающих. Она сама может настроить свое состояние и управлять им.

**Мария:** Точно.

**Ольга:** Которая занимается тем, чем она хочет.



**Ольга1:** Вокруг тебя сложились плохо звезды сегодня или на работе какая-то ситуация, или дома что-то происходит. Нужно уметь справляться со своими чувствами, эмоциями. И не позволять окружающим и событиям, которые происходят. Негатив ломать полностью.

**Модератор:** Как это? По себе скажу, честно, иногда не удается. Как у вас удается? Что, вы делаете для того, чтобы создать себе позитивный настрой?

**Ольга:** Можно встретиться с друзьями, сходить в кино, либо мероприятие какое-то запланировать, выезд на природу. Можно просто пойти погулять, отвлечься, и настроение сразу уже другое становится.

**Анна:** Музыка включить, шоколадку съесть.

**Ольга:** Да, шоколадка помогает.

**Таня:** У меня все сутра начинается.

**Ольга1:** Да, нужно сделать себе что-то приятное и оградить себя от неприятного.

**Ольга:** Позвонить кому-нибудь.

**Таня:** Да.

**Ольга1:** Если можно неприятное что-то отодвинуть, либо изменить отношение к этому неприятному. Понять, что от этого никуда не денешься. Есть, как часть домашней работы, которую ты делать не любишь, но надо это сделать. Можно с собой поиграть в игру, что я сейчас это сделаю, и за это я получу, пойду в магазин и что-нибудь куплю, потом я поеду на природу. Что-то приятное получу.

**Татьяна:** Я себя похвалю вдобавок.

**Модератор:** Наталья?

**Наталья:** Я думаю, с каким настроением сутра встанешь, так весь день и сложится. Потому что бывает сутра беспричинно плохое настроение, тогда все из рук валится и ничего не получается. Compliments никто не делает. И надо это переломить. В душ сходить, еще что-нибудь такое приятное для себя сделать. Перевернуть ситуацию. И тогда все хорошо.

**Татьяна:** Зарядку сделать, да.

**Анна:** Я по себе знаю, когда совсем хреново в крайней степени, покачать пресс.

**Наталья:** Я говорю, перевернуться на 180 градусов.

**Анна:** Да, я либо усугубляю до смешного. Например, такая ситуация плохая, когда все из рук валится, что-то еще. Я, например, в мозгах себе настолько все это утрирую, до комичного чего-то. До абсурда какого-то доводишь и начинаешь смеяться над ситуацией. Это помогает. Либо реально включаешь музыку, делаешь какие-то упражнения. Потому что спорт развивает силу воли, и когда реально плохо, ты начинаешь двигаться, и это уходит. Ты переключаешься. Вообще, чтобы не было плохих мыслей, лучшее лекарство – будьте заняты. Чтобы постоянно были заняты, тогда никакое масло гонять не надо.

**Татьяна:** А как же отдых?

**Анна:** На отдыхе не бывает плохого настроения.

**Татьяна:** Отдых же бывает не отдых. Я просто сижу в комнате – отдых.

**Модератор:** А вообще, как должна выглядеть красивая женщина внешне?

**Татьяна:** Прямая спина, кверху подбородок, длинная легкая походка, легкая.

**Ольга1:** Ухоженные волосы, красивая причёска.

**Анна:** Опрятная.

**Ольга:** Одежда опрятная.

**Модератор:** И что еще?

**Ольга1:** Доброжелательная такая.

**Ольга:** В одежде какой-то стиль, гармония чтобы была, соответствовала образу и настроению, какое у нее лицо излучает настроение.

**Мария:** По-моему, ухоженная.

**Модератор:** Чем достигается ухоженность?

**Мария:** Человек следит за собой.

**Наталья:** Косметическими средствами.

**Мария:** Чистая, прическа, маникюр там, а не грязные ногти. В любом случае, чистая и выглаженная одежда. Этим и создается ухоженный вид.

**Модератор:** Вы сказали «маникюр», что это? Каким образом, каким должен быть маникюр, чтобы быть красивым внешне?



**Наталья:** Аккуратные ногти, не обязательно лак, просто аккуратные ногти.

**Марина:** Не скрябанный старый лак наполовину.

**Анна:** Без заусенцев.

**Наталья:** Иногда бывает, один ноготь короткий, другой длинный.

**Анна:** Почему не обрезала, жалко ей что ли, отрастила бы.

**Наталья:** Да, жалко. У меня раньше тоже такие заморочки были, сейчас такого нет.

**Модератор:** Понятно, что еще? Внешне красивая, которая, извиняюсь, цепляет взгляд ваш, что еще?

**Татьяна:** Цветовая гамма, наверное.

**Ольга:** Мне кажется, еще вид должен быть приветливый какой-то.

**Ольга1:** Так это все изнутри идет, приветливый вид.

**Татьяна:** Иногда такая стерва, но на нее засмотришься.

**Ольга:** Но если лицо, какое-то такое.

**Модератор:** А вот что? В смысле, ты смотришь, значит красивая, правильно я понимаю?

**Татьяна:** Да, действительно красивая.

**Модератор:** Но мы понимаем, что она стерва.

**Татьяна:** Да.

**Наталья:** Бывает красивая, но идет вот такая вот вся, никакой красоты в этом нет.

**Модератор:** Красивая, так это что?

**Таня:** У каждого понятия свои. Кто-то скажет «красивая», а кто-то скажет «не красивая».

**Ольга:** Это да.

**Татьяна:** Гладкая кожа, видно, что она вся отполирована, вся глянцевая. Красиво же посмотреть.

**Таня:** А кто-то может из мужчин смотрит, мне не важно, какая у нее кожа, что-то она не привлекает меня.

**Модератор:** Ольга, что еще раз?

**Ольга:** Один скажет, красивое лицо, а другой скажет: «может быть, лицо красивое, а фигура мне вообще не нравится».

**Мария:** Да, такое тоже бывает.

**Модератор:** Мы говорим ваше мнение. Красивая внешне, Татьяна?

**Татьяна:** Хорошая пропорциональная фигура, ухоженный вид, гладкая кожа, красивый макияж, хорошая одежда. Я все равно засматриваюсь. Есть к чему стремиться, в принципе.

**Модератор:** А красивый макияж, что это?

**Татьяна:** Не броский.

**Ольга1:** Незаметный.

**Модератор:** Незаметный, но он есть?

**Татьяна:** Иногда мне нравится красная помада, если есть аксессуар какой-то красный, глаза не накрашенные, красная помада. Загорелое лицо, красиво вообще, брюнетка, допустим.

**Модератор:** Все согласны, что макияж должен быть неброским? А чем он достигается, неброский макияж?

**Ольга1:** От случая еще зависит. Если вечернее мероприятие, то вполне уместен вечерний макияж.

**Анна:** Пин-ап – это стиль, когда яркие губы и стрелки на глазах. В принципе, ярко и глаза, и губы, но смотрится-то классно. Одри.

**Таня:** Хепберн?

**Анна:** Да. Тоже вот.

**Модератор:** Одри что? Хепберн?

**Таня:** Хепберн, про нее говорим?

**Модератор:** Про нее, да?

**Анна:** Да, у нее тоже стрелки и губы яркие. Но у нее не яркие губы.

**Мария:** Но те же стрелки не всем идут. Бывает, что наведут стрелку, лучше бы не наводила стрелку.

**Анна:** У Клеопатры вот так было.

**Марина:** Просто в этом, в моем понимании, естественный макияж. Я считаю, что нужно скрыть недостатки, если они есть, у меня кажется, что синяки под глазами. Поэтому я каждый день крашусь и обязательно наношу хотя бы под глаза тональный карандаш. И подчеркнутость черт лица правильно. Стрелки не всем идут, но иногда нужно их сделать. Разные глаза, у меня даже у подружек



бывает, что у кого-то близко посаженные, у кого-то далеко посаженные. И есть разные типы макияжа, чтобы именно подчеркнуть и скорректировать немножко.

**Модератор: То есть, макияж может немного скрыть кажущиеся недостатки?**

**Марина:** Как-то приблизить может.

**Модератор: А вы каким-то образом макияжем скрываете что-то? Свои недостатки внешние?**

**Мария:** Да.

**Наталья:** Пытаемся.

**Ольга:** Конечно.

**Анна:** Недосып.

**Татьяна:** Подчеркиваем достоинства.

**Модератор: Каким образом.**

**Мария:** Корректирующими средствами.

**Марина:** Тональным кремом корректирующим.

**Модератор: Корректирующий – это тональный крем?**

**Марина:** Тональный.

**Ольга1:** Какой-нибудь прыщик.

**Мария:** Корректирующий карандаш может быть.

**Модератор: А еще? Только недостатки?**

**Мария:** Может быть, брови подчеркнуть, у кого от природы светлые.

**Ольга1:** Ресницы накрасить.

**Ольга:** Губы тоже подчеркнуть помадой с блеском или еще чем-нибудь. И от случая, какой-нибудь цвет яркий можно.

**Модератор: А еще?**

**Татьяна:** Румяна.

**Ольга:** Тушь.

**Марина:** Я как-то услышала, не помню когда, но по телевизору. По-моему, Зайцев сказал, что ненавижу женщин с лысыми глазами, это значит, не накрашенными. У меня после этого крутятся всегда. Нет, я пошла на улицу, я накрашу.

**Татьяна:** Ужас какой-то.

**Марина:** Да, слышала такое выражение, оно у меня всегда крутится.

**Модератор: Что еще раз?**

**Татьяна:** По рыбки немножко смотрится. Я одно время не трогала глаза, красила только губы. И что-то со стороны меня сфоткали, какая я старая.

**Модератор: А еще какие недостатки скрываете макияжем?**

**Мария:** Допустим, глаза кажутся человеку не крупными. Карандашом пытается округлить их.

**Наталья:** Форму лица можно скорректировать с помощью румян.

**Ольга1:** Прыщики, сосудики можно.

**Ольга:** Глазам можно выразительность придать, чтобы они как у лани были, красивые такие.

**Модератор: Каким образом?**

**Ольга:** С помощью карандаша, теней, можно сделать человека очень красивого. Даже не узнать.

**Модератор: Каким образом это можно сделать?**

**Ольга:** Профессиональный макияж нанести на лицо, соответствующим образом накрасить глаза, губы, человек вообще изменяется. В Интернете очень много есть таких роликов.

**Модератор: До и после?**

**Ольга:** Да.

**Наталья:** А сейчас передачу «Модный приговор» кто-нибудь смотрит?

**Татьяна:** Да.

**Наталья:** Это же вообще 2 разных человека рядом стоят.

**Таня:** Стрижку поменял, удачно покрасили, волосы затонировали, форму бровей придали новую и все уже, совершенно новый человек.

**Анна:** Брови – это 70% лица.

**Татьяна:** Я даже если ресницы наращиваю, муж говорит: «Танечка, убирай быстрее».



**Анна:** Слушайте, вот про ресницы, у меня знакомая в 3 ряда их наращивала, наращивала, перед свадьбой она решила их снять. Так, шапочная знакомая, у нас подруга общая. Она рассказывает, муж такой: « У тебя что глаза лысые»? Три ряда, там такие опухали были, потом сняла, там.

**Татьяна:** Они реально глаза меняют.

**Мария:** Обычно, наоборот, на свадьбу наращивают.

**Анна:** Нет, она их сняла, чтобы глаза отдохнули, и опять нарастить. То есть, там. Я против этого.

**Таня:** Это чересчур, конечно.

**Ольга1:** Да, мне кажется, это чересчур.

**Татьяна:** Но если немножко сделать.

**Анна:** Не знаю, есть такие какие-то может быть. У меня тетя, тетя моя родная, у нее возрастные изменения были, она себе операцию сделала.

