

ОТКРОВЕНИЯ

ЗВЕЗД

Мир
НОВОСТЕЙ

№19 ноябрь 2020

16+



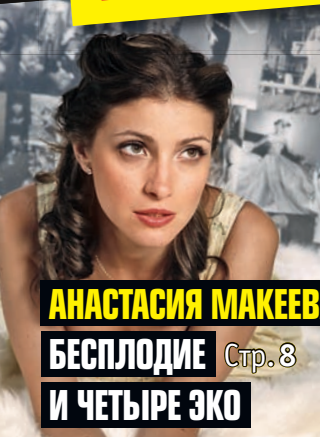
Стр. 10 **КОМУ
ДОСТАНЕТСЯ
НАСЛЕДСТВО
ЖВАНЕЦКОГО?**



Стр. 12 **Жена Сергея
Жигунова:**

**ОНИ ОПЯТЬ
РАЗВЕЛИСЬ!**

«Я ГОТОВА БЫЛА ЕГО ПРОСТИТЬ...»



**АНАСТАСИЯ МАКЕЕВА:
БЕСПЛОДИЕ Стр. 8
И ЧЕТЫРЕ ЭКО**



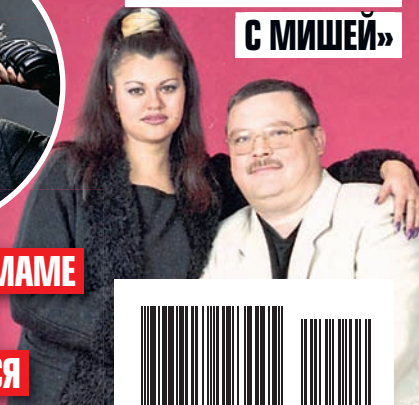
**СВЕТЛИЧНАЯ Стр. 22
ВОЮЕТ С СЫНОМ!**



Стр. 26

**ХАБИБ:
ОБЕЩАЛ МАМЕ
БОЛЬШЕ
НЕ ДРАТЬСЯ**

Стр. 20 **ИРИНА КРУГ:
«ВСЕХ СРАВНИВАЮ
С МИШЕЙ»**



4 603728 193045 1 20019

Боремся со стрессом

- Уменьшает раздражение и чувство тревоги
- Устраняет синдром хронической усталости
- Стимулирует умственную деятельность



Укрепляем иммунитет

- Помогает подавлять все серотипы гриппа
- Стимулирует выработку интерферона
- Способствует восстановлению печени после приема антибиотиков и воспалительных заболеваний

● Тел. 8-800-500-50-31
www.apteka.ru

● Тел. +7-495-989-87-03
ООО «РУФАРМА»

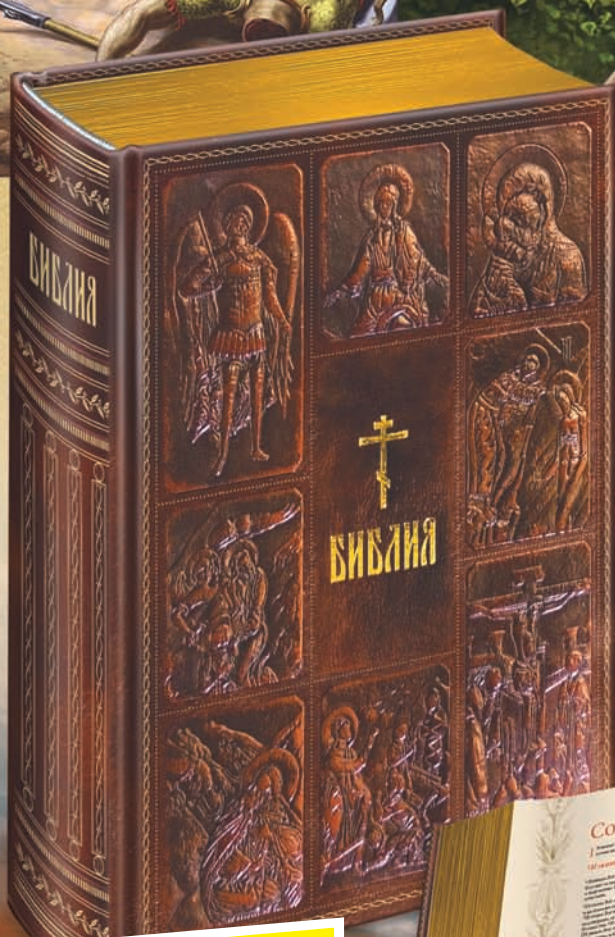
**СПРАШИВАЙТЕ
В АПТЕКАХ**

● Тел. 8-800-333-33-46
8-495-917-17-21
г. Москва,
ул. Земляной Вал, д. 46
Центр биотической
медицины

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Уникальное издание Библии

Книга печатается по благословию Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла



Текст Библии дан в последней редакции синодального перевода на современный русский язык, с учетом норм современной орфографии. Его можно читать неподготовленному человеку, не знакомому ранее с этой великой Книгой.

Впервые в оформлении Библии использованы уникальные цветные миниатюры из Лицевого летописного свода Иоанна Грозного XVI века. Географические карты, размещенные в книге, выполнены с применением новых технологий компьютерной графики. В оформлении кожного переплета использовано разноуровневое конгревное

тиснение изображений по сюжетам Ветхого и Нового Заветов. Несмотря на солидный объем в 1520 страниц, книга легко раскрывается, а четкий шрифт Священного Писания легко читать даже людям со сниженным зрением. Эта Библия, начертанное Слово Божие, непременно должна быть в каждой семье!

Формат 165x220, кожаный переплет (экокожа), трехсторонний золотой обрез, закладка-ляссе, 1520 с., специальная мелованная бумага. 12+

Подарочное издание

СКИДКА 50%

~~5980~~
2990 р.



МОЙ МИР
moymir.ru

Звонок по России и с городского,
и с мобильного **БЕСПЛАТНЫЙ:**

8-800-250-21-76

код заказа:
PM-20-861-БИБЛ

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: ООО «Мой Мир», ОГРН 1197746473451, адрес: РФ, 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 3090. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 30.12.2020 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительно только при заказе по телефону и указании кода PM-20-861-БИБЛ. Реклама.

5

лучших фото
знаменитостей
из соцсетей

ЗАСВЕТИЛИСЬ!

Кудрявцева потеряла друга

Лера не может поверить в смерть Александра Колтового, с которым работала вместе. Он разбился под Москвой, пилотируя легкий самолет. «Господи! Еще вчера вечером мы записывали программу, а сегодня его не стало. Все лето он звал меня полетать на самолете над Москвой. Я отказывалась и верещала, чтоб прекратил заниматься этим опасным делом. Господи...»



Смехова облюбовала гамак

В гамаке Алика не книжку читает и не дремлет осенними вечерами. Кувырки, растяжка, шпагат и упражнения вниз головой – вот чем 52-летняя артистка занимается. И уверяет: все это оттачивает фигуру лучше любого фитнеса!



Агутин удивил возрастом

«Постарели-то как!» – взвыли поклонники, увидев этот домашний снимок Леонида и Анжелики. Артисты сфотографировались у своего загородного дома. Совсем не звездные, совсем без глянца, такие, какие есть. Она – без макияжа, он – небритый. Но глаза у обоих – счастливые!



Бородина показала маму

Четыре поколения женщин на одной фотографии! Ксения показала своих дочек, бабушку и маму, которой исполнилось недавно 60 лет. «Помню, когда я была маленькая, мама мне говорила: «В общественных местах не мамкай», – просила называть ее Инна. В школе всегда думали, что меня забирает старшая сестра. Мамуля, какие там 60, ты у меня огонь!»



Собчак похвасталась тылами

«Пока, Россия! Пока, Европа!» – подписала Ксения фото с отдыха, явно надеясь, что поклонники продолжат в рифму: «А у меня самая красивая попа!» Собчак, которая всегда подшучивала над своей плоской фигурой, видимо, выйдя замуж второй раз, перестала себе в чем-либо отказывать. Супруг, судя по обалдевшему лицу, таким крутым поворотом весьма доволен.





ЛЮБИ ВСЕ ВОЗРАСТЫ ПОКОРНЫ



LOVERON FOR MEN 500 мг
«ЛАВЕРОН» - БЫСТРЫЙ ПУТЬ К ДОЛГОМУ СЕКСУ

LOVERON FOR WOMEN 500 мг
«ЛАВЕРОН» - ТЫ САМА ВЫБИРАЕШЬ
ТЕМПЕРАТУРУ ОТНОШЕНИЙ

Растительный состав «Лаверона» способствует быстрому и безопасному усилению сексуальной активности.



