

АНТИСТРЕСС
СВОИМИ
РУКАМИ
ОТ
СТАСИ МАР



ИЗДАТЕЛЬСТВО
АСТ
2019

УДК 379.8
ББК 77.056я92
А72

*Серия «Самые крутые DIY»
основана в 2019 году*

А72 Антистресс своими руками от Стаси Мар / Москва :
Издательство АСТ, 2019. — 63 [1] с. : ил. — (Самые крутые DIY).
ISBN 9978-5-17-114370-1.

«Антистресс своими руками от Стаси Мар» — книга, в которой популярнейший DIY-блогер предлагает тебе идеи самых занимательных антистресс-игрушек. Благодаря уникальным мастер-классам ты легко научишься делать такие модные и забавные поделки у себя дома. Тех, кто на диете, порадуют «суперпончик», который можно властью разорвать на кусочки, и «мягкое мороженое», от которого не полнеют. Невероятные цвета, прикольное оформление и оригинальное применение этих игрушек поразят не только тебя, но и окружающих. Все рецепты лично проверены их автором и сопровождаются пошаговыми описаниями и фотографиями.

Смело открывай книгу и твори вместе со Стасей Мар! И больше никакого стресса!

УДК 379.8
ББК 77.056я92

ISBN 978-5-17-114370-1

© Текст, иллюстрации Стася Мар, 2016—2018
© Оформление, обложка ООО «Интеджер», 2019
© ООО «Издательство АСТ», 2019
© В оформлении использованы материалы,
предоставленные Фотобанком Shutterstock, Inc.,
Shutterstock.com, 2019

ВВЕДЕНИЕ

Современная жизнь и стресс уже практически неразлучны.

Школа, факультативы и спортивные секции, отношения с родными и друзьями — каждый день всё новые и новые задачи буквально наступают тебе на пятки! Что делать? Без паники! Тебе на помощь придут игрушки-антистресс.

Как-то руководитель одной фабрики игрушек получил в подарок оригинальную вещь — игрушку с мелкозернистым наполнителем. И она оказалась так хороша, что буквально все вокруг желали пощупать эту диковинку. С тех пор производство антистресс-игрушек уже было не остановить. Резиновые и пластмассовые, колючие и пушистые, с «начинкой» и без — они отлично справляются со своей основной задачей: снимают напряжение и поднимают настроение. Кроме того, игра с таким антистрессом развивает мелкую моторику и через нервные окончания стимулирует мыслительную деятельность. Но совсем не обязательно покупать игрушки-антистресс в магазине. Ты можешь сделать их самостоятельно. Как? Лучший DIY-блогер Стася Мар научит! Из чего сделать игрушку, чем украсить, как играть и где хранить? Стася Мар знает об антистрессе всё! Переверни страницу — и тебя ждет встреча с фантастическими игрушками, которые не дадут заскучать. Ленивое яйцо и шарик-попрыгун, шустрый котенок и курица-несушка, лизун в сети и металлическое чудо — ты захочешь сделать каждый! А Стася Мар тебе в этом поможет.



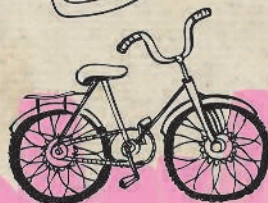
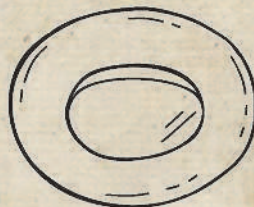


МАТЕРИАЛЫ И ИНСТРУМЕНТЫ

Из чего же сделать игрушку-антистресс?

Вот основные материалы:

- ♥ воздушные шарики;
- ♥ силикон;
- ♥ мочалка (спонж, губка);
- ♥ лизун;
- ♥ пластиковая бутылка;
- ♥ клей (канцелярский, ПВА, суперклей, глиттерный);
- ♥ загуститель (тетраборат натрия, жидкий крахмал, освежитель воздуха, жидкость для линз);
- ♥ скотч;
- ♥ бумага;
- ♥ наполнитель (поролон, вата);
- ♥ прозрачный чехол для телефона;
- ♥ сетка;
- ♥ алюминиевая фольга;
- ♥ резиновый мячик;
- ♥ пластиковый стаканчик;
- ♥ целлофановые пакеты;
- ♥ туалетная бумага (салфетки);
- ♥ пластилин;
- ♥ мелки;
- ♥ порошок для желе;
- ♥ желатин;
- ♥ маршмеллоу;
- ♥ сахарная мастика.

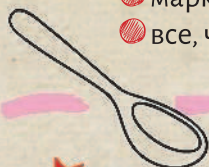




А как сделать антистресс еще красивее?

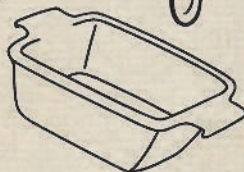
Вот некоторые варианты:

- красители (пищевые красители или акриловые краски);
- блестки;
- бисер;
- бусины;
- лак для ногтей;
- маркеры;
- все, что придумаешь.



Что еще может понадобиться в работе над антистрессом?

- ★ ножницы;
- ★ скотч;
- ★ кисточки;
- ★ контейнеры;
- ★ леска;
- ★ формочки для льда;
- ★ молоток;
- ★ наждачная бумага;
- ★ пилка для ногтей;
- ★ влажные салфетки.



*Теперь, «вооружившись»
на все это, приступим к борьбе
со стрессом!*



ЛЕНИВОЕ ЯЙЦО

Одолевают лень и никуда не хочется вылезать из своей скорлупы? Соверши усилие и сделай собственного ленивца-антистресс!



МАТЕРИАЛЫ

- ♥ крахмал;
- ♥ силикон;
- ♥ воздушные шарики;
- ♥ желтый пищевой краситель;
- ♥ кусок мочалки;
- ♥ прозрачный лизун;
- ♥ черный маркер.

ХОД РАБОТЫ

1

Насыпь в емкость крахмал.