**Таня:** Подтяжку делала?

**Анна:** Да. Но блин, 47 ей, поставь ее рядом со мной. Кто из нас моложе? Мне 25. Реально девочка. У нее еще фигура такая и блеск в глазах. То есть, у нее все это сочетается, сама, в принципе, женщина успешная. В ней все это сочетается, она у меня просто красотка. А есть та же самая девчонка, которая ресницы наращивала, мало того, что ресницы нарастила себе в 3 ряда, так она еще губы себе подкачала. Боже мой, это утка простою Ужас какой-то, даже не красиво.

**Татьяна:** А я хочу молодость на генетической уровне. У меня тоже тетя, ей 48 лет, но 33—34 года, то есть, вообще идеально выглядит. Без подтяжек, без всего.

**Марина:** Это разные типы старения, наверное. У меня 2 тети, одна двоюродная, одна родная. Двоюродная которая, у нее у мамы, я называю это, как шарпейчик. Может, не красиво, но серьезно. У нее уже в 30 лет все лицо в морщинах было.

**Татьяна:** Рано красится начала?

**Марина:** Да, она, по-моему, особо вообще не красится. Я ее не знаю, не помню, когда она там. Там крем «Балет» в их времена был, может быть и это. А другой тете уже 40 с лишним, и у нее нет морщин. Видимо, все-таки разные типы старения, генетика влияет тоже.

**Анна:** Влияет, просто, мне кажется, одна ухаживает за собой, даже маску.

**Марина:** Да, нет, они одинаково. Они вообще, огурец, привыкли.

**Татьяна:** Это самое классное летом.

**Модератор:** Вы сказали «Балет», «Ленинградская тушь», а с того времени косметика как-то вообще совершенствуется?

**Анна:** Конечно.

**Ольга:** Конечно.

**Модератор:** Что именно для вас из средств, которые могут сохранить привлекательность, молодость. Что можете? Какие рекомендации? Какой-нибудь рецепт?

**Наталья:** Сон.

**Марина:** Здоровый образ жизни.

**Модератор:** Сон?

**Наталья:** Это основное. В помощь, крема ночные и дневные. А основное – сон.

**Ольга:** Не переутомляться.

**Марина:** Не нервничать.

**Наталья:** Ни синяков, ничего нет.

**Модератор:** Что еще?

**Татьяна:** Мне нравится летом, салатик делаешь, я обязательно салат сделала, раз на себя огурец. Классно он снимает ту же отечность. Никуда не надо бежать, быстро положил, 10 минут и все.

**Модератор:** Еще какие секреты?

**Таня:** Я люблю маску из меда, что-то такое, растираешь там с овсяным или маслом, добавляешь там масла. Наносишь и тоже очень приятно.

**Наталья:** Чайные пакетики очень помогают.

**Анна:** Всегда хочу попробовать, реально помогают?

**Наталья:** Да. Я даже свежей заваркой на ватный диск, и просто протереть. И просто комфорт какой-то наступает. И легче.

**Марина:** Черный чай?

**Наталья:** Да. А если подержать, то там вот эти все.





**Анна:** Не покрасит?

**Марина:** Мне кажется, у меня еще больше синяки от этого черного чая.

**Татьяна:** Зеленый чай.

**Марина:** Да, я теперь зеленым.

**Татьяна:** Я покупала маску зеленый чай охлаждающую, тоже суперская вещь. Прекрасная.

**Ольга:** Масло оливковое.

**Анна:** Вот это вообще, как доктор прописал.

**Ольга:** Доктор прописал оливковое масло смешать с виноградным маслом. И этим на ночь протирать лицо. Он сказал, что это секрет Клеопатры, и это очень благотворно действует на клетки, чтобы они быстрее обновлялись.

**Анна:** Кстати, в Греции они все, там же по европейским меркам, они и замуж поздно выходят и все и все. Смотришь на них: красивая. Возраст узнаешь, думаешь, е-мае. Они реально этим оливковым маслом чуть ли не умываются. Они постоянно им мажут. Постоянно.

**Наталья:** У них-то натуральное, с нашим не сравнить.

**Анна:** Да, и они его едят. То есть, соответственно, я просто привезла с собой. Если откуда-то привезете оттуда, например, возьмите оливковое масло и просто смешайте его с кремом. В крем капните, и крем будет лучше действовать.

**Марина:** Как вариант.

**Модератор:** Секрет Клеопатры, вообще Клеопатру считаете красивой женщиной?

**Ольга:** Она считалась, да.

**Таня:** Это мифы.

**Модератор:** Что?

**Наталья:** Я какую-то передачу смотрела. Они из скелета или из чего, сделали ее лицо. Нарастили кожу вот это все – урод натуральный. Но что-то да, какие-то косметические процедуры она себе делала, ванны из молока.

**Татьяна:** Попыталась я молоком умываться.

**Модератор:** Молоком?

**Татьяна:** Да.

**Таня:** Она ванны принимала молочные с ослиным.

**Татьяна:** У меня вообще махом стянуло. Я это дело бросила.

**Таня:** С молоком я растворяла и делала.

**Модератор:** То есть, все-таки, если под резюмировать, понятие хорошо выглядеть, это как?

**Татьяна:** Ухоженность.

**Таня:** Ухоженность.

**Мария:** Свежо.

**Анна:** Аккуратная.

**Марина:** Естественная.

**Таня:** Естественная.

**Анна:** Гармоничная.

**Наталья:** Хорошее настроение тоже туда входит.

**Татьяна:** Со вкусом.

**Модератор:** Свежо, что это значит?

**Татьяна:** Отдохнувшая.

**Наталья:** Неперегруженная косметикой.

**Марина:** Не уставшей.

**Мария:** Сияющая кожа.

**Анна:** Выспавшейся.

**Модератор:** Как вы понимаете «сияние кожи»? Вы говорите «сияющая кожа», как?

**Татьяна:** Мне нравится, не знаю почему.

**Мария:** Землистый цвет лица – это не красиво, это все понимают.

**Марина:** С серым оттенком.

**Мария:** Серо-зеленый такой. И, соответственно, чтобы была сияющей, должна быть красивой, персик, как говорят. Красивая, нежная, матовая кожа, именно сияющая изнутри.

**Модератор:** Персик, как это? Как достичь этого?



**Ольга:** Румянец, ухаживать.

**Ольга1:** Надо за ней ухаживать, очищать и увлажнять. Не знаю, у кого какие проблемы. Надо ходить к специалисту и слушать его советы, мне кажется.

**Марина:** Можно косметически это сделать.

**Ольга1:** Главное – ухаживать регулярно. Мне кажется, сложно ожидать, что если не заниматься, и не посвящать никакого внимания коже. Элементарно на ночь не умываться, то можно ожидать, что через 10-15 лет, кожа скажет «спасибо» за это. Результат будет на лице. У кого-то есть косметика хорошая, кому-то с кожей больше повезло, кому-то меньше. Но на каком-то среднем уровне, будет результат нормальный у всех, если просто не забывать о ней ухаживать.

**Марина:** Не лениться, да?

**Ольга1:** Да, и масочку там.

**Марина:** Есть основной уход, обязательный: утром и вечером. Умывание, тоник, крем. Действительно, раз или два в неделю – маска. То есть, основной уход, как говорят, как обязательно почистить зубы утром и вечером. И действительно, со временем, хотя бы это не будет тускнеть и еще что-то.

**Модератор:** А сияние глаз?

**Таня:** Это внутреннее радостное настроение.

**Анна:** Глаза, извините, чтобы не красные были.

**Ольга:** Это бодрое состояние.

**Наталья:** Это уровень жизни.

**Марина:** Если сильно устал – есть капли.

**Татьяна:** Крем для глаз, крем для век обязательно, конечно.

**Модератор:** Крем для глаз, крем для век. Почему?

**Татьяна:** Он убирает синяки, кожа все равно с ним подтягивается.

**Мария:** Обычным же кремом нельзя. Всегда говорят, что вокруг глаз нельзя. И, соответственно, специальный крем нужно применять для более тонкой и более чувствительной кожи.

**Модератор:** Вы сказали, что красота внешняя достигается регулярным уходом. Я правильно поняла? А еще чем?

**Мария:** Генетикой, говорили.

**Татьяна:** Занятия спортом.

**Наталья:** Правильное питание.

**Ольга1:** Образом жизни

**Татьяна:** Питание, да.

**Ольга1:** Кожа – она проекция того, что внутри. Все проблемы с кожей, как правило, идут изнутри, из-за каких-то проблем, нарушений. Недостаток витаминов, недостаток каких-то микроэлементов, веществ.

**Татьяна:** Аллергены.

**Ольга1:** Да, это комплексная такая проблема, здесь не только одни продукты.

**Ольга:** Косметические процедуры, может быть, пройти какое-то обследование. Может быть, у человека какие-то органы заболевают, а он не знает. Допустим, печень, то лицо тоже улучшится.

**Модератор:** Вы уже коснулись этого, я хочу поподробнее. Что значит, быть красивой в разном возрасте? Красивая женщина в 20 лет – это что?

**Татьяна:** Естественность, естественная, натуральная красота.

**Наталья:** Мне кажется, лучше в 50 быть естественной, потому что если в 50 наляпать на себя.

**Татьяна:** Имеется в виду молодость, красота вот эта 20-тилетняя, она естественная. Она не красится, ничего.

**Наталья:** Девочки молодые сейчас так не говорят.

**Татьяна:** А в 50 лет, наоборот, нужно за собой следить и подкрашиваться.

**Анна:** В 15 лет там намажутся, что я не рискну.

**Ольга1:** Важно выглядеть соответственно своему возрасту, когда в 15 лет девочки, всем же 15 лет, хочется накраситься, чтобы поярче, позаметнее. Насколько это в 15 лет смешно взрослому человеку смотреть, как на девочке 15-тилетней. Так, наверное, девочке 20 лет, смешно смотреть на женщину в 50, которая пытается выглядеть как 20-тилетняя. Важно чувствовать возраст свой, вести себя и выглядеть сообразно этого.



**Татьяна:** У нас во дворе живет женщина, ей за 70. Но она у нас только с красной помадой, шляпой. Она такая экстравагантная, вообще здорово, вся подтянутая. Ей от силы лет 50 дашь, наверное. Не подтяжек, ничего не делает. Стерва, вообще.

**Модератор:** То есть, я правильно поняла, что женщина, может ли быть женщина красивой в молодости и старости?

**Ольга:** Да.

**Модератор:** Чем вот это вот, чем вот это обусловлено, Вы сказали тем, что она экстравагантна в старости, да, в молодости, это естественно, правильно? Правильно, нет, может быть еще чем-то?

**Ольга1:** Просто естественность, она нужна в любом возрасте и как бы естественность, не в смысле, из-за макияжа неправильного, внешнего облика, естественность в поведении, что ли.

**Наталья:** Ну, с возрастом, наверное...

**Мария:** Нарощенного, что бы...

**Модератор:** Что, еще раз?

**Мария:** Чересчур наращенного, ничего, чтобы не было.

**Ольга1:** Не было вычурного, вычурных вещей каких-то. Мне кажется, вычурность, она вообще как-то...

**Модератор:** А, что такое вычурность?

**Татьяна:** Кричащий макияж, кричащая одежда, мини юбка, декольте. То есть, какие-то там вещи проколотые.

**Наталья:** Когда женщина за 60 идет в лосинах.

**Ольга1:** Или в очень коротких юбках, даже если у нее там нет, может, лишнего веса или очевидных проблем с формой ног, все равно, мне кажется, в 60 лет короткие юбки не одеваются.