Справочная по России: **8 (495) 643-39-19**
Спрашивайте в аптеках города!

Loveron for men №30 Для курсового приема.

Регулярное применения **Курсового Лаверона №30** способствует:

- Улучшению сексуальной сферы у мужчин;
- Усилению действий сексуальных стимуляторов;
- Профилактика простатита, аденомы предстательной железы;
- Принимается по 1 табл. 2-3 раза в день в течение 1-го месяца; Лаверон – природная защита здоровья простаты.

Loveron for women №30 250 мг. Для курсового приема.

- Профилактика и комплексное лечение заболеваний женской половой сферы;
- Профилактики дисфункции и воспалению яичников; Лаверон – ты сама выбираешь температуру отношений.

Справочная по России:
8 (495) 643-39-19
Спрашивайте в аптеках города!



Для тех, кто следит за собственным здоровьем и бережет здоровье семьи!
«PanNONI» ПанНОНИ - 100% сок из плодов нони.

Сок нони «PanNONI» (ПанНОНИ) не содержит разбавителей и улучшителей вкуса, он 100% сок из плодов нони. Изготавливается «PanNONI» (ПанНОНИ) путем собственной ферментации и не содержит красителей, консервантов и ароматизаторов. Ежедневное употребление двух столовых ложек сока нони «PanNONI» organic – прекрасный, подтвержденный медицинскими исследованиями способ получить сбалансированный природой комплекс витаминов, микроэлементов и биологически активных веществ, необходимых каждому человеку. Дневной комплекс ежедневно необходимых биологически активных веществ содержит (на выбор) 100 граммов сырого хрена, 1000 граммов квашеной капусты – или 2 столовые ложки неразбавленного сока нони природной ферментации. **Выбор за Вами!**

Справочная по Москве:
8(495) 643-39-19
WWW.SUPERNONI.RU



**ЧАСТЫЕ ПОЗЫВЫ
К МОЧЕИСПУСКАНИЮ?
ПРОБЛЕМЫ С ЭРЕКЦИЕЙ?
БОЛЬ?**

Не стоит отчаиваться!

Огоплекс - современное средство, в состав которого входит микробиологически ферментированный экстракт пыльцы различных растений.

Надежное средство профилактики простатита и аденомы простаты. Повышает потенцию.

Огоплекс = здоровье простаты + SEX.

Справочная по России: **8 (495) 643-39-19**



РЕКЛАМА



8 (495) 369-33-00



8 (800) 777-70-03



8 (495) 215-52-15



8 (495) 419-19-19



8 (495) 585-55-15

www.apteka.ru
8 (800) 700-88-88

СПРАВОЧНАЯ ПО РОССИИ: 8(495)643-39-19

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

«ЛЮБОВЬ ВС

С бизнесменом актриса прожила 11 лет. И в 44 года родила ему сына!

Ольга Кабо развелась со вторым мужем

Еще вчера – любовь до гроба. Пылкие признания, букеты охапками. Не история, а сказка! А сегодня Ольга Кабо готовится к суду по разделу имущества. Развод с мужем уже состоялся...

«Мы не договорились»

На недавней светской премьере «Подольских курсантов» Ольга Кабо была в центре внимания. Стоило ей появиться в компании с 8-летним сыном Витей, как все тут же начали перешептываться: «Смотрите, кто пришел!» И неудивительно, ведь за несколько дней до этого стало известно о ее разводе со вторым мужем **Николаем Разгуляевым**. Многие пытались увидеть припухшие от слез глаза 52-летней актрисы. Еще бы: потеряла любовь всей своей жизни! Иначе она мужа не называла. Но нет – не было ни малейшего намека на переживания. Цветущая, улыбчивая

и как всегда элегантная Кабо охотно говорила о секретах своей вечной молодости. И ни слова о семейных неурядицах!

Брак с Разгуляевым стал для Ольги Кабо вторым. Первый муж тоже был бизнесменом – ради актрисы **Эдуард Василишин** оставил свою семью. А новой жене поставил жесткое условие: или я, или профессия. 29-летняя Кабо на пике популярности выбрала любовь.

– Все мое время должно было принадлежать только ему: в ожидании его, в путешествиях с ним. Он говорил: «Твоя профессия – это твой муж». Я думала, что бывают счастливые женщины, которые занимаются семьей и обретают себя в этой семье. Но

в какой-то момент мне стало очень сложно без творчества, и мы с ним не договорились, – рассказывает актриса.

На свободу из золотой клетки Ольга Кабо упорхнула с двухлетней дочкой Таней и парой чемоданов личных вещей. Позже бывший муж сам предложил ей финансовую помощь, и она не стала отказываться. А спустя пять лет после развода в ее жизни появился Николай Разгуляев. Казалось, вот оно, настоящее счастье...

Развод ко дню рождения

С будущим мужем Ольга Кабо впервые случайно столкнулась 11 лет назад в центре Москвы.

– Я шла в белой шубке по улице. Было ощущение, что все прекрасно, – вспоминает Ольга. – Надо было пешком пройти пару километров, потому что припарковаться

ЕЙ ЖИЗНИ» ПРОШЛА



Учимся «считать до десяти». Это дает возможность избежать ссор

У дочери Тани с отчимом отношения не сложились

тельно стало лучшим подарком к юбилею, который только можно представить...

Госпожа прокурорша

Инициатором развода стала Кабо. Поклонники актрисы давно заметили, что в ее королевстве творится неладное – в Инстаграме перестали появляться совместные снимки пары. У Ольги и сейчас допытываются, что же случилось. Ведь еще недавно она утверждала: «Мы с Колей до сих пор знакомимся и узнаем друг друга. Учимся «считать до десяти» или просто промолчать в ответ. Это дает возможность избежать ссор».

Но сегодня на все вопросы Кабо отделяется фразой: «Без комментариев!» А по поводу сплетен пожимает плечами: «Собаки лают, караван идет». А сплетен между тем ходит немало. Говорят, с отчимом не смогла найти общий язык дочь Кабо от первого брака. И актриса, кстати, это подтверждает:

– Николай не сделал шага навстречу, да и Татьяна не пыталась наладить контакт. С нее, подростка в то время, меньший спрос. А муж должен был проявить терпение и мудрость. Вначале я пыталась как-то сблизить дочь и Николая, потом поняла, что это ни к чему. Раз не принимают друг друга, так тому и быть. И с какого-то момента я разделила свое общение с мужем и дочерью.

А еще судачат, что и характер самой Ольги Кабо сложно назвать ангельским. Мол, за словом в карман своих костюмов она не полезет. Актриса и сама однажды призналась, что дома ее называют «госпожа прокурорша». В общем, в семье явно были свои скелеты в шкафу. Осталось дождаться, когда у кого-то из «бывших» развяжется язык и он расскажет всю правду о громком разводе... ■

было негде. Мой будущий муж тоже не смог припарковаться. Он прошел мимо меня. Мы посмотрели друг другу в глаза...

Николай запомнил ощущение – эта женщина обожгла его своей энергетикой. Долго думал, почему лицо показалось знакомым? Потом вспомнил: да она же актриса! Устроить через друзей встречу в ресторане было для бизнесмена сущим пустяком.

– Там мы и познакомились. Потом у нее был день рождения. Я уехал в командировку в Израиль, но через помощника передал ей цветы, – рассказывал Разгуляев.

Их отношения развивались стремительно: спустя 10 дней после знакомства Кабо переехала к Разгуляеву: уже в марте они расписались, в ноябре обвенчались. На кольцах выгравировали надпись «Вместе навсегда».

– В Коле есть что-то по-настоящему мужское. Он от-

вечает за свои поступки, не бросает слов на ветер, уверен в себе. У него нет сомнений, что он справится, и ему нужна именно такая женщина. Меня это и поразило, – объясняла такой скоротечный брак актриса, которая в 44 года стала мамой во второй раз.

Семья жила в Подмоскowie – в родовом гнезде бизнесмена с террасами и балконами и небольшим водопадом неподалеку. И вот теперь актрисе в это райское местечко вход заказан.

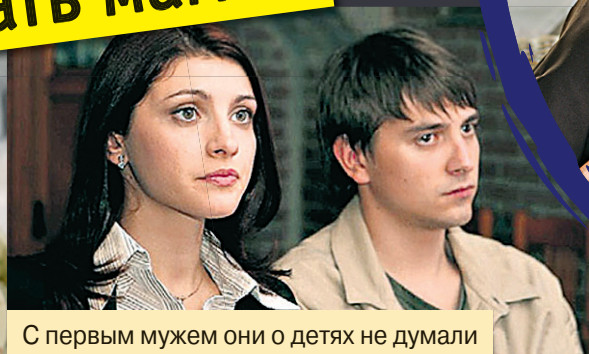
После развода ей остались просторные апартаменты на западе столицы. Но ходят слухи, что война за роскошный дом стоимостью в 40 миллионов рублей еще впереди.