**Татьяна:** Вот я свекровь заставляю, говорю, ну, одень ты, говорю легенсы. Цветовая гамма, наверное, все равно, играет.

**Модератор:** А вот, если женщина в 30 лет красивая, что Вы можете сказать о женщине в 30 лет красивая, что это определяет, прежде всего?

**Татьяна:** Хороший вкус. Здесь, тоже естественность, нет, натуральность.

**Модератор:** Девчонки, Вы что думаете?

**Наталья:** Тут уже в пору говорить об элегантности какой-то, потому что, не экстравагантность, а элегантность.

**Модератор:** А, что такое элегантность?

**Таня:** Это стиль и образ такой.

**Наталья:** Да.

**Марина:** Это гармоничность и в одежде, и макияж такой, не кричащий, как бы еще более-менее естественный, может быть, но уже скрывающий какие-то недостатки.

**Таня:** Более спокойный, может быть, макияж.

**Модератор:** Красота в 40 лет?

**Наталья:** Это еще более элегантно.

**Модератор:** Чем старше, тем элегантнее, да?

**Ольга1:** В 40 лет уже больше понимаешь и, если в 20 лет, в 30, еще много экспериментов, что-то хочется.

**Таня:** пробуешь что-то.

**Ольга1:** Вот в 40 уже...

**Таня:** Сложилось что-то.

**Ольга1:** Складывается, да, образ, и предпочтения, к каким-то результатам экспериментов уже приходишь.

**Модератор:** А, в 20, 30 на чем экспериментируешь?

**Анна:** На всем.

**Ольга:** На себе.

**Ольга1:** С длинным волосом.

**Таня:** С прической, с макияжем, с образом одежды, то есть вообще. А, к 40 годам, наверное, складывается уже, подчеркиваешь именно то, что уже знаешь, что у тебя красивое есть, просто подчеркиваешь наиболее четко достоинства.

**Татьяна:** Что-то нашел уже свое, и вот.



**Модератор: Согласны?**

**Марина:** Да.

**Анна:** Да.

**Мария:** Да.

**Наталья:** Ну, еще внешний вид, наверное, зависит от рода деятельности или...

**Таня:** Рода занятия.

**Наталья:** Да. Там, какой-то офисный, банковский работник.

**Ольга1:** Человек, состоявшийся в профессии, по крайней мере, определившийся с ней, уже развивается, и это тоже накладывает отпечаток.

**Модератор: То есть, я правильно понимаю, что Вы по роду деятельности уже можете определить, во что женщина оденется?**

**Наталья:** Ну, не всегда, потому что в выходные все одеты как попало. И никогда не определить, где она работает.

**Модератор: Ну, то есть, дресс-код можете определить, то есть вот там-то, там-то?**

**Марина:** Если придерживаются, потому что я вот, например, в суде работаю и считаю, что секретарь судебного заседания должна выглядеть, по крайней мере, на работе по-деловому. А многие девочки, особенно, у которых пышные формы, они одеваются в майки, из которых живот торчит, и это, я считаю, просто не допустимо, и как пускают таких даже на работу, мне не понятно.

**Модератор: Не всегда, наверное, можно определить, правильно человек одет или нет. Ведь, деловая женщина, деловой стиль в одежде, она может быть красивой?**

**Ольга:** Да.

**Анна:** Да.

**Модератор: Да. Что определяет ее красоту, деловой женщины?**

**Татьяна:** Ее ухоженность.

**Ольга1:** Помимо делового стиля, еще что-то. То есть, это не обязательно дорогие вещи, это просто вещи местные покупать.

**Наталья:** Женственные вещи, а не как, по «Служебному роману», которые.

**Мария:** Вещи могут подчеркивать или наоборот, придавать недостатков. То есть, можно одеться в деловом стиле и подчеркнуть и талию, и бедра, и, не знаю, бюст, например, будет красиво и сдержанно. А можно, соответственно, одеться в мешковатый костюм, в пиджак, где будет плюс 10 килограмм, зрительно.

**Модератор: Понятно. Вот, женщина в 50 лет, может быть красивой? Что здесь определяет?**

**Таня:** конечно, может.

**Модератор: А, что здесь определяет?**

**Ольга:** Уже такая внутренняя уверенность и...

**Наталья:** Нарботки молодости.

**Модератор: Что в молодости сделала, то и в 50 получила.**

**Ольга:** Как ты за собой ухаживала все эти годы.

**Модератор: Ну, то есть гни свою линию с 40, да?**

**Таня:** Раньше надо начинать делать.

**Наталья:** Да, с 25.

**Модератор: Со сколько?**

**Наталья:** С 25.

**Модератор: Что с 25?**

**Наталья:** Ухаживать за собой.

**Ольга1:** В смысле, что кожа в 50 выглядит, как ты за ней ухаживала.

**Модератор: В 25 так же Вы считаете, зрелая кожа?**

**Марина:** Ну, с 25 соответственно, да, уже нужно.

**Модератор: Как за ней ухаживать?**

**Мария:** Ну, комплексный подход, то есть умывание, дневной крем, ночной крем.

**Марина:** Очищение.

**Мария:** Очищение.

**Модератор: Еще что?**



**Ольга1:** Можно, какие-то салонные процедуры, то есть мне кажется, у врача или косметолога, которому доверяешь, который может быть соответствует твоему, тому уровню доходов, то есть, даже, если человек немного зарабатывает, можно найти хорошего мастера за небольшие деньги, и, следовательно, не забывать об этом.

**Модератор:** **Кредит доверия этому профессионалу, правильно поняла, он чем может, то, что Вы ему доверяете, чем он определяется у Вас?**

**Ольга:** Ну, в первую очередь, если он как специалист выглядит, какая у него кожа и как он ухожен сам.

**Модератор:** **Какой должна быть кожа?**

**Ольга:** Она должна быть идеальная.

**Модератор:** **Идеальная, как это? Идеальная кожа, что это?**

**Ольга:** Возраст, что бы она выглядела моложе своих лет.

**Модератор:** **На сколько, например?**

**Ольга:** Я всегда спрашиваю: «Сколько Вам лет», потом оцениваю, насколько она выглядит. Лет на 10, на 15, должна быть.

**Таня:** Хотя бы на 5.

**Ольга:** Больше, наверное, думаю.

**Модератор:** **То есть, именно специалист?**

**Ольга1:** Все равно, как бы ходишь, делаешь процедуры какие-то, смотришь, как ты потом выглядишь. Как себя кожа чувствует после этого. Если есть эффект, и насколько там, ну, человек же может быть 1 кожа, и она выглядит сама замечательно, при этом она может не правильно определить мой тип кожи, и что мне надо делать с моим типом кожи, и правильно подобрать важно.

**Марина:** То есть, социальные познания хотелось бы, что бы были, хотелось быть уверенным, что они есть.

**Модератор:** **То есть, интересно выглядит.**

**Наталья:** Еще прическа очень меняет возраст. Но, только почему-то наши парикмахеры все, куда не зайдешь, они почему-то у всех голова не мытая, не чесанная, сами с какими-то этими, прищепочками ходят.

**Модератор:** **Личный эксперимент, наверное.**

**Ольга:** Я вообще боюсь в парикмахерские ходить.

**Ольга1:** Я вообще думаю, что у каждого человека должен быть 1 парикмахер, 1 косметолог и 1 гинеколог.

**Ольга:** Ну, это как личный врач, наверное.

**Татьяна:** Конечно.

**Ольга:** Может так не повести с прической, просто вообще. У меня девочка знакомая ходила, у нее просто зеленые волосы были после окрашивания. Вообще, кошмар.

**Модератор:** **А вот, каким должен быть парикмахер, к которому Вам захотелось бы придти, сделать, либо Вы поймете, что он сделает, Вам сделает Ваш стиль? Вот, я сформулировала.**

**Таня:** Сам ухоженный, сам какой-то модный, какой-то сам, не знаю, проникновенный.

**Ольга:** Человек должен быть позитивный, когда он тебе делает прическу, с тобой общается, и тебя как бы располагает, и спрашивает, что тебе нужно, как ты хочешь выглядеть.

**Модератор:** **А что значит модный? Ведь модой же может быть вот это воспринято, нет? Нет, я имею в виду, как Вы показали. Тоже может быть, наверное, дань моде, нет? Каким модным?**

**Таня:** Ухоженные волосы у него самого должны быть. У меня парикмахер Московский, который приезжает сюда, он сам с ухоженными волосами, у него ухоженная кожа, даже вот мужчина, и женщины должны.

**Мария:** Как раз таки мужчины ухоженные, а женщины – нет.

**Таня:** Ухоженные руки у него, он весь так, изысканно одевается, то есть с ним приятно поговорить обо всем. Когда он стрижет, или красит, вообще, как-то приятно.

**Модератор:** **Ухоженный. Ухоженность, что это? Что это значит, ухоженность?**

**Таня:** Ну, то есть подпилены там...

**Модератор:** **Еще раз, еще, что Вы сейчас сказали?**

**Ольга1:** Следы регулярного воздействия.

**Ольга:** Глянцевость.



**Модератор: Глянцевость? А, что значит глянцевость?**

**Татьяна:** Как из журналов, с обложки.

**Модератор: То есть, как будто бы шагнул из журнала, да?**

**Наталья:** Ну, не всегда ведь такие. Я вот в прошлом году ходила на мастер-класс к парикмахеру-стилисту, он Англичанин, так он Немец, но живет в Англии, он лысый, но, он конечно, нормальный, ухоженный, так скажем лицо такое нормальное, ногти, все. Тут что-то такое рваное, джинсы все рваные, какие-то кеды, не понятные.

**Марина:** Ну, это Европа, Европейцы так одеваются.

**Наталья:** Ну, я имею в виду то, что он меня подстриг, сейчас-то, конечно, все это, я 2 раза уже у него стриглась, он именно вот находит, как сказать.

**Таня:** То, что подходит именно Вам.

**Наталья:** Да. Лица же у всех разные, у меня вот такое, вытянутое, он все смотрел, все кругом там, и сделал так, что оно смотрелось гармонично. Оно смотрелось вот это вот, такое все.

**Модератор: Говорите вот, что Европейцы, вот, у Русских своя красота, я правильно понимаю или нет?**

**Наталья:** Они расслабленные какие-то. Наши они все какие-то, все собранные прямо такие, а те расслабленные, у них как-то все естественно получается.

**Модератор: Ну, Вы же не сочли красивым его или сочли?**

**Наталья:** Ну, он мужчина, он симпатичный, нормальный. Он не красавец, что бы прямо ах, на колени упасть.

**Модератор: Нет, вообще, к тому говорю, что у Русских свое понятие красоты, у Европейцев другое иди я ошибаюсь?**

**Наталья:** Да, у нас свое понятие.

**Модератор: И, чем как бы понятие красоты Русской женщины, то есть, как бы понятие Русской красоты, женской?**

**Наталья:** У нас все более, строгое, что ли.

**Анна:** Подчеркнуто у нас, Европейцы, они надели все, что на стуле, не накрасились, они волос, какую-то тут собрали свою шишку непонятную и почесали. То есть они абсолютно не следят за собой. Они так скажем, не подчеркивают своих достоинств. Им комфортно, и наплевать, мы в Евро Союзе.

**Мария:** Им самое главное – это комфорт.

**Анна:** Да.

**Ольга1:** Это русская женщина идет мусор выносить, как на праздник, накрасится и каблуки наденет, и только так выйдет из дома.

**Анна:** А вдруг мужчина, да?

**Ольга1:** Да, да, да.

**Мария:** Европейцы считают, что Русские очень много красятся, очень много косметики. Ни 1, ни 2, а сколько смотришь...

**Наталья:** Потому что они косметику только вечером используют. Те же самые Француженки, которых мы считаем эталоном, они в жизни вообще, как наши парикмахеры.

**Татьяна:** Страшненькие.

**Модератор: Почему?**

**Анна:** Инквизиция прошла.

**Наталья:** Нет, мы считаем, что Франция – столица моды, то есть из-за этого все пошло, а они-то не красивые, они лягушки все. Лягушек едят, лягушками выглядят.

**Татьяна:** Не знаю, а мне нравятся, вот, как же фильм, «Морозко», «Морозко», не «Морозко». Естественный румянец, они все светлые.

**Мария:** Кровь с молоком, да?

**Татьяна:** Кровь с молоком.

**Модератор: Страшненькие Француженки, что вот это, как?**

**Татьяна:** Они угрюмые какие-то, у них цвет лица у всех, мне кажется...

**Таня:** Они не пользуются там кремом.

**Наталья:** Вот, Европейский тип лица: у них глаза далеко посажены, нам это не привычно. Те же самые Американцы, они как лягушки, вот тут у всех глаза, как будто бы они туда смотрят.

**Марина:** Носатые.



**Наталья:** С нашей стороны да, у нас просто разные типы лица, и судить о красоте...

**Мария:** Американцы, они почти, что все большие и по телу. То есть, что афро, что обычные белые, они все большие. Женщины, соответственно, у них все такие, как у нас называется «Баба-коть». У нас, соответственно, чем меньше женщина, тем более хрупкая, тем более прогрессирующая, то есть разные эталоны.

**Анна:** Какой, какой?

**Мария:** Ну, допустим, у нас же большие женщины считаются не красивыми.

**Анна:** Сейчас поменялось все. У нас то одни красивые, например, маленькая, худая, ой, какая миниатюрная, какая там красивая. Там высокая, стройная, ой, какая там, модель, какая красивая, как пава идет. Пухленькая женщина, о, есть за что подержаться, то есть тоже хорошо.

**Ольга1:** на каждый товар, есть свой покупатель.

**Модератор:** А вот, мы, кстати, не обсудили улыбку. Улыбка, то есть она какую-то роль играет вообще в понятии женской красоты?

**Анна:** Мне кажется, вообще само собой появляющееся.

**Ольга1:** У меня вот есть такое, если стержовная женщина, надменная, какая у нее кожа, во что она одета, для меня это не красота.

**Модератор:** То есть, у красивой женщины, какая должна быть улыбка?

**Татьяна:** Естественная, улыбка глазами должна быть.

**Наталья:** Не американская улыбка.

**Мария:** Да, да.

**Марина:** Естественная.

**Наталья:** Но не в 33 зуба.

**Марина:** От души. Мы как-то с детьми пришли в салон, ну, не в салон, а на панцирь, я не знаю, может мы были первыми посетителями, может так хотели, что бы мы этот купили сертификат, но там администратор так улыбнулась, вот, я даже не сделаю, как мне страшно стало, я больше туда не пришла. Просто так улыбнулась и замерла в этой улыбке, и на меня смотрела, но, вот так нельзя улыбаться. Вот, действительно, естественность, как-то должна от души эта улыбка идти что ли, изнутри.

**Анна:** Вот, например, Европейцы, Американцы: «Привет, как дела?», то есть на автомате. А у нас: «Как дела?», то есть, если у нас спрашивают, как дела, то это искренне, реально. А, у них вечно, все замечательно, как бы души нет.

**Татьяна:** У меня тоже есть знакомая, я порой лишний раз у нее боюсь спросить, как дела. То есть, она такая, на негативе постоянно, то есть я стараюсь у нее вообще не спрашивать, как дела.

**Модератор:** Хорошо, вот у Вас. А, вот, я еще не спросила, женщина в 60? 60 так же, как и в 50 или уже что-то по-другому, красивой?

**Анна:** Она должна быть такой ухоженной бабушкой.

**Татьяна:** Нет, нет, нет. У меня свекрови 60, она все равно ой, ой, ой. Но, единственное, платье, которое покупала на 55, я ей сама его покупала, то есть там от колена ну вот, вот столько, сейчас она уже его не одевает, то есть прошло 4 года, она уже все.

**Ольга1:** Мне кажется, в 60, в особенности наших женщин, мало кто следит за здоровьем с юных лет, какими-то отклонениями располагают, это лишние походы в больницу. Вот, и в 60 лет мало кого осталось в хорошем состоянии, а много у кого оно уже такое, что уже по фигу, как выглядишь, лишь бы было удобно. Потому что болят ноги, потому что, не знаю, болит спина, и может быть все, что угодно, и взвешиваешь, получается, либо это будет красиво, либо это будет удобно. И, зачастую, состояние здоровья просто не позволяет выглядеть так, что бы на это кому-то было приятно смотреть со стороны.

**Марина:** Опять же, мне кажется, все-таки тенденция меняется, и мы, как наши бабушки сейчас выглядят, мне кажется, мы так не будем выглядеть. Мы будем выглядеть уже более здоровыми и красивыми.

**Татьяна:** Наши бабушки вечно с сумками, вот таки вот.

**Марина:** Да, и по фиг, что одето, даже, если пятном заляпано, все равно.

**Наталья:** Сейчас взял машинку и поехал, никакие сумки не тащишь, раньше не было машинок.

**Татьяна:** Что Вы хотите, голод пережили, вот и нормально все.



**Модератор:** Вот, женщина в 60, что Вы можете сказать о ней, что она красивая сейчас, женщина в 60?

**Татьяна:** Хорошая прическа.

**Анна:** Руки.

**Наталья:** Это уже спокойствие, редко, кто в 60 работает, работают, конечно, но, уже какое-то спокойствие. Они сидят на пенсии, занимаются своими любимыми делами, просто отдыхают.

**Татьяна:** Окрашенные волосы.

**Модератор:** Руки, что руки?

**Анна:** Руки ухоженные, с маникюром. Ну, как бы, что ногти подпилены.

**Наталья:** Обработаны.

**Анна:** Да.

**Татьяна:** Но, без лака. Мне тоже не нравится, когда покрасят, именно розовым с перламутром.

**Модератор:** Что еще?

**Ольга:** Мне нравится, когда одежду какую-нибудь яркую одевают, но, что бы она гармонично смотрелась, а не все черное, и не штаны. Вот, начинают уже в возрасте женщины надевать все время брюки, штаны, мне вообще не нравится.

**Анна:** Туфельки, здорово, если бы были туфельки не эти вот калоши, которые китайские продаются на все размеры вот эти, какие-то непонятные. Они их надевают, потому что у них шишки на ногах, это понятно, вот, хочется, чтобы их не было, что бы там, какие-то туфли-лодочки, например на маленьком каблук. Это же очень здорово.

**Татьяна:** Еще брючки модные, что-нибудь такое. Брюки, какие-нибудь укороченные такие.

**Модератор:** Таня, Мария, Вы, что?

**Таня:** А что?

**Модератор:** Женщина в 60, может быть красивой?

**Таня:** Конечно, может. Но, только Вы сейчас говорите о реальности, как бы, что такого не бывает, ну, редко бывает. Конечно, должна быть красивой, может быть красивой.

**Модератор:** Вот, пример красивой женщины в 60?

**Таня:** Пример?

**Наталья:** Софи Лорен.

**Татьяна:** Ой, вообще, шикарная женщина.

**Ольга:** Я хотела сказать, моя мама.

**Таня:** Моей маме, например, еще нет 60 лет, она вообще классно выглядит, она не выглядит даже на 50, ну, на 50, может, выглядит, ей 54.

**Модератор:** Что значит, классно выглядит?

**Таня:** Во-первых, ухожена, во-вторых, стиль одежды.

**Наталья:** Есть такое понятие «Классная тетка». Вот как-то так.

**Таня:** Это прическа, это маникюр всегда, это какой-то красивый, такой приятный макияж, ароматы какие-то там.

**Модератор:** Ароматы?

**Таня:** Да. Аромат приятный такой, да. Сумки, какие-то аксессуары, то есть не просто там одеда, что было, и пошла. А вот именно человек думает.

**Модератор:** Аксессуары, какие аксессуары?

**Таня:** Сумки, бижутерия.

**Анна:** Платки.

**Таня:** Платки, да, какие-то. Платочек, шляпка, да.

**Ольга1:** Ремни, может быть.

**Наталья:** Брошки.

**Модератор:** Брошки.

**Татьяна:** Когда женщина носит жемчуг, вообще классно, мне так нравится.

**Модератор:** Ольга, Ваша мама, что?

**Ольга:** Мама моя очень хорошо выглядит, мне очень нравится ее вообще позитивный настрой. Она все время, когда с ней общаешься, она все на позитиве, все что-то придумывает и говорит: «У меня вообще все хорошо», мне так нравится. Ну, это недавно с ней как бы случилось, в последние годы. Она сменила место жительства, живет в экологически чистом месте, на берегу озера, она похудела.





**Модератор: Наталья, «Классная тетка», что это?**

**Наталья:** Ну вот, все собственно сказали уже. Это аксессуары такие миленькие, там сумочка, бусики, шляпки. Не то, чтобы унылая, в платочке там домиком каким-то.

**Анна:** С семечками.

**Наталья:** Да, что бы поддерживала себя.

**Модератор: Хорошо, вот нарисовали коллажи. Расскажите, пожалуйста, вкратце, что нарисовали на тему внешней и внутренней красоты. Вот, 1 коллаж. Начнем с кого? С Анны. Анна, внешней и внутренней красоты?**

**Анна:** Ну вот, пожалуйста, пример не естественной внешней красоты.

**Модератор: Нет, давайте о внутренней и внешней красоте. Это где у Вас, коллаж? Внутренняя и внешняя.**

**Анна:** Вот, пожалуйста, это внутренняя красота. То есть, это и доброта, это видно созерцание природы. Это забота о доме, это семья, у них святящиеся глаза, все. Это улыбка.

**Модератор: Внешняя красота?**

**Анна:** Внешняя красота?

**Модератор: Да.**

**Анна:** Здоровый образ жизни, натуральность, а нет, не натуральность. Вот, внешняя красота, ну, что это? Во-первых, это уход за собой, потом, это не то, что бы народные рецепты, а пользоваться какими-то историческими методами, то же самое там, ванны с молоком. Это аксессуары, это гармоничное сочетание одежды, цветов и так далее, прическа.

**Модератор: А, бабушкины рецепты, я правильно понимаю, что исторические, Вы имеете в виду, что, которые проверены временем, я правильно понимаю?**

**Анна:** Да.

**Модератор: Вы, вообще, доверяете им?**

**Анна:** Да.

**Модератор: Вопрос ко всем.**

**Наталья:** Я не использовала таких рецептов, поэтому не могу сказать.

**Модератор: Ольга, а Вы?**

**Ольга:** Ну, я иногда использую, когда есть возможность. Ну, это очень трудно сейчас.

**Наталья:** Кроме чайных пакетиков.

**Модератор: В смысле, трудно сейчас?**

**Ольга:** Ну, вообще использовать, это очень трудоемко.

**Анна:** У тебя ванна или у тебя душевая кабина? У меня просто душевая кабина.

**Ольга:** Нет, у меня ванна.

**Анна:** Вот, ей, пожалуйста, молоко вылил в ванну пакет, молока надо еще натурального найти. 1 просто литр молока на ванну и все.