Любопытно, что суд поставил точку в отношениях Кабо и Разгуляева аккуратно в день рождения теперь уже экс-супруга – 30 октября ему стукнуло 60 лет. И кто знает, может, для него это действи-

Анастасия Макеева
рассказала, почему
у нее не получается
стать мамой

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА

«Я, конечно, боюсь, но все равно буду делать попытки ЭКО еще и еще, потому что это единственный шанс»



С первым мужем они о детях не думали

Уже почти 40 лет. Три брака. Новый любовник... А детей все нет. И чем она только думает: часики-то тикают! В Настю Макееву уже несколько лет летят стрелы: «Лучше бы ребеночка родила!» И мало кто знает, как ранит ее эта тема...

«Н у а детишек когда заведешь?» – этот вопрос актриса слышит от близких, родных, знакомых и незнакомых последние лет 10, не меньше. И ненавидит его всеми фибрами души. Отвечать надо весело и беззаботно, чтобы не прослыть хамкой и мерзавкой. А так иногда хочется огрызнуться и послать далеко и надолго, чтобы не лезли, не расковыривали эту рану своим неуместным любопытством...

Она много лет мечтает увидеть на тесте две полоски. Оглядывается на улице на коляски с младенцами. Видит сны, в которых качает на руках малыша. Но стать мамой у Насти Макеевой пока не получается...

Бесплодие и четыре ЭКО

В первом браке с актером **Петром Кисловым** им было не до детей – слишком молоды были, думали, что еще успеется. С композитором и певцом **Глебом Матвейчуком** Настя прожила семь лет и наследника мужу так и не подарила. При разводе они кивали друг на друга. Глеб говорил, что жена была карьеристкой, а ему хотелось тепла, уюта и детских голосов в доме. Настя обвиняла бывшего в инфантилизме и в том, что именно он не готов был стать отцом. Когда страсти поулеглись, Макеева призналась: пытались, но не получилось.

– Мне хотелось стать мамой. Мы даже начали ходить по врачам. Это длилось три года, но я так и не смогла забеременеть...

Тогда актриса эту тему для посторонних закрыла, ничего подробно рассказывать не стала. Но когда в третий раз вышла замуж, шквал вопросов о продолжении рода снова ее догнал. Настя молчала, стиснув зубы. Или отшучивалась. И только сейчас, когда и этот брак уже в прошлом, начала говорить.

– Я о детях задумалась уже давно. Лет девять назад. Пробую с 30 лет, но не получается. Нет слов, как я живу, – признается Макеева. – Я очень много плакала – и когда узнала диагноз, и когда у меня было

МНОГО ПЛАКАЛА...»



Ни во втором, ни в третьем браке Настя так и не смогла забеременеть



четыре ЭКО. После каждого ЭКО я поправлялась на девять кило, потом худела. Сложно возвращать гормональный фон. Очень-очень много я травила на это денег, времени, сил и энергии. Но не получилось...

Вокруг все знаменитости, имеющие проблемы с деторождением, обзаводятся детьми. Кто-то проходит через подсадки эмбрионов, кто-то доверяет выносить ребенка суррогатной маме. Звезды, уже ставшие родителями, не раз предлагали Насте: давай все расскажем, направим, поможем – иди по нашему пути!

– Я, конечно, боюсь, но все равно буду делать попытки ЭКО еще и еще, потому что это единственный шанс, – вздыхает актриса. – На все

воля Божья. Не может Господь дать всем все. Он мне дал яркую внешность, талант, успех. Все мы живые люди. К этому относиться нужно смиренно. Как будет – так будет...

«Еще замуж пойду!»

В начале этого года Makeева развелась с очередным мужем – третьим по счету. Брак с юристом из Новосибирска **Александром Сазановичем** был внезапным, бездетным и недолгим: год с небольшим – и снова Makeева свободна. Супруг нашел другую, Настя опять осталась одна. Поклонники бросились ее жалеть, но актриса сочувственные комментарии пресекала на корню. Крест она на себе не ставит. Замуж пойдет еще обязательно, даже жених уже на примете имеется.

– Я сейчас не одинока. Он строитель. Познакомились во время работ на моей даче, – рассказывает Настя. – Знаете ли, слабая женщина с дрелью в руках – это всегда очень привлекательно. Обязательно появится мужчина, который захочет ей помочь.

Новый ухажер, правда, пока не мычит, не телится, решительных шагов в светлое будущее не делает. Но Makeева не сомневается: все будет, надо набраться терпения и чуток подождать.

– Я охренительная! Чего ж мне не сделать предложение? Я честная, я верная, я преданная как пес, – перечисляет Makeева свои безусловные достоинства. – Я с огромным удовольствием склоню голову и буду служить своему мужчине, если он этого заслуживает. Если будет для меня авторитетным и интересным. А не просто самодуром, который говорит: «Сиди и борщи вари».

Но я не вижу смысла в моем возрасте просто встречаться. Я пускаю мужчину в сердце, но с перспективой, что это семья, и мы не просто любовники или просто так тусуемся вместе. Когда с мужчиной завожу отношения, я говорю, что нацелена на перспективу семьи, иметь общих детей! Так что замуж – пойду! ■

А кто еще?

• **Равшане Курковой** 40, и она уже устала от бестактных вопросов о личной жизни и детях. По словам актрисы, ее раздражает такая бесцеремонность и навязчивость. Равшана дважды была замужем, пережила выкидыш, и теперь тему деторождения обходит стороной.

• «Я созрела для семьи и детей!» – вот уже несколько лет твердит **Анна Семенович**. Но ни мужа, ни ребенка у 40-летней блондинки так и не появилось. Говорят, она готова была бы родить и «для себя», но не получается.

• **Елена Летучая** уже четыре года как замужем за бизнесменом **Юрием Анашенковым**. Новости о ее «беременности» появляются постоянно, но оказываются «уткой». Лене скоро 42, и с каждым годом шанс родить первенца самой, как говорят врачи, у нее уменьшается.



★
**Сколько внебрачных
 детей заявят о своих
 правах?**



Дмитрий – единственный наследник сатирика, рожденный в законном браке



Наталья стала последней женой Жванецкого

ЗА НАСЛЕДСТВО БУДЕТ ВОЙНА?

У Михаила Жванецкого была долгая и насыщенная жизнь. Не только творческая, но и личная. Посчитать его детей – задача не из легких. Кажется, он и сам не знал, сколько у него наследников. Теперь это будут выяснять адвокаты...

Михаил Михайлович долго болел и все время это скрывал. Говорил, что просто возраст такой, 86 – не шутка, поэтому и самочувствие плохое. Но умер Жванецкий от рака предстательной железы – в свое время этот вид онкологии убил **Вилли Токарева** и **Олега Табакова**.

Знаменитый писатель, который многие десятилетия был самым востребованным сатириком на нашей эстраде, конечно же, оставил весомое наследство. И, судя по всему, не написал при этом завещания. Теперь за его имущество может развернуться нешуточная борьба!

Миллионы на кону

Последние 30 лет рядом со Жванецким была любимая женщина Наталья – они познакомились в Одессе, когда ей было всего 24.

– Мише тогда исполнилось уже 56 лет, – вспоминала она первую встречу. – Правда, разница в возрасте не смущала – я ее не чувствовала благодаря Мишиному восторженному, детскому взгляду на жизнь. Он тогда был не богат: старая дача в Одессе, старая машина и однокомнатная квартира в Москве рядом с Останкинской башней – вот все, что у него имелось.

Наталья стала и гражданской женой, и музой Жванецкого.

Сама не работала, но вдохновляла сатирика. И за четверть века пара обросла имуществом. Квартира в 250 квадратных метров в центре Москвы стоимостью примерно 90 миллионов рублей, просторный коттедж в Одессе на самом берегу моря, огромный дом в Подмоскowie, где в последнее время и жила семья. Ну, и крупные суммы на счетах в банке.

Отношения с Натальей писатель долго не регистрировал, расписались они всего 10 лет назад – и то потому, что их сын-подросток Дима стал переживать по поводу того, что родители не женаты.