**Марина:** У нас вода такая ужасная в городе.

**Таня:** Я тоже так думаю.

**Анна:** У нас нормальная вода, абсолютно.

**Наталья:** В центре не нормальная вода.

**Ольга1:** Водонагреватели я очень рекомендую. Поставили водонагреватель и очень большая разница. Мы перестали потреблять горячую воду из труб, из общих. Водонагреватель, это настолько служба спасения. То есть раньше, если в течение 5 минут не..., то прямо все начала шелушиться, стягиваться. Сейчас, вообще.

**Наталья:** Вообще, умываться лучше кипяченой водой.

**Модератор: А что значит качество жизни, если начали об этом говорить? Качество жизни вообще, влияет на красоту?**

**Таня:** Конечно.

**Наталья:** Все зависит от уровня дохода, скорее всего.

**Таня:** Просто, свежий воздух, например, свежая вода, чистая вода.

**Ольга1:** Питание.

**Таня:** Питание, свежие овощи, фрукты.

**Мария:** Если финансы позволяют ходить в салоны.

**Ольга:** отсутствие переутомления, нерв, когда живешь...



**Мария:** Соответственно, выезды, отдых, на природу, допустим, на море.

**Модератор:** А что значит хорошая, дорогая, хорошая косметика? Она обязательно должна быть дорогой?

**Анна:** Нет.

**Татьяна:** Да.

**Марина:** Эффективная она должна быть, эффективная.

**Модератор:** А, эффективная, как Вы определяете эффективность ее?

**Марина:** Ну, эффективность, конечно же, определить, можно, только попользовавшись. Выбирать ее все-таки, желательно, наверное, я считаю, среди класса люкс.... Потому что считается, что в косметике класса люкс, там эффективные формулы и ингредиенты.

**Наталья:** У меня лично на косметику класса люкс аллергия страшная.

**Анна:** Там наркотики содержатся. Ты этой косметикой пользуешься, вроде все хорошо, тебе сразу на 10 лет меньше, ты цветешь, красивая.

**Марина:** Имеется в виду не наркотики, а гормональные составляющие.

**Анна:** А, потом получается, ты уходишь от этой косметики, все, тут уже на 15 лет постарела.

**Марина:** Не во всех гормональный состав, не во всех.

**Модератор:** Ну, хорошо. Если говорить, то есть гормональная косметика, в которой содержатся гормоны, это плюс или минус?

**Анна:** Минус.

**Наталья:** Плюс, если ей постоянно пользоваться, а минус, если бросаешь пользоваться. Я долго пользовалась косметикой «Мэри кей», это земля и небо. Привыкание да, я сейчас ей не пользуюсь, но я вот опять подумываю. Но, это знаете как, как наркотик, на самом деле. То, что подсаживаешься.

**Модератор:** В смысле, на что подсаживаешься?

**Анна:** Меняешься сразу, буквально в течение 3 дней, ты уже другой человек.

**Наталья:** Да, да.

**Анна:** Потом из этого не хочется выходить.

**Модератор:** А, благодаря чему вот, преобразования такие происходят?

**Наталья:** В том числе и гормонов.

**Ольга1:** К ним что привыкают?

**Наталья:** Конечно.

**Ольга1:** Я такого не знала. Я про это 1 раз слышу.

**Анна:** В Интернете прочитайте.

**Наталья:** «Виши» то же самое. «Виши» на меня просто не действует.

**Татьяна:** Я об этом не слышала, только пробовала «Макс фактор».

**Модератор:** То есть, это для обычного потребителя же не пишут, что там гормоны и так далее?

**Таня:** Вообще я не слышала про такое, раньше пользовалась.

**Наталья:** В Интернете прочитай.

**Мария:** Это как продукты питания, где ГМО.

**Модератор:** А, есть косметика, которая без этих добавок?

**Анна:** Кефир бабушкин.

**Наталья:** Мы все равно правду никогда не узнаем, что там написано, что там не написано.

**Модератор:** «Калина» вот, кстати, как косметика «Калина» Вам?

**Наталья:** Я вот сейчас пользуюсь кремом для век «Чистая линия», мне нравится.

**Модератор:** чем нравится?

**Наталья:** Комфортно глазам просто становится, я не знаю, как они убирают хорошо мешки или нет.

**Модератор:** А еще?

**Наталья:** Чайные пакетики.

**Ольга1:** Я пробовала «Чистая линия», и для рук у меня была «Чистая линия», для рук, мне нравится. Для лица, мне показалось, что мне не хватало там увлажнения.

**Мария:** Я из «Калины» пользуюсь «Бархатными ручками». И «Чистая линия» иногда шампунем.

**Анна:** Как можно этим шампунем, мне не нравится.

**Мария:** Мне нравится, они мягкие.

**Татьяна:** Шикарный скраб.

**Анна:** Скраб, да, с персиковыми косточками.



**Марина:** Да, вообще, классная штука.

**Ольга:** «Чистая линия»?

**Марина:** Да.

**Анна:** И он дешевый и очень приятный.

**Ольга:** У меня еще молочко для снятия макияжа «Чистая линия».

**Анна:** Вот, «Бабушка Агафья», что мне еще нравится, мыло банное, такое жидкое, такое непонятное.

**Ольга1:** А мне еще понравилось...

**Модератор:** Что еще?

**Ольга1:** ....

**Модератор:** Почему?

**Ольга1:** Не знаю, мне нравится соотношение цены и качества, и ингредиенты. Конечно, так читаешь все, так вызывает доверие, травы и травы вроде. Выглядит хорошо, пахнет приятно, эффект, нравится. У меня вообще такой очень большой получается разбег по ценам, то есть от «Полины» там, до, не знаю, как называется. «Чистая линия» для рук, то есть там до каких-то дорогих средств, причем не всегда в пользу дорогих средств.

**Модератор:** А вот, Мария сказала: «Классика косметики», что это значит?

**Мария:** «Бархатные ручки»?

**Модератор:** Да, что классика?

**Мария:** Я уже говорила, сколько им лет там, может, 20, а может, и больше. От мамы к дочке это переходит, что: «Вот, на, попробуй». Это действительно, они становятся бархатные, действительно хорошее средство, хорошее увлажнение. И по сравнению с какими-то другими «Калиновскими» кремами, пробовала не только «Калиновские», «Бархатные» лучше всех.

**Модератор:** То есть переходит от мамы к дочке.

**Таня:** Я тональный как-то покупала, мне тоже понравился.

**Татьяна:** Нет, ужас вообще.

**Модератор:** Хорошо. Так, внутренняя, внешняя красота, Татьяна?

**Татьяна:** Так внутренняя – это гармония с природой, видение всего прекрасного, чудесного, что есть у нас в природе. Вот, радуга, например. Так вера в чудеса, до сих пор в чудеса верю.

**Модератор:** Ну, Вас профессия оправдывает. Это правда?

**Татьяна:** Быть ребенком, верить в чудеса, волшебство. Я без этого не могу, допустим.

**Модератор:** И, это оправдано это верой, как-то вот случается?

**Татьяна:** Абсолютно.

**Наталья:** Случается то, во что веришь.

**Татьяна:** 100 процентов.

**Анна:** Только надо очень верить. Не бывает очень-очень. Просто веришь и всё.

**Татьяна:** И когда происходит, девчонки вот со мной, вот они. Они скептики, то есть они, допустим, не верят ни в Бога, ни в Дьявола. Вот так вот происходит, они говорят: «Таня». Вот так смотрят прямо.

**Анна:** "Ну как?"

**Татьяна:** Я говорю: "Вот так вот!" Это вера в чудеса и вот внутреннее. Внешняя красота, то есть это уход за собой: стрижка, парикмахеры, крема, модные аксессуары. Себя нужно любить, то есть как драгоценность, как ожерелье.

**Модератор:** "Себя нужно любить как драгоценность, как ожерелье"- что вы согласны тоже с этим со всем?

**Наталья:** Да.

**Ольга1:** Надо, конечно.

**Модератор:** Что это вам дает, что вы любите себя? Что это вам дает?

**Ольга1:** Заботимся о себе.

**Татьяна:** Хорошее настроение.

**Наталья:** Если ухаживаешь за собой – значит, любишь себя.

**Таня:** Уверенность в себе.

**Ольга1:** Мне кажется, сам себя не полюбишь - никто тебя не полюбит. То есть надо это не то, что тебя вообще никто не будет любить. Просто от человека, который сам себя любит, у него совершенно другое ощущение. Тебя уважают, прежде всего. Не делают плохих поступков. Он старается для себя, позаботится о себе: о теле, о душе.



**Татьяна:** Если человек не может полюбить себя, он никогда не сможет полюбить другого человека.

**Модератор:** **Согласны ли вы, или возражения есть какие?**

**Таня:** Согласны.

**Модератор:** **Оль, у Вас внутренняя, внешняя красота, что там?**

**Ольга1:** Внешняя красота. Что здесь? Девушки внешне красивые, которые, там не знаю, со стройными фигурой, с красивыми ногтями, волосами, много макияжа, есть красивая одежда, но надменная. Внутренняя красота - это красота души, красота поступков. Здесь вот девушки, которые прикалываются. Может быть, не боятся смешными быть, самими собой. Не боятся самоиронии. И быть живым человеком с позитивным внутренним миром. Любить других людей, любить себя.

**Ольга:** У меня вот внутренняя, внешняя красота. Внешняя – это, конечно, то, что дано природой, от природы человеку: лицо, волосы красивые. А внутренняя красота это уже гармония, вот я даже написала: красота, любовь, гармония, забота. Если ты это всё чувствуешь, у тебя глаза светятся, ты выглядишь ухоженной. Ты хочешь заботиться о себе. Любишь себя и любишь тогда и всех окружающих. Тогда есть в тебе, как бы, и внутренняя и внешняя красота, она сочетается в тебе.

**Модератор:** **Наталья, у вас?**

**Наталья:** Я считаю внутренняя, что внешняя красота идет изнутри, поэтому у меня вот тут такая граница. Занятия спортом, в данном случае – балет – это и внутренняя красота, потому что тебе это нравится. И внешне это проявляется. Дети. Когда ребенок говорит: "Мама, я тебя люблю!". Это вообще всё. И отдых: отдыхаешь душой, отдыхаешь телом – это всё на тебе, опять же, внешне проявляется. Внутренняя красота: музыка, витамины. Тут надо смотреть на море спокойствие, занятие любимым делом. Внешняя красота с малолетства начинается. Вот такая женщина элегантная. Уход за собой. Женщина с ребенком на руках - это вообще слов нет.

**Татьяна:** Радость материнства.

**Наталья:** Да. Беременная женщина. И вот красота у всех своя, там всякие племена, для них это красиво, для нас это, может быть, как-то странно.

**Таня:** Я выбрала так, что здесь у меня внутренняя красота, здесь внешняя красота. Внутренняя красота – скорее всего, это такие вечные ценности: материнство, любовь матери. Это когда безграничная любовь там, бескорыстная любовь матери к ребенку. Взаимодействие внутри семьи, то есть любовь – она к семье, к детям. То есть ты просто, например, женщина, которая рада своей жизни. То есть ей не нужно как-то выглядеть, как, например, напыщенной, как вот эта, например, женщина, которая вышла на улицу, а там тусовка. Она от и до там: очки там, взгляд надменный такой. Видно, что она такая...