24-летний Дмитрий, который носит папину фамилию, и



Надежда Гайдук с дочерью Лизой и сын Максим (на фото справа)



Половина детей – не его. Несомненно, приписать отцовство Жванецкому приятнее, чем слесарю дяде Васе



Андрей (сын Регины Рывкиной) познакомился с папой в 14 лет



что бросил ребенка и просто хотел откупиться, а я был слишком труслив, чтобы признать, что не нужен отцу.

Тайный сын

С другими своими детьми Михаил Жванецкий тоже общался крайне редко. Ходят слухи, что у него есть еще и шестой ребенок – сын от домработницы Инны. Теплых отношений ни с кем из внебрачных наследников не сложилось. Как и с внуками, которые сейчас уже совсем взрослые. Но на наследство Жванецкого могут претендовать все его дети. Половина имущества отойдет жене, а вот за куски второй половины детям придется побороться.

– Если юридически родство не было оформлено, то у этого ребенка будут проблемы. Придется пытаться устанавливать родство, – объясняет звездный адвокат **Сергей Жорин**. – Если считать и шестого предполагаемого сына, то каждый из наследников вместе с женой может получить по одной седьмой от половины наследства, то есть, в общем, по одной четырнадцатой доле.

Супруга Наталья всегда неохотно комментировала наличие наследников у мужа. И сейчас наверняка будет делать все, чтобы защитить наследство от попадания в чужие руки.

– Половина детей – не его, – утверждает Наталья. – Пускай все эти дети будут на совести их мам. Миша всегда жил в свободе, один, подруги все были проходящие – и кто что там будет проверять?.. Несомненно, приписать отцовство Жванецкому приятнее, чем слесарю дяде Васе.

В ближайшие полгода все наследники должны заявить о себе. Будет ли скандал, или семья все поделит тихо-мирно, станет известно совсем скоро... ■

ЖВАНЕЦКОГО

Наталья, конечно, наследники первой очереди. Первые, но не единственные. Ведь у Жванецкого есть как минимум еще два сына и две дочери.

«Он просто хотел откупиться!»

С первой женой у Жванецкого детей не было. Они появились уже в свободных отношениях. «Одно неловкое движение – и ты уже отец», – шутил сатирик. Во время гастролей по Сибири он закрутил роман с поклонницей, она родила ему дочку Ольгу. Вторую девочку – Елизавету – подарила Жванецкому художница по костюмам **Надежда Гайдук**, которая прожила с Михаилом Михайловичем почти 10 лет. Расстались они из-за непрерывных измен любвеобильного сатирика.

– Одну из его дам звали Кирой, – вздыхала Гайдук. – Она, бедная, поняв, что ей ничего не светит в гареме Жванецкого, променяла Мишу на знаменитого танцора Барышников. Об интрижке с другой женщиной – Венерой, которая, как оказалось, тоже ждала от него ребенка, – я узнала немного позже. И сразу

выставила чемоданы Миши за дверь: «Забирай манатки и ухо-ди с глаз долой!» Тогда-то у него появилась еще и Регина Рывкина – она была у его тяжело больной мамы сиделкой.

Внебрачный сын от Регины **Андрей Рывкин** – единственный из детей Жванецкого, который стал известным, написав сценарии к фильмам «Духless 2» и «Лондонград». Он всю жизнь был обижен на отца за то, что тот его не растил, не интересовался и практически с ним не общался.

– С отцом я познакомился в 14 лет, – рассказывал Андрей. – С тех пор мы виделись раз десять, всегда после его выступлений. Он всегда был в гримерке, в идеальном костюме, окруженный бесчисленными поклонниками, камерами и телохранителями. Все проходило по отработанной схеме. Двухминутные: сколько же тебе сейчас лет, как мама? А затем – торжественная презентация конверта с тысячей долларов и обязательным напутствием про «стыдно должно быть деньги брать у отца». Эта ежегодная тысяча долларов стала нашим связующим звеном: он был слишком труслив, чтобы признать,

С Верой Новиковой у него было две свадьбы и два развода



Жигунов все-таки развелся со своей женой. Причем уже во второй раз!

Роман с «Прекрасной няней» продолжился два года

НА КОГО ОН ЕЕ ПРОМ

Жена Сергея Жигунова снова осталась у разбитого корыта. Знаменитый актер развелся с ней второй раз ради новой любви. Оказывается, актер – ловелас не только на экране, но и в жизни...

Свидетельство о разводе с **Верой Новиковой** бравый Гардемарин выложил у себя на странице в соцсетях. То ли так обрадовался свободе, что не смог разделить ликование с поклонниками, то ли постарался угодить новой пассии – мол, все, оковы сняты, я теперь весь твой.

Роман женатого Жигунова с **Викторией Ворожбит** – бывшей журналисткой из Владивостока – перестал быть тайным во время весенней самоизоляции. Тогда они прокололись на фотографиях, которые выкладывали в сеть:

снимались по одиночке, но общие интерьеры загородного дома выдали правду. Потом уже стало известно: встречаются влюбленные почти два года. Познакомились на фестивале, и вскоре Виктория бросила родной город заодно с опостылевшим мужем и переехала в Москву.

«Как думаешь, у меня есть любовница?»

Терпеть и прощать – это то, что наши женщины умеют делать лучше всех. За веру и надежду Вере Новиковой надо бы выдать орден или медаль.

Брак с Сергеем Жигуновым для нее был еще тем испытанием. Только сейчас, получив очередной с ним развод, она решила больше не молчать: не делать вид, что жили счастливо, и не покрывать Сережу, которого действительно сильно любила.

Конечно, она понимала: вокруг него всегда будет много красивых женщин. И вешаться на шею ему станут. Но Жигунов смотрел в глаза и клялся, как в кино: ты у меня одна. Она до поры до времени верила, хотя признаков того, что это неправда, было навалом. Просто не хотела замечать, жила, словно с закрытыми глазами.

– Когда дочке было шесть лет, он пришел домой поздно и спросил: «Как ты думаешь, у меня есть любовница?» Я сказала: «Наверное, раз ты спрашиваешь, есть», – вспоминает

Виктория очень похожа на Анастасию Заворотнюк



Я готова была простить. Но не встретила ответного отклика со стороны Сережи...

ЕНЯЛ?

Вера. – Я пыталась сохранить самообладание. Когда у меня спрашивают что-то неожиданное, у меня всегда немеют руки, я как будто перестаю их чувствовать. Помню, сказала: «И что? Для чего ты мне это рассказал? Ты хочешь уйти? Или ты хочешь остаться и хочешь, чтобы я тебе помогла? Для чего ты это делаешь?» Я действительно тогда долго не могла понять, для чего надо было это говорить, для чего нужно было причинять мне эту боль. Мы не расстались тогда, мы это пережили. Я не узнала, кто это был, и не пыталась узнать...

Они прожили вместе еще 10 лет – до первого своего развода. Вера старалась не думать, есть ли у Сергея кто-то на стороне. Как «мудрая жена» пыталась объяснить то, что пропадает, не ночует дома, не берет трубки, работой: ведь

актер и режиссер часто занят, ну, необходимость такая у него, надо понимать и принимать. Только сейчас, оглядываясь назад, она поняла: дура была наивная. Жигунов ни в чем себе не отказывал...

На два фронта

О романе мужа с **Анастасией Заворотнюк** уже судачила вся страна. А Вера, как и все жены в такой ситуации, узнала об этом последней. Из газет.

– Я спросила: «Это правда?» Сережа не стал опровергать, просто сказал, что не готов об этом говорить, – рассказывает Новикова. – И я помню, что меня это обидело даже больше, чем если бы он сказал: «Да, это правда». Подумала: как это не готов, если об этом пишут? А он просит меня отойти в сторонку и подождать немножко, пока разберется и придумает, что мне ответить.

Ее не покидало ощущение тошноты. Ведь Заворотнюк она принимала в доме – та приезжала в гости как ни в чем не бывало. Сидела за столом, ела, пила, смеялась...

– Я не помню, чтобы у меня было к ней «ненавижу, не прощу», – вздыхает Вера. – Думаю, что она тоже в какой-то мере сторона пострадавшая. Я верю, что она была искренне влюблена, увлечена, и тоже как-то не оправдались ее надежды...

Жигунов продолжал метаться и не мог сделать выбор. По словам Веры, жизнь ее тогда стала похожа на ад. Муж признавался ей в любви, говорил, что хочет сохранить семью. А газеты печатали его пикантные фотографии с «прекрасной няней». А потом актер открыто отправился с любовницей на Сейшелы.

– Но и оттуда писал мне, что хочет вернуться, хочет поговорить, меня увидеть, – горько усмехается Вера Семеновна.

С Жигуновым они тогда все же развелись. Он ушел строить счастливую жизнь с Заворотнюк, которая тут же ушла

от мужа. А Вера осталась зализывать раны...

«Я так устала...»

Но не прошло и пары лет, как в 2008-м блудный муж вернулся. Со всем избитым набором слов на тему «прости, как я был неправ». И она... простила.

– Знаете, у меня тогда было ощущение, что наша история еще не закончилась, что это как-то несправедливо, неправильно. Вот как-то мы не дожили эту семейную жизнь, не доиграли в эту игру. Она получилась какая-то искусственно прерванная, – объясняет Вера Новикова свое решение принять Сергея обратно. – И вот однажды сидели выпивали, Сережка наклонился и сказал: «Ты выйдешь за меня второй раз замуж?» Я ответила: «Ну а куда же деваться?»

Они опять поженились – чтобы и в горе, и в радости, пока смерть не разлучит. Но разлучница снова появилась. Да и еще у судьбы оказалось хорошее чувство юмора: Врожбит, как сестра, похожа на Настю Заворотнюк...

Последней каплей стала даже не измена мужа, а внезапное понимание, что его не изменить – Жигунова вся эта «треугольная» ситуация вполне устраивала. Правда, сначала Вера надеялась, что и этот кризис они смогут преодолеть вместе. Ведь готова была прощать...

– Нужно было проговорить, прожить – и идти дальше. Но я не встретила ответного отклика со стороны Сережи. И вдруг поняла, что я так устала! Что-то все время думать, подстраиваться. Поняла, что хочу отпустить эту ситуацию, просто вырваться, – признается Новикова. – Я не хочу с ним жить. Я буду любить на расстоянии. Это другие уже чувства: такое отношение к человеку родному. Я очень переживаю, когда читаю про какие-то его проблемы. Мы созваниваемся, разговариваем, что-то решаем. Потому что жизнь большая вместе прожита... ■

ДЕДКА ЗА

КТО ИЗ ЗВЕЗД В ЭТОМ ГОДУ БУ



Внука Рыбина подарила старшая дочь Маша. А вот сын Вася (на фото слева) пока становиться отцом не торопится



Мы детям сразу сказали: «Родите – на нас вешать малышей не надо»

В этом году в рядах молодых бабушек-дедушек случилось серьезное пополнение. О своем новом статусе сообщило немало российских знаменитостей. Кто же в ближайшее время будет нянчиться с внуками? А кто уже наслаждается своей новой ролью?..

Еще каких-то пару-тройку десятилетий назад при слове «бабушка» представлялась седовласая старушка, которая по вечерам вяжет носки для всей семьи. Примерно такой же был образ и дедушки – с седой шевелюрой, в обязательных очках и с палочкой в руках. Но сегодня все изменилось. И современное поколение бабушек-дедушек – это молодые, полные сил и энергии люди, у которых нередко собственные дети – ровесники внукам.

Рыбка мужского пола

Ну кто, к примеру, поверит, что вечный балагур **Виктор**

Рыбин теперь примеряет на себя роль деда? О новом статусе лидера группы «Дюна» в социальных сетях поведала его супруга **Наталья Сенчукова**:

«Сегодня у нас в семье большая радость! На свет появилась еще одна рыбка мужского пола! Старшая дочь Виктора Маша родила сыночка!»

Маша родилась у Рыбина во втором его браке. Те отношения продлились недолго, однако с дочкой музыкант никогда не прекращал общение.

– Мне было легко: папа всегда был рядом, всегда на связи, всегда приезжал. Папа

для меня пример прежде всего характером – твердым, честным, – рассказывала несколько лет назад Мария.

Когда появилась новость о том, что Виктор стал дедом, поклонники исполнителя поначалу подумали, что в первую очередь надо поздравлять Василия, сына Рыбина и Сенчуковой. Ведь 21-летний Вася, стройный и улыбчивый красавец, уже не первый год встречается с девушкой по имени Дарья. В семье музыкантов ее принимают как родную, поэтому появление у пары ребенка никого бы не удивило. Но...

– Мы детям сразу сказали: «Родите – на нас вешать малышей не надо», – рассказывает Наталья Сенчукова. – Мы готовы быть бабушкой и дедушкой, помогать и нянчить, но сидеть круглосуточно не будем. Поэтому Вася с Дашей и не торопятся.

БАБКОЙ:

ДЕТ НЯНЧИТЬСЯ С ВНУКАМИ?



Подарочная «бабочка»

Примерно такой же позиции придерживается и **Яна Поплавская**, которая тоже в этом году стала бабушкой. Оказывается, она давно обсудила с сыновьями, как будет строить с ними отношения, когда они подарят ей внуков.

– Еще на берегу я сказала Климу и Никите, что не буду воспитывать внуков и что намерена стать для них «подарочным» вариантом бабушки.

Радостное событие случилось в июле нынешнего года. Осчастливил Яну ее старший сын Клим. О чем актриса тут же рассказала своим поклонникам: «Клим сегодня стал папой, а я – бабочкой! Ура».

Почему же «бабочка», а не бабушка?

– Потому что бабушки в наше время все очень молодые, и они порхают, летают над внуками, улетают, добывают не-

ктар, приносят его и опять улетают, – смеется Поплавская.

Мальчику дали очень необычное имя Иларий – выбрали по святцам, поскольку Клим с женой – семья воцерковленная.

– Имя красивое. Мне кажется, очень мужское, гордое, – говорит Яна. – Оно греческое, переводится как веселый, несущий тепло, добро, радость в семью. И коротко красиво получается: Лари, Иля, Ларик – очень нежно.

По словам Яны, малыш унаследовал главную фамильную черту:

– Он абсолютно наш: у него подбородок с ямочкой, фирменный!

Допрос с пристрастием

28 сентября впервые стал дедом **Александр Серов**. Его дочь Мишель родила девочку, которую назвали Мией. Судя по всему, это имя очень модно в кругах шоу-бизнеса. Такое же имя носят

Певец долго не принимал жениха своей дочери



Михаил Ширвиндт одновременно стал и отцом, и дедом!



Позволить себе в этот период приобрести сразу трех новорожденных – это надо иметь наглость и, конечно же, чувство юмора

дочки **Полины Гагариной** и **Дмитрия Исакова**, **Риты Дакоты** и **Влада Соколовского**, **Агаты Муцениеце** и **Павла Прилучного**.

Новость о рождении внучки у Александра Серова стала неожиданностью для поклонников музыканта. Ведь ни он сам, ни Мишель не рассказывали в соцсетях о грядущем пополнении в семье. Да и после рождения внучки новоявленный дедушка не стал публично ликовать.

Напомним, дочь Александра Серова вышла замуж весной прошлого года – за бизнесмена

по имени Роман. Как признавался певец, поначалу он не мог смириться с тем фактом, что его наследница вступила во взрослую жизнь. При первой встрече с избранником дочери он устроил Роману допрос с пристрастием. Главный вопрос, который Серова волновал: сможет ли будущий зять обеспечивать Мишель – ведь она привыкла к роскошному образу жизни. Лишь спустя время Александр нашел в себе силы принять избранника дочери. На свадьбу он презентовал молодым квартиру

в Москве. Однако и тогда советовал Мишель не торопиться с детьми. «Он говорил, что надо учиться, работать, развиваться», – рассказывает дочка певца.

«Саня Серов, так здорово, что у тебя родилась внучка, – решил поддержать коллегу по цеху **Александр Буйнов**. – Я знаю, какое это счастье, у меня уже трое внуков. Внуки – это подлинное счастье!»

Родил дядю внукам

Михаил Ширвиндт в этом году стал одновременно и отцом, и дедом. Его дочь Александра родила двойню, а спустя месяц молодая жена телеведущего подарила ему сына.

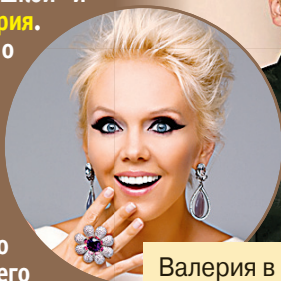
Про новый брак Михаила мало кто знал. Еще в июне прошлого года сын легендарного актера развелся со своей супругой, с которой прожил более 30 лет, а потом женился на молодой (поговаривали, что это 27-летняя журналистка, но никто эту информацию официально не подтверждает). Михаил об изменениях в своей личной жизни не распространяется, а вот его отец, **Александр Ширвиндт**, не таясь, рассказал о пополнении в большом семействе:

– У Михаила родились двое внуков, и одновременно он родил этим внукам дядю. И дядя на один месяц младше племянни-

Кто на новенького?

...стать бабушкой и вечно молодая **Валерия**. Правда, все новости о беременности невестки **Лианы** певица и ее муж **Иосиф Пригожин** узнают... от журналистов или из соцсетей.