**Ольга1:** Стерва.

**Таня:** Стервозность такая. Вышла такая, накружилась. То есть эта вот, например, женщина просто она красивая, просто, потому что она вот счастливая внутри себя. Какое-то хобби или любимое занятие, то есть взаимоотношение с мужчиной. Занятие йогой, к примеру. Внутренний какой-то уход в себя. Вот дети. Занятие спортом. Какая-то, вот именно, внутренняя жизнь. Ну и здесь, конечно, то, что есть во внешней красоте. То есть это одежда, мода, там маникюр, сумки, макияж и просто прически, и всё на свете, что относится к внешней красоте.

**Модератор:** **Хорошо. Марин?**

**Мария:** Внутренняя красота – это, например, счастливая семья: вот они узнали, что беременная она, то есть девушка. Соответственно дети. Тоже это, как бы, сразу женщина красивая становится. Вот в этой модели, я считаю, что и улыбка красивая и внутренняя красота – из глаз лучи. У неё очень сияющий взгляд. В возрасте женщины так же красивы, потому что в данном случае у нее счастливая семья. Тут у неё, к примеру, отдых. Она счастлива на даче. Отдых. Счастливая семья на отдыхе. Просто красивая девушка. Так по поводу внешней красоты. К примеру, Мерлин Монро (маленькую фотографию нашла, ну какую нашла), она соответственно внешне была красива, но на самом деле несчастна. У неё судьба не такая уж хорошая. Вот эти девушки внешне, может быть, и красивы, но как-то мне они кажутся пустыми. Вот эти вот дамы загорелые, внешне красивые, но тоже там, никакого там счастья от них нету.

**Анна:** Мерлин Монро без макияжа – мышь. Я видела просто фотки.

**Татьяна:** Абсолютно так себе вообще.

**Наталья:** Давайте все умоемся сейчас и посмотрим.

**Татьяна:** Мне лично нравится. Пусть у меня хорошее настроение.



**Наталья:** Я и говорю - всё идёт изнутри.

**Татьяна:** Все сделаю: пилинг. Прямо как тот младенец такой вообще. Мне нравится.

**Мария:** А бывает, встанешь и красиво выглядишь, и глаза кажутся подведены как-то так. И ресницы так красиво.

**Марина:** Внутренняя красота женщины. Я сначала для себя написала прилагательные, что именно я связываю с этим, а потом попыталась подобрать образы. И внутренняя красота женщины, как я понимаю, это: скромность, загадка, таинственность. И вот символ у христиан – вуаль - символ скромности, целомудрия. Вот вуаль изобразила. Так же обязательно мысли, ум (я вот с книжками так ассоциирую, что женщина должна быть мудрая, начитанной). Как говорят еще: "Преуспевающий мужчина стает с умной женщиной". Дальше вот такая картинка: вдвоем – это счастье, гармония внутри, доброта. Так же вот это, праздник тут изображен - веселость, чувство юмора. Потому что у нас, например, в семье так, что муж никогда сам по себе всякие шарики не развесит, и если я хочу праздник, я его сама делаю и детям и ему. Еще интуиция. Я считаю, что интуиция всё-таки более развита только у женщин, и мы вот ведем, как бы, всё равно семью благодаря нашей интуиции. Внешняя красота для меня это, прежде всего, стремление к хорошей фигуре. По крайней мере стремление. Не у всех оно, конечно. И потом это внешний вид. То есть, ну как мы уже обсудили – это естественность, подчеркнутость, красивый макияж, прическа. Хочется, конечно, каждый день красивой прической, но это не совсем реально. Дальше это красивая одежда, аксессуары, конечно же. Духи даже вот. И то приятно, если они в красивой такой коробочке, красивые платье. И вот у нас здесь Кейт Мидлтон. Для меня это эталон, потому что она всегда очень элегантно одета, всё так у неё в тему подобрано и фигура, я считаю, красивая. Вот это мое соответствие.

**Анна:** Вторая леди Ди.

**Марина:** Да.

**Модератор:** Это получается английская красота, правильно?

**Марина:** Сдержанная такая. Если на эту картинку посмотреть, то да. А остальные-то не совсем, как бы, я приурочила к английской. Это, в принципе, в общем.

**Модератор:** Хорошо. Я правильно поняла, что, в общем-то, резюмируя (вы можете со мной не согласиться, я чуть-чуть), что внутренняя и внешняя красота - они неотделимы? Правильно?

**Девушки:** Да.

**Модератор:** То есть, есть какие-то моменты, что вы можете добавить к этому соотношению или вроде всё сказали?

**Татьяна:** Понимание мира через свою душу, то есть мы накладываем на себя, получается, тот образ, в котором мы хотим себя чувствуем. Так, например.

**Модератор:** А вот естественная красота у женщин (мы же тоже уже об этом поговорили), что-то хотите добавить о естественной красоте? Что-то есть какие-то моменты? Какие можете добавить?

**Естественная красота.**

**Татьяна:** Это, наверное, улыбка, лучезарность, то есть это естественность.

**Модератор:** Всё то же самое, да?

**Мария:** Соответствие возрасту.

**Анна:** Настроение. А неестественная – это, не знаю, может быть, так и не хорошо говорить, но это какая-то мертвая красота. Бездуховная.

**Модератор:** Вот каждый, вот какое слово может сказать по поводу естественной красоты лица? Что можно кого туда красиво описать, чтоб можно было. Не красиво, вернее, а слова, что бы это было образно и емко. Естественная красота лица – это что?

**Татьяна:** Натуральность.

**Ольга:** Чистота.

**Анна:** Свежесть.

**Модератор:** Свежесть. Еще что?

**Ольга1:** Подтянутость.

**Модератор:** Подтянутость. Еще?

**Наталья:** Ухоженность было?

**Марина:** Сияние, лучезарность.

**Анна:** Свет.



**Модератор:** А вообще противоположность является у естественной красоты неестественная. Это что? Ну, как бы, чем это отличается естественная и неестественная?

**Мария:** Ну, это искусственная.

**Модератор:** Что значит искусственная?

**Мария:** Это искусственные ресницы, искусственные волосы.

**Анна:** Грудь, инородное всё. Не свое.

**Мария:** Искусственное – оно красиво. То есть, допустим, вот цветы искусственные. Они красивые, но они ненастоящие.

**Татьяна:** Не сколько радости несут, как настоящие. Вот настоящие можно понюхать.

**Таня:** Живое и неживое. Можно так сказать.

**Наталья:** Да, как пластику лица сделаю и всё, в одной гримасе застыл.

**Марина:** И не улыбнуться, да, даже?

**Наталья:** И все. И не улыбнуться, и ничего.

**Анна:** Спать с открытыми глазами.

**Модератор:** А в каких случаях пластика вот показана? С точки зрения красоты.

**Анна:** Природные какие-то дефекты, родимые пятна, там что-то еще.

**Марина:** Аварии.

**Наталья:** В нормальной жизни тоже можно. Там, например, я не знаю, хотя бы какие-нибудь уколы, но не резать что-то там.

**Анна:** Мне тетка говорит: "Давай, мы тебе уколы сюда сделаем".

**Мария:** Ну, немножко надо всё равно.

**Анна:** Нафига? Нет, я боюсь. Ну, конечно, можно всем сделать. Это, может быть, нормально. Ты уже. Ну, как бы, у тебя уже большой ребенок. Да. Заслужила Степнова. А если у меня поплывет что-то не в ту сторону? Мне 25, укол сделай и, что мне потом?

**Татьяна:** У меня девочки делают в 27. И она такая "Я вообще довольная". Бывает, уже эксперимент сделали.

**Анна:** Ненатурально. Ну, нафига под кожу укол делать?

**Наталья:** Так это надо человеку, врачу доверять, косметологу надо доверять, потому что.

**Модератор:** Но всё-таки бывает же такое, что пластика, она выглядит естественно? Бывает такое?

**Татьяна:** Да.

**Мария:** Да, конечно.

**Наталья:** Это когда по чуть-чуть и вовремя.

**Модератор:** Какие можете примеры привести?

**Наталья:** Лет в 40 уже начинать делать по чуть-чуть.

**Марина:** Пугачева.

**Татьяна:** Пугачева не нравится.

**Модератор:** Еще что?

**Таня:** София Ротару. Извините, она ж там тоже очень красиво?

**Анна:** Кадышева. Ох, она там.

**Татьяна:** А Бабкина вот интересно, делала или нет?

**Анна:** Делала, конечно.

**Ольга1:** В телевизоре все делают. В телевизоре они вообще.

**Татьяна:** Вот Гурченко уже смотрелась чуть-чуть, уже искусственно.

**Таня:** Чуть-чуть?

**Наталья:** Как сказать. У меня эталон женщины и артистки – это Гурченко Людмила. Многие, то классно, но она очень сильно, конечно, всё это делала.

**Таня:** Ну, перебор всё-таки.

**Наталья:** Да. Вообще вот как человек, она вообще для меня.

**Модератор:** Эталон.

**Наталья:** Высшее существо.

**Модератор:** Эталон женской красоты, что это?

**Анна:** Муравьева.

**Модератор:** Эталон женской красоты. Наталья, у Вас Гурченко. Почему?



**Наталья:** Нет, она эталон, как сказать. Как человек. Поведение, в жестах каких-то, в этом. А эталон красоты у меня.

**Ольга1:** Она стерва редкая.

**Наталья:** Да. Но у меня Софи Лорен, скорее всего.

**Модератор:** **Эталон женской красоты для кого кто?**

**Анна:** Моника Белуччи.

**Модератор:** **Почему?**

**Анна:** Она как-то гармонична. Ухоженная, гармонична.

**Наталья:** Шикарная женщина.

**Анна:** У неё всё так классно, прям всё.

**Модератор:** **Шикарная. Это в чем шикаренность её?**

**Наталья:** Она вся какая-то такая спокойная.

**Ольга1:** У неё черты лица: яркие брови, яркие глаза от природы.

**Анна:** Врезается в память. Она гармоничная какая-то.

**Модератор:** **Ольга у Вас эталон женской?**

**Ольга1:** Я бы Софи Лорен и Анджелины Джоли.

**Модератор:** **Почему?**

**Анна:** Я тоже.

**Ольга1:** Она красивая. Вот у неё такая природная красота. И мне кажется, что она даже, когда совсем без макияжа. Мне кажется, она скромно достаточно ведет себя. Мне нравится её образ жизни, её семейные ценности какие-то, которые она демонстрирует. Мне нравится, какая она разная в ролях.

**Модератор:** **Так красивая. В чем её красота? В чем? Привлекает что в ней?**

**Ольга1:** Женственна.

**Ольга:** Анджелина Джоли. Она сама по себе красивая, талантливая актриса. И она еще очень активна. Она занимается всякой благотворительностью. Она вообще такая инициативная и, как бы, энергичная.