– Дело в том, что любую попытку моего вмешательства в их жизнь дети воспринимают как покушение на их свободу, – объяснил Пригожин. – Поэтому я как взрослый человек позволил себе отключиться от того, что они делают и как. Если хотят – они рассказывают. Но, возможно, они боятся мне говорить, потому что я с вами, журналистами, общаюсь.



Валерия в шоке: скоро она станет бабушкой!





У Норкина в этом году умерла жена. И родилась внучка...



В прошлом году внуками обзавелись Одинцова и Дибров...



Андрей Леонов

Урожайный год

Самым урожайным годом, когда дедушками и бабушками стало рекордное количество знаменитостей, можно считать 2019-й.

- Светская львица **Екатерина Одинцова** обрела этот статус еще в январе прошлого года. Внука ей подарил сын Антон. Мальчика называли в честь покойного деда **Бориса Немцова**. Примечательно, что тогда молодой бабушке было всего 46. И не исключено, что в ближайшее время Одинцова станет дважды бабушкой – судя по тому, с какой стремительностью вышла замуж ее 18-летняя дочь Дина.
- Тогда же, в январе 2019-го, стал дедом **Дмитрий Дибров**. Его дочь Лада от предыдущего брака, которая давно живет в Париже, родила внучку. Кстати, у малышки все то же «модное» имя Мия.
- В ноябре прошлого года родился внук у **Михаила Ефремова**. Его сын Николай (от брака с Евгенией Добровольской) стал отцом девочки, которую назвали Аллой. Чуть раньше, в сентябре, примерил на себя роль деда **Андрей Леонов** – внук родился в семье его старшего сына Евгения. Также дедушками в 2019-м стали **Александр Половцев** и **Александр Семчев**.
- А вот **Инна Маликова**, младшая сестра **Дмитрия Маликова**, в прошлом году стала бабушкой. Правда, сама она не стала рассказывать о радостном событии. Проговорилась возлюбленная ее 20-летнего сына **Анастасия Толстая**. Причем **Дмитрий Маликов-младший** официально пока так и не женился на матери своего ребенка.



Михаил Ефремов



Александр Половцев



А Инна Маликова стала бабушкой!



Александр Семчев

ков... Вообще, позволить себе в этот период страшной изоляции и вселенского кошмара приобрести сразу трех новорожденных – это надо иметь наглость, смелость, нахальство и, конечно же, чувство юмора.

К слову, у **Михаила Ширвиндта** есть еще старшие внуки – **Анастасия**, **Элла** и **Ирина**, рожденные в семье сына **Андрея**.

Жизнь после смерти

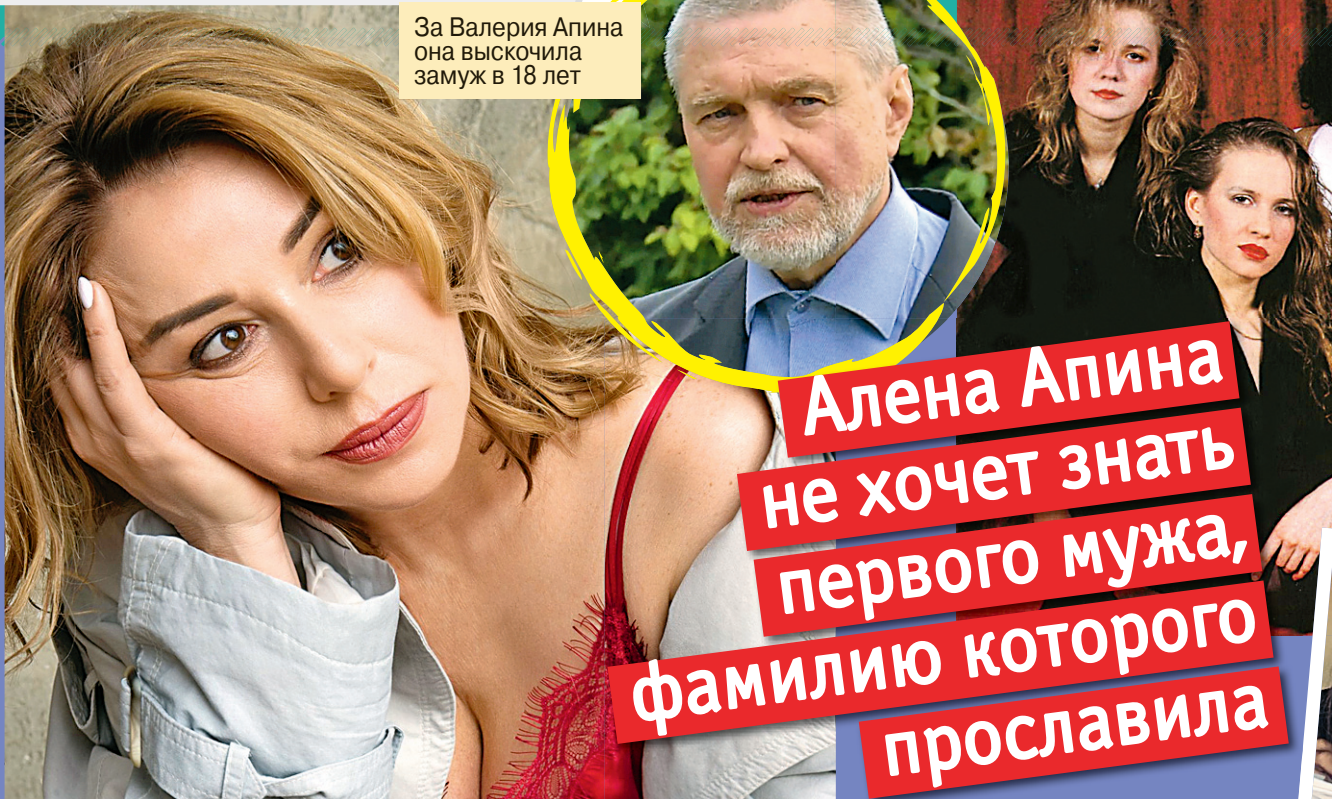
Нынешний год для телеведущего **Андрея Норкина** – и ужасный, и счастливый одновременно. Летом ушла из жизни его супруга **Юлия**. Уже тогда было известно, что их дочь **Александра** ждет ребенка. Конечно, смерть матери не лучшим образом сказалась на психологическом состоянии беременной **Саши**, однако она родила в срок здоровенькую девочку.

«Привет, доченька, мы тебя все очень долго ждали. Будь счастлива и здорова», – опубликовала **Александра** пост в соцсетях.

«А вот и внучка родилась», – прокомментировал радостное событие и сам **Андрей Норкин**. Таким образом телеведущий стал уже дважды дедом – в 2019 году **Александра** родила сына **Дмитрия**.

Спустя несколько дней **Норкин** опубликовал трогательное фото, на котором годовалый **Дима** знакомится с сестренкой **Евангелиной**. «Встреча на Эльбе», – подписал он снимок и вызвал целый поток «мимимишных» комментариев. ■

За Валерия Апина она выскочила замуж в 18 лет



Алена Апина не хочет знать первого мужа, фамилию которого прославила

ИЗ СЕРДЦА ВОНИ!

Бывшие супруги редко остаются в хороших отношениях после развода. Обычно они стараются забыть друг друга как можно быстрее. Вот и Алена Апина не спешит помогать тяжелобольному бывшему мужу...

Он задыхался в своей квартире. Один, никому не нужный, всеми забытый. В самые страшные моменты перебирал жизнь – словно слайды просматривал. Вспоминал родителей, друзей, жену... Но **Алена Апина**, даже узнав о его болезни, не сняла трубку и не позвонила человеку, которого когда-то любила больше жизни.

«Ее прельстили деньги!»

Несколько лет назад Алена Апина громко разводилась со своим мужем, продюсером **Александром Иратовым**. 25 лет прожили вместе, ка-

жется – целую жизнь. И мало кто из поклонников знает, что у певицы за плечами еще один брак – с человеком, для которого она была настоящей музой.

За перспективного саратовского художника **Валерия Апина** начинающая певица **Лена Левочкина** выскочила замуж в 18 лет. Она была влюблена по уши, а молодой супруг с юной жены пылинки сдувал. Постоянно рисовал свою красавицу.

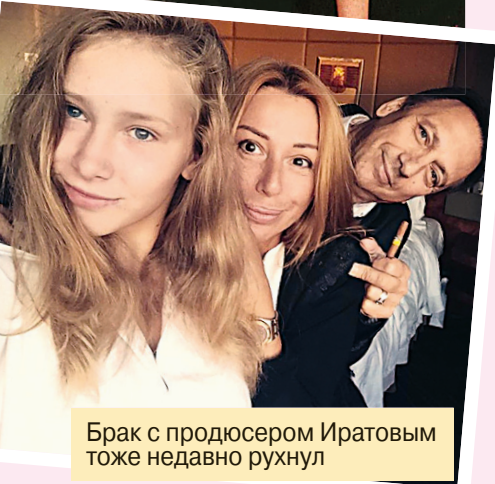
– Есть две гравюры. Одна – где она на коряге сидит около воды: в поход мы ходили. Вторая – над Волгой стоит, – вздыхает Апин. Эти гравюры он хранит до сих пор.

Их идиллия продлилась всего полгода. Что послужило причиной развода, неизвестно – певица не снисходит до объяснений и в своих интервью не упоминает даже имени бывшего. Он тоже не вдается в подробности. Но по словам знакомых, Алена бредила музыкальной карьерой и пожертвовала ради нее семьей.

– Ее прельстили деньги! Будут платить 10 рублей с концерта – вау! А сколько концертов? Десять-двадцать? 200 рублей! – говорит композитор **Виталий Окорок**, бывший возлюбленный певицы. Именно он написал для «Комбинации», солисткой которой Алена вскоре стала, суперхиты *American Boy* и «Бухгалтер». А когда Апина ушла в сольное плавание, сочинил для нее «Ксюшу», которая превратилась в визитную карточку артистки.



В группе «Комбинация». Ради музыкальной карьеры Алена пожертвовала семьей



Брак с продюсером Иратовым тоже недавно рухнул

Поражение – 50 процентов!

Первого мужа Алена Апина давно вычеркнула из жизни. Но недавно выяснилось, что он – в бедственном положении. Прозябает на мизерную пенсию в родном Саратове, да еще свалился с коронавирусом.

Состояние 63-летнего мужчины тяжелое – поражено 50 процентов легких, низкий кислород в крови. Он неделю пролежал в одиночестве в своей квартире в Саратове, пока друзья не забили тревогу. Сейчас они приносят ему еду и лекарства, поддерживают. А вот бывшая жена доброго слова для Валерия не нашла.

– Мы давно уже не поддерживаем отношения. Я не общаюсь с ним уже лет 30 и должна быть обеспокоена его судьбой?! – изумляется певица. – У меня есть гораздо ближе люди, которые болеют коронавирусом.

Многие работы Валерия Апина «прописались» в частных и музейных коллекциях. А сам он нищий. Но даже в стесненных финансовых обстоятельствах отказывается от участия в различных ток-шоу, за которые ему предлагают деньги. Не хочет «говорить про Ленку».

– Любая публикация о личной жизни, правдивая или неправдивая, я считаю, это нехорошо. Особенно если речь идет о людях, которые еще живы, – объясняет художник свою позицию.

А фамилия все-таки помогла!

Валерий Апин остался обижен на благоверную – ведь она его бросила. Еще и фамилию забрала! Мужчина как-то признался, что для него это – как ножом по сердцу. Но, как говорится, нет худа без добра – именно громкая фамилия помогла Валерию, когда он слег с COVID-19.

– Он ждал скорую помощь, а она не ехала. Большая нагрузка медиков. Мы попытались сами доставить его в больницу. Вот здесь громкая фамилия и помогла – приняли, – рассказывает знакомая Апина.

Алена сейчас тоже на уколах. Только не от болезни, а для красоты. Говорят, обколота лицо для свежести. Записывает новые песни, ведет активную жизнь в Инстаграме, несколько лет назад выпустила скандальный клип, где разделась до нижнего белья. Воспитывает единственную дочь Ксению, которую назвала в честь своего суперхита. После развода с Александром Иратовым замуж больше не вышла. Мужчина рядом с ней тоже пока не замечен. Но певица меньше всего печалится по этому поводу.

– Одиночество меня не пугает, – говорит она. – Я интроверт: если не побуду сама с собой какое-то время, у меня начинается ломка, да и при моей работе одинокой я никогда не буду – постоянное общение, новые знакомства никогда не дадут полностью осознать негативную сторону одиночества. ■



ФОТО: Г. УСОЕВА

• После того как Валерия откровенно рассказала о том, как избивал ее бывший муж, Александр Шульгин залег на дно – да такое глубокое, что не выплыл даже на свадьбу сына Арсения. Правда, его и не приглашали. Говорят, бывший муж певицы сейчас совсем отошел от музыки. Он участвует в разработке цифровых технологий, трудится в сфере роботехники. И до сих пор не женился.



• Бизнесмена Леонида Добровского в историю вписала Рената Литвинова. После шумного развода, когда отец боролся за дочь Ульяну, он снова ушел в тень и занялся своими делами. Спустя пару лет страсти улеглись, сейчас Леонид часто видится с дочерью, и может даже поужинать в ресторане с бывшей женой.

• Самый первый муж Примадонны Николас Орбакас живет в Москве и получает пенсию 20 тысяч рублей. Еще тысячу ему доплачивают за инвалидность второй группы. Если бы не помощь дочери Кристины Орбакайте, 75-летнему мужчине было бы совсем худо.



С Сергеем, который на три года моложе, она прожила 14 лет



Ирина Круг:



«ЧЕЛОВЕК МЕ

Молодая, умная, известная. Столько перенесла и не сломалась. Кажется, Ирине Круг все по плечу. Вот только семейная жизнь снова закончилась тем, что она осталась одна...

«Хотелось коньяка и – не жить»

Третий брак **Ирины Круг**, вдовы известного шансонье **Михаила Круга**, рухнул окончательно. «Да, официально я теперь свободна», – говорит Ирина. Унывать по этому поводу она, судя по всему, не собирается. Ситуация непростоя, но она и не через такое проходила. Главное – рядом дети. Все трое.

За бизнесмена **Сергея Белоусова** Ирина вышла замуж через четыре года после того, как у нее на глазах убили Михаила Круга. Тогда бандиты ворвались к ним, будучи уверенными, что никого нет дома. Певец попал под пули, прикрывая свою любимую молодую жену, которая всего месяц назад стала мамой...

Ирина тогда провалилась в черную дыру: шок от убийства мужа вогнал ее в тяже-

лейшую депрессию. На руках было двое детей – дочка Марина от первого, очень раннего брака и новорожденный сынок Саша. Чем кормить – непонятно: ни денег, ни работы. Трудно поверить, но до трагической гибели мужа Ирина даже не задумывалась о том, чтобы начать петь. Она была настолько счастлива в браке с Михаилом, что просто наслаждалась ведением хозяйства. А после смерти мужа в память о нем решила выйти на сцену. И, неожиданно для себя, моментально стала звездой.

– Это сейчас я сижу такая веселая, улыбаюсь, а тогда мне было очень тяжело, – признается Ира. – Я столько слез выплакала, что у меня, кажется, их совсем не осталось. Долго не могла отношения построить, все время сравнивала всех с Мишей. Хотелось просто налить коньяка и – не жить...

Но новая любовь нашла ее сама. Ее Ирина встретила в салоне красоты – с симпатичным мужчиной они оказались на соседних креслах: она пришла перекраситься в блондинку, он – постричься. Часа хватило на то, чтобы зародились интерес и первые чувства.

– В Твери у Сергея был бизнес по продаже автомобилей, он вышел из дела, переехал со мной в Москву, открыл магазин. А еще стал моим директором, – рассказывает певица.

Когда Ирина вышла за Сергея замуж, многие поклонники Михаила Круга предали ее анафеме за то, что так быстро устроила свою личную жизнь...

«У сына был срыв»

Но Ира была счастлива. Рядом надежный человек, готовый подставить плечо не только ей, но и ее детям.



“ Я долго не могла
отношения
построить, все
время сравнивала
всех с Мишей

Михаила Круга убили,
когда их сыну было всего
месяц с небольшим



В одиночестве Ирина не
скачает. Главное – дети рядом

НЯ ПРЕДАЛ...»

Саша был совсем маленьким, когда у него появился отчим, и Ирине многие советовали не рассказывать ребенку, что Сергей – не его родной папа. Но она решила, что мальчик с ранних лет должен знать своего отца.

– Но я долго не рассказывала Саше о том, как умер его папа, – признается Ирина. – Хотела сделать это позже, когда его психика окрепнет. Боялась, как он отреагирует. И у нас был провал. Очень сложный период. Саше было 12 лет, когда мне пришлось поведи его к психологу. У него был срыв...