**Модератор:** **Красивая. Красивая всё-таки в чем? Вы говорите о действиях её, а понятно, что.**

**Таня:** Привлекательное.

**Ольга:** Очень лицо у нее. Фигура хорошая.

**Модератор:** **В чем привлекательно лицо?**

**Ольга:** Черты лица красивые, крупные.

**Таня:** Она красиво одевается, мне нравится, как она элегантно выглядит.

**Анна:** А в "Друзьях" как звали эту беленькую? Сериал "Друзья". Она с Бредом Питтом встречалась до Джоли.

**Татьяна:** Не смотрела.

**Анна:** Не могу вспомнить.

**Ольга1:** Дженнифер.

**Анна:** Дженнифер Энистон, да. Она там какая-то вся летящая такая, вся порхающая, жизнерадостная.

**Татьяна:** С "Секс в большом городе" там беленькая, носастенькая такая.

**Модератор:** **Которая кудрявая.**

**Таня:** Паркер.

**Татьяна:** Вот тоже мне нравится, здоровская.

**Модератор:** **А в чем её здоровскость?**

**Ольга:** Светящиеся глаза.

**Таня:** А мне не нравится её общение.

**Наталья:** Она страшная.

**Таня:** Не страшная. Мне кажется, она.

**Модератор:** **Чем страшная то она?**

**Ольга:** Она обаятельная.

**Наталья:** Мужские черты лица у неё.

**Таня:** Я считаю красивой её просто. Не то, что страшной.

**Татьяна:** Мне Кристина Орбакайте нравится. Очень нравится.

**Модератор:** **Чем нравится?**



**Ольга:** Ну, вот у некоторых людей есть внутренняя красота, и она просто перекидывается на внешне, и недостатки внешности закрываются.

**Татьяна:** Клевые черты лица.

**Модератор:** В чём?

**Татьяна:** Губки такие пухленькие, то есть, носик у неё. Не знаю. Большие голубые глаза. Вот есть у неё изюминка, магнетизм вот.

**Модератор:** Что есть?

**Анна:** Изюминка.

**Модератор:** Марина, а у Вас эталон женской красоты?

**Марина:** Я уже сказала, у меня Кейт Миддлтон. Потому что она утонченная. Мне кажется, такая и фигура. Ну всё, вообще в ней идеально, мне кажется. И подбирает она себе одежду и красивую, и, в то же время, подходящую, именно в том обществе, где она, как бы.

**Анна:** Думаешь, она подбирает? У неё столько.

**Марина:** Мне кажется, да.

**Модератор:** Мария, у Вас эталон женской красоты?

**Мария:** У меня, как эталона, нету. Единственное, что мне нравится, к примеру, яркие черты лица, как я говорила, правильные черты лица. Больше нравятся блондинки. Ну, блондинки естественные. Не пережжено-белые.

**Анна:** Гидропиритом.

**Мария:** Да. А нормальные такие волосы. Русые волосы, например, естественный цвет волос чтобы был.

**Модератор:** Татьяна, Аллу Пугачеву Вы прям считаете эталоном женской красоты. Убедите.

**Татьяна:** Вот внутренний этот стержень. Вот у неё всё это в поступках, глазах, в характере.

**Модератор:** В чём?

**Татьяна:** То есть, у неё даже эти балахоны, мне кажется, у неё, как крылья какие-то, не знаю. Свободная она.

**Ольга1:** Мне кажется, что у нас сейчас личность, получается, неотделима от того, что мы там видим.

**Татьяна:** Достигла. Чего она достигла.

**Ольга1:** Что мне нравится? Она сказала про Анджелину Джоли. Что мне нравится, какая у неё кожа? Ну, я не помню, какая у неё кожа. Нормальная какая-то кожа. Прыщей нету, сыпи нету. Вот, кожа как кожа. А видишь ты её вообще другой.

**Наталья:** Когда-нибудь видели в Интернете картинки актрисы с макияжем и без макияжа.

**Ольга1:** Да. Мне нравится Деми Мур. Ей вообще, наверное, под 60. Так она выглядит сногсшибательно и до сих пор меняет своих бойфрендов. Всё младше и младше, и младше, и младше.

**Анна:** Да сейчас, 25, мне кажется нашла. После документальных фильмов.

**Мария:** Сейчас она молодая мама.

**Татьяна:** В рубашечке в каком-то детском таком. То есть вот это, конечно, уже не её. То ли она из образа вышла, то ли она хочет войти в другой образ, который ей вообще ну никак не идет.

**Таня:** Вторая жизнь.

**Татьяна:** Заботливая мамочка.

**Модератор:** В интернете звезды с макияжем и без макияжа. Кого вы к этому? То есть.

**Анна:** Я нормально отношусь.

**Наталья:** Если пьедестал красоты, а если встанут утром.

**Анна:** Нет, ну звезды с фотошопом и без фотошопа. Там же.

**Мария:** Ну, к примеру, я Жанну Фриске не считаю там особо красавицей. Но она без макияжа и с макияжем особо не отличается.

**Модератор:** Да?

**Анна:** Это, кстати, да.

**Мария:** А есть, ну кто, естественно.

**Анна:** Орбакайте тоже не отличается особо.

**Мария:** Новое лицо одевают с макияжем.

**Модератор:** Кто такие? Кто одевает новое лицо с макияжем?

**Мария:** Я не помню уже.





**Татьяна:** Кто ярко красится, наверное.

**Мария:** Актрисы какие-то там зарубежные, там фотографии были.

**Наталья:** Наши какие-то. Наши актрисы.

**Татьяна:** Конечно, Бабкина.

**Наталья:** Наши актрисы естественны.

**Анна:** Мне кажется, с макияжем она выигрывает. Юлия Началова. Она, что с макияжем, что без макияжа – красotka.

**Татьяна:** Да у неё пропорции вообще ужасные. У нее уши такие.

**Модератор:** Хорошо. Вот, всё-таки второй коллаж " Естественная и искусственная красота" тоже коротко. Давайте с Марины начнем, да?

**Марина:** Тут всё просто. Естественная, вот как мы уже назвали: сияющий вид, ровный тон. Вот не видно косметики, вот вообще не видно. Возможно она как-то и есть какая-то такая, но вообще не видно, что она здесь есть. Здесь изображены какие-то, возможно, крема. В общем, средство по уходу за кожей лица, чтобы был естественный, красивый вид. Так же вот салонные какие-то spa-процедуры, чтобы поддерживать. Ну а искусственно, вот это всё налицо. Искусственный цвет лица. Искусственная даже одежда вот тут на подиуме. И вот – макияж, прическа.

**Модератор:** Хорошо, Мария?

**Мария:** Естественно, это вот чистая кожа, красивые сияющие глаза, красивая улыбка, ровные зубы. Как я говорила про блондинок, что нормальные непережжённые волосы, естественный цвет волос, красивая фигура, стройная. Забота. Вот тут девушка с полотенцем, умывалась, видимо. В возрасте женщины красиво выглядят без кричащего макияжа. Беременная красивая девушка. Тут, соответственно, белые волосы. Прически непонятные: и лохматые, и рыжие. Большие губы, брови чересчур подведены, либо татуаж сделан, причем, они на разной высоте. Яркий и кричащий макияж не соответствующий, как мне кажется, обстановке. Не вечернее что-то.

**Модератор:** Хорошо, Таня, у вас как?

**Таня:** Я сделала так. Здесь вот естественная, а здесь неестественная красота. Я думаю, что естественная красота – это женщина, которая близка к природе, естественный загар, минимум макияжа – она сама по себе красива. Какие-то процедуры водные, на солнышке, вокруг цветы. Здоровое питание, свежие фрукты, овощи, какие-то чаи пьет. Вокруг цветы, цветочные ароматы. А неестественная красота – это какие-то странные черные губы, какие-то странные ест конфеты. Женщина какие-то витамины, таблетки ест, чтобы поддержать красоту. В интерьере таком живет, намазавшись белым лицом. В общем, что-то такое неестественное. Макияж, который закрашивает естественную красоту. Что-то вот такое.

**Модератор:** Вопрос ко всем: по вашему мнению, употребление витаминов негативно, что ли, влияет на организм?

**Таня:** Почему негативно.

**Татьяна:** Витамины витаминам рознь. Есть всякие БАДы.

**Таня:** Говорят же, что таблетки, все равно, не заменят свежих овощей, свежей зелени.

**Анна:** Сколько нужно съесть яблок чтобы.

**Таня:** Это понятно, но если каждый день кушать салаты или просто не есть ничего кроме кофе в McDonalds ничего не есть, пить витамины, то, что ты сделаешь?

**Татьяна:** Иногда полезнее съесть витамины, чем, допустим наши фрукты и овощи. Если с огородика своего, где ты сам вырастил, тогда – да.

**Таня:** Вот видите, мнения расходятся.

**Мария:** И то не факт. У нас на Урале лучше не есть.

**Наталья:** Вообще лучше не есть на Урале.

**Марина:** Короче, хорошо мы к витаминам относимся.

**Модератор:** Наталья, Вы?

**Наталья:** С этой стороны – неестественная красота, с этой – естественная. Это анорексички. Я не считаю, что это красиво. Этот человек для нас неестественнее, хотя, может, он у себя там первое место занял.

**Модератор:** Вы имеете в виду какое-нибудь племя с Папуа – Новая Гвинея?

**Наталья:** Да, с нашей стороны это неестественно считается, а для них – естественно. Женщина с такой грудью «до» и «после».



**Татьяна:** Грудь 90 размера.

**Наталья:** Если подобрать белье нормальное.

**Марина:** Она пополнила или что?

**Наталья:** В статье было написано, что она сделала себе 32 размер груди.

**Анна:** Она же мешает, как она так ходит? Как она спит?

**Марина:** Для книги рекордов Гиннеса, наверное.

**Наталья:** Тут у меня микс, сейчас всякие субкультуры есть. Как они называются? Они считают, что это красиво, а на самом-то деле, со стороны нормального человека.

**Ольга:** Делают татуаж, там, тату.

**Наталья:** В черном ходят, как они называются?

**Анна:** Готы.

**Наталья:** Да, готы, эмо. Тут естественная красота.

**Татьяна:** У каждой эпохи своя красота.

**Модератор:** **Вы согласны с тем, что понятие о красоте меняется с течением времени?**

**Наталья:** Конечно. Сейчас красота вот такая.

**Модератор:** **Какая? То есть стройная?**

**Наталья:** Да, подтянутая, загорелая. Да и красота традиций. У разных народов свои традиции какие-то и тоже очень красиво, если они соблюдаются.

**Модератор:** **У русских какие традиции?**

**Наталья:** Мне кажется, что никаких. Мы черпаем. Вот это понравилось, это. Японская культура сегодня модная.

**Анна:** Мы же и волосы ополаскиваем и умываемся всегда травами, молоком протирали. Все это было. Мед, овсяные хлопья.

**Наталья:** Взять Японию, они живут и у них все одинаковое.

**Анна:** У нас было 70 лет безверия, что вы хотите. Церкви все развалили.

**Татьяна:** Мне нравится, что люди стали набожные, честно, мне нравится. Раньше в школах вели уроки духовенства.

**Ольга1:** У нас начинают поддерживать семейные ценности. Все равно у нас все есть.

**Анна:** Просто это все задвинули, забыли ради партии.

**Мария:** На свадьбу каравай.

**Наталья:** Ой, это уже.

**Модератор:** **Русская традиция красоты – что это?**

**Татьяна:** Баня.

**Ольга1:** Кровь с молоком – такая женщина.

**Ольга:** Яркие щеки, длинные волосы.

**Модератор:** **А баня, что дает?**

**Татьяна:** Очищение.

**Ольга1:** Здоровье.

**Анна:** Пилинг. Тот же самый веник.

**Ольга:** За границей говорят, что русских сразу видно издалека. Даже говорят, вы не прибалты и не украинцы, что именно русские.

**Модератор:** **Почему?**

**Ольга:** Я не знаю, как они определяют.

**Анна:** По мату?

**Ольга1:** Почему, все остальные женщины без каблучков – русские женщины на каблучках.

**Модератор:** **Ольга, у вас?**

**Ольга:** У меня две картинки, но я в них все выразила. Естественная красота – это Джулия Робертс. Она в своем возрасте выглядит очень красиво. У нее красивое лицо, ухоженные зубы, классная фигура. Надо быть собой, жизнерадостной и тогда у тебя все получится, естественная красота. А искусственная красота – это соответствие каким-то шаблонам, рамкам, которые диктует мода. Например, 90х60х90, диеты, макияж такой можно, а такой нельзя. И ты должен выглядеть как с обложки, не иначе как, и тем самым ты постоянно в каком-то негативе, в каких-то думках. Ты чувствуешь себя старше своего возраста, даже если тебе 20 лет. Я вот очень много таких девочек знаю, которые говорят, что они старые. Сколько вам лет? 25.



**Анна:** Загоняют себя в шаблоны.

**Ольга:** Они не могут жить здесь и сейчас, чувствовать себя красивыми. Они постоянно чувствуют себя старыми, и что они уже некрасивые. Есть категория людей, которые себя так чувствуют.

**Марина:** Наверное, это комплексы.

**Ольга:** Может быть.

**Марина:** Я таких не знаю просто.

**Модератор:** Соответствовать шаблонам – это путь к красоте?

**Татьяна:** К пустоте. Внутреннее опустошение, потеря себя самого.

**Марина:** Непонимание того, как я хочу выглядеть. Допустим, человек сам себе не может придумать свой образ.

**Наталья:** Когда ты делаешь так не потому, что ты хочешь, а потому, что так надо. Это шаблон.

**Ольга:** Да, когда по телевизору показывают вот таких худых манекенщиц загорелых. И ты идешь в солярий.

**Ольга1:** Потому, что внутри своего ничего нет.

**Модератор:** Допустим, показали по телевизору красивую, загорелую, субтильную красотку. Как на вас это подействует?

**Анна:** Меня раздражают они, уже бесят.

**Наталья:** Я не считаю, что вот эта субтильная. У нее кости ее торчат, не выпирают.

**Модератор:** Какие-то действия вы начинаете предпринимать, бывают такие моменты? Что вы начинаете предпринимать?

**Мария:** Нет.

**Ольга:** Допустим, я утром бегаю. Я хочу, чтобы моя фигура с возрастом ухудшалась, а только улучшалась. Стараюсь меньше сладкого есть, но я не могу отказаться и все равно сладкое ем, но стараюсь меньше.

**Татьяна:** У меня раньше вес был постоянно 48—50, я вообще худышка была, только сейчас более-менее отъелась. Зимой я поправилась, и была 56—57 килограмм. И мне было так легко, я себя так классно чувствовала. А муж сказал, чтобы я обратно свой вес вернула, потому что целлюлитик появляется, но мне комфортно в этом весе. Я нашла свой вес, и я хочу в нем быть. Когда сейчас у меня что-то пропадает, то для меня это вообще катастрофа. Я постоянно нет-нет, да возьму гантельки поподнимаю, поприседаю. Мне девчонки говорят, мол, зачем, я итак стройненькая, а еще подкачиваться. Я хочу быть в тонусе, быть в жизненном тонусе.

**Анна:** У Мэрилин Монро был целлюлит. Нормально.

**Модератор:** Ольга, вы?

**Ольга1:** У меня тоже естественная красота и искусственная красота. Естественная красота для меня, прежде всего, натуральность и уход. Нужно не лениться, заниматься спортом, надо следить, надо баловать свое тело полезными вещами.

**Модератор:** Баловать свое тело полезными вещами, что это?

**Ольга:** Скрабиком.

**Ольга1:** Массаж или на процедуры, может, какие-то сходить.

**Модератор:** Какие?

**Ольга1:** В баню, в пихтовую бочку, допустим. Массаж. Для меня, прежде всего, если побаловать – это массаж. Можно без него обойтись, но с ним лучше. Маникюр, педикюр, маску на волосы сделать. Что-то такое. Искусственная красота, на мой взгляд, это все наращенное, всякие экстремальные цвета. Я понимаю, что есть fashion индустрия, для которых это нормально и законы жанра, но в жизни, когда такое встречается мне не нравится.

**Модератор:** Согласны, с Ольгой, что не нравится, когда fashion индустрия шагает рядом?

**Татьяна:** Да, согласна.

**Ольга:** А я хотела бы посмотреть. Почему бы и нет.

**Ольга1:** На улице?

**Ольга:** Да.

**Мария:** Вы видели вот такие вот ногти, даже не помню, как они называются, вы хотели бы, чтобы они рядом с вами были? Острые такие.

**Ольга:** Почему, если другой человек чувствует, что он в этом классно выглядит, то я хочу на таких посмотреть, почему нет?



**Наталья:** Если тематическая вечеринка, то нормально выглядит, а на улицу пойти.

**Мария:** К примеру, с вами в общественном транспорте поедет такая женщина.

**Ольга:** Куда-то ему в этом комфортно одеться. Я не говорю, что он в этом в театр пошел. Может, это диско-вечеринка супермодная по поводу какого-то дизайнера модноприехавшего.

**Ольга1:** Меня не бесят люди, которые в таком виде ходят по улице, меня не раздражает, и я очень толерантна в этом смысле. И то, что у людей какие-то тараканы, то это их собственные тараканы, и я их никак не задеваю. Леггинсы надевают или что-то леопардовое – меня не раздражает. Если им нравится, как они выглядит, если их это делает счастливыми и есть люди, которым это также нравится, как выглядит со стороны, то пусть ходят, но про себя я думаю что мне это не близко.

**Татьяна:** А они на нас смотрят как на идиотов.

**Ольга1:** Да, я вчера вышла, оделась во все серое, и то не красиво на их взгляд.

**Татьяна:** У меня знакомая, она в молодости была готесса, было несколько стилей и сейчас у нее в гардеробе осталось очень много черного. Я ей сказала, чтобы она убирала. У нее бзик – туфли. Туфли не 5—10 см, а 20 см. Она сейчас родила лялю, второго ребенка и даже с коляской, с этой лялей, она все равно на этих каблуках. Я просто поражена, ей нужно памятник поставить, она не может без каблука. Допустим, сережки у нее не просто сережки, а сюда как-то прикрепляются.

**Модератор:** Это красиво?

**Марина:** Это стильно.

**Татьяна:** Это стильно, красиво, потому что она всегда ухоженная.

**Ольга:** Человек выражает себя через свой внешний вид, почему нет?

**Татьяна:** Меня выбешивает, что она постоянно на этих коблах. Меня это немножко раздражает. Она ребенка покачала и все, нет я устала. Я говорю, кто заставляет каблук одевать, пойдем со мной – сильнее будешь.

**Ольга:** Кеды?

**Татьяна:** Не носит она кеды.

**Модератор:** Таня, у вас?

**Татьяна:** Натуральная красота: я даже вырезку сделала. Натуральный продукт, русская естественная красота: коса, естественный румянец, натуральная еда из печи. Я даже подписала: «А на ужин была весна». То есть это натуральное, зеленое. Натуральные продукты, натуральный кофе. Все кофе пьем, он вредный, а пить только натуральный, полезный кофе. Искусственная. Тоже цвет ботокс, таблетки, химия. Допустим, девушки/женщины курят и едят таблетки, то это их очень портит, не красит. Щипцы для завивки. Все то, что может привести к такому образу неестественному, искусственная красота.

**Марина:** Она себя не узнала, посмотрелась.

**Анна:** Искусственные цвета, холодная зими.

**Татьяна:** Искусственная, как букет цветов искусственный. То есть, в принципе, смотреть красиво, но это неживое, пустое. Так же как и искусственное дерево. От него толка нет, оно бестолковое, неживое.

**Ольга:** Пылесборник.

**Татьяна:** Что еще? Вредная еда для меня, допустим, искусственные картофель фри, гамбургеры. Неестественная она, как тряпка.

**Модератор:** Аня?

**Анна:** Смотрите, на самом деле, по поводу того, что худые там. Я хочу сказать, что я в детстве поправилась на 20 кг, то есть я с 53 поправилась до 70 с чем-то, не влезала ни в одно свое платье. Я была красивая при этом, но меня было дофига, реально было много, поэтому я похудела. Это не из-за стандартов. Во-первых, я не влезала ни в одно свое платье, а я их привезла достаточно, а во-вторых, мне просто некомфортно. Меня встречали в аэропорту и сказали, что я очень поправилась. Мама тоже: «Толстущечка, ты моя». На работе тоже все говорили, что я поправилась. Да вы издеваетесь надо мной. Теперь ближе к делу: начнем с искусственной красоты. Во-первых, это мишура, Новый год, ГМО, картофель, потому что это все сделано для того, чтобы быть ярче и лучше. Как говорила Фаина Раневская: «Под любым хвостом павлина обычная самая куриная попа», так что меньше пафоса, господа. Все это хорошо для какой-нибудь фотосессии, для кого-то образа. Вот, пожалуйста, какие-то бренды непонятные, «яблоки», за которыми гонятся. Я понимаю, что есть вещи, которые делают твою жизнь удобнее. Извините, iPhone – удобно! Вот просто удобно, это не бренд, а удобная и классная вещь, а все остальное, я считаю, лишнее. Теперь естественная красота: так как я



люблю поест, я люблю натуральные продукты, это зелень. От зелени очень классно растут ногти, всем рекомендую. И улучшается цвет лица. Апельсины – это моя слабость. Очень люблю рыбу, шоколад. Естественность – это еще и отдых, гармония. Что может быть лучше для русского человека, чем пшеничное поле и небо? И шоколад. Без этого никуда.

**Модератор: Если бы не было ограничений с точки зрения совершенства и поддержания собственной красоты, то что бы вы делали?**

**Наталья:** Жила бы на море.

**Анна:** Три раза в день оливковое масло и все.

**Татьяна:** Спа-салоны.

**Ольга:** Питалась бы только натуральными фруктами, которые растут в саду.

**Модератор: Что бы вы делали в спа-салонах?**

**Татьяна:** Массаж, чистка лица, масочки.

**Модератор: Девчонки, вы?**

**Марина:** Каждый день массаж. Каждый день экзотические фрукты. Очень вкусные, сладкие, которые где-то там. Такая красота жизни.

**Мария:** Я бы хотела жить на море, есть фрукты и если без ограничений – все, что хочу. Далее, гулять с ребенком сколько хочу, без ограничения, отдыхать вместе с мужем и ребенком, тоже без ограничения. То есть, захотела сегодня на море, завтра в горы пошла. И отдыхать, так сказать, душой и телом. В салоны красоты ходила бы.

**Модератор: Таня, а вы?**

**Таня:** Я бы тоже на море, загорать каждый день, ходила бы в сауну, баню, на всякие процедуры, очень классно.

**Модератор: Кто-нибудь еще хочет что-то добавить?**

**Анна:** У всех море!

**Ольга:** Заниматься какими-то делами, которые ты сейчас не можешь себе позволить. Допустим, горшки расписывать. Вот нет времени.

**Ольга1:** Такой образ жизни, чтобы хватало на хобби, на отдых. И большую часть времени проводить в нормальном климате, много двигаться, чтобы не нужно было одевать 35 одежек и быстро бежать до машины.

**Модератор: Я у вас забираю ваши листочки, единственное, подпишитесь, пожалуйста. Имя и Фамилию. Я вам очень благодарна и надеюсь, что это все не зря, и вы все получили взаимное удовольствие.**