Подросток, узнав правду во всех подробностях, страшно переживал трагедию. Да еще дома в тот момент было несладко: мама с отчимом постоянно ссорились, атмосфера в семье была тяжелой. Саша стал неуправляемым. Ирина не могла найти с сыном общий язык, и тогда на три года определила его в кадетский корпус, чтобы военная дисциплина не дала мальчишке наделать глупостей. Сейчас Саше уже 18, и он отличный парень – веселый, умный,

талантливый. Учится в театральном, выходит с мамой на сцену. От отца Александр унаследовал не только внешность, но и проникновенный голос.

«Я так не могу...»

Несколько лет назад брак Ирины Круг уже висел на ниточке. Но тогда она приложила все силы, чтобы исправить ситуацию. В том числе и ради общего ребенка – в 2013-м Ира родила мужу сына Андрея.

– В тот момент мы часто ссорились. Все-таки 13 лет прожили вместе, это большой срок. Было очень трудно, но мы все восстановили. В течение года оба поняли, что не можем друг без друга: мне необходима была его поддержка, ему – моя. Но тогда нам было очень сложно....

Народная мудрость не зря говорит: разбитую тарелку не склеить. Прошло еще три года, и Ирина с Сергеем все же развелись.

– Не по моей вине, – вздыхает певица. – Я – девушка очень мягкого характера, се-

мя для меня главное. У меня отношения со всеми мужьями были хорошими. Поверьте, я очень легкая в быту. Если что-то и происходило, то только по вине моих мужчин. Человек меня предал. Знаю, Сергей никогда меня не бросит, все отдаст за меня, но я так не могу...

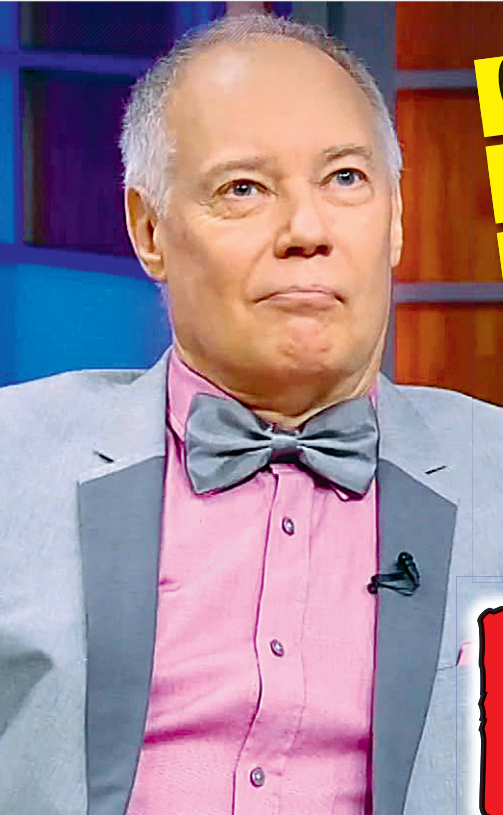
Несмотря на расставание с мужем, на душе у Ирины Круг сейчас легко. Говорит, самый тяжелый камень свалился, когда в прошлом году наконец-то завершилось расследование убийства Михаила. Теперь известно, что к гибели артиста причастны члены преступной группировки «Тверские волки», а убийцы Круга уже нет в живых.

– Сейчас дело по факту смерти Миши закрыто. Мне стало спокойнее. Столько лет меня это тревожило, – признается Ира.

Ей всего 44 года. За спиной три непростых брака. Первый муж оказался наркоманом. Второй пал под пулями. Третий изменил. Ирина не уверена, что еще раз готова попробовать создать семью. Да и зачем? Ведь трое детей и она сама – уже самая что ни на есть настоящая и крепкая семья, где всем хорошо вместе... ■

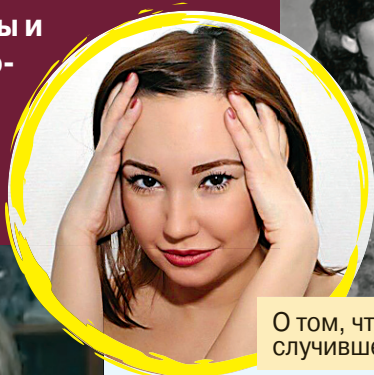


Сын Конкина не может простить отца, а Светличная думает, что наследники хотят ее убить!



КРОВИНА

От любви до ненависти, как известно, один шаг. И речь не только об отношениях мужчины и женщины. Между родителями и детьми тоже могут разгораться кровопролитные войны...



О том, что у актера есть дочь, до случившейся трагедии мало кто знал

Сын Ярослав обижен на отца



„Лежал с разломанным пополам позвоночником. Папа даже не позвонил...“

«Запомнил на всю жизнь»

Актер **Владимир Конкин** до сих пор не отошел от гибели единственной дочери Софии. 32-летняя женщина недавно захлебнулась в бассейне столичного фитнес-клуба. Но еще и 40 дней не прошло с момента ее смерти, как из шкафов уже стали вываливаться скелеты. Оказалось, что 69-летний актер давно не может найти общий язык с собственными детьми!

Многие говорят, что характер у «Шарапова» – вообще

не сахар. Будучи знаменитостью, он привык находиться под софитами, и даже дома, под абажуром, «включал» звезду. Как однажды в сердцах бросила его ныне покойная дочь София, «отец занимался больше собой, чем детьми». Конкин и сам признавал, что не был образцовым родителем. Доходило до того, что некоторые старинные знакомые семьи даже не знали о существовании у актера дочери – ну, не рассказывал он о ней, не хвалился победами, не показывал фотографий.

Как говорят, Конкина и Переслени связывают не только деловые отношения...



ФОТО А. ЛОМОХОВА

ФОТО В. ГОРЯЧЕВА



Я ВРАЖДА

– А я слышала, что они конфликтовали. Вроде как делили квартиру, которая осталась после смерти жены Володи, – говорит одна из приятельниц знаменитости.

В последнее время София жаловалась, что не может позвонить напрямую отцу – только через его директора. После гибели дочери у Конкина осталось двое сыновей-близнецов – 48-летние Ярослав и Святослав, которого дважды судили за контрабанду.

С Ярославом отношения у актера расстроились еще 12 лет назад. Тогда внезапно нагрянувшего из Питера сына Конкин принял за грабителя, который пытался вломиться в его московскую квартиру, и пальнул в него из травматического ружья. Наследник отделился легким испугом, но холодок остался. Еще более осложнили общение отца и сына слухи о романе заслуженного артиста с его концертным директором **Еленой Переслени**. Как говорят, закрутил он с ней еще

при жизни своей жены Аллы – женщина умерла 10 лет назад от онкологии.

А окончательно отношения между актером и его отпрыском испортились после того, как сын Конкина попал в жуткую аварию и оказался в инвалидном кресле.

– Лежал с разломанным пополам позвоночником. Мне врачи сказали, что я не встану. Папа даже не позвонил, не то чтобы копеечку какую-то прислать. А ведь у меня трое детей, жена на иждивении. Я это запомнил на всю жизнь! – рассказывает Ярослав.

И вряд ли его знаменитый отец, получив такие обвинения, сейчас повторит те слова, которые произнес несколько лет назад с особой гордостью: «Для многих моя судьба может быть примером...»

«Они хотят от меня избавиться!»

Нет конца и края и конфликтам в семье **Светланы Светличной** – той самой роковой соблазнительницы из



Семья Светличной и Ивашова казалась идеальной



Почему у меня такие дети? Я родила таких отвратительных людей!

Отношения актрисы с сыном и внучкой испортил квартирный вопрос



«Бриллиантовой руки». Отношения со старшим сыном давно превратились в бриллиантовый дым. Алексей, как говорят, сильно ревновал маму к младшему брату Олегу, которого теперь уже нет в живых. И весь сыр-бор начался из-за оставшейся после его смерти однушки. По взаимному согласию квартира перешла к Алексею, он отписал ее своей дочери Маше, а та недвижимость продала. И после этого кошка пробежала между актрисой и ее сыном.

– Он не звонит уже 10 лет! А я ведь его кормила своей грудью, хотя в то время уже все были искусственниками. А потом спасала сына после четырех ин-

сультов, возила по лучшим госпиталиям. Когда же я боролась с онкологией, он навестил меня только один раз! – смертельно обижается артистка.

Когда-то Светлана Светличная была самой счастливой мамой на свете. А сегодня материнская любовь сменилась страхом за свою жизнь. Недавно 80-летняя актриса даже отнесла заявление в полицию – считает, что сын и невестка хотят заполучить ее московскую квартиру. Судя по словам Светличной, впору снимать триллер по событиям в семье. Как утверждает знаменитость, она долго не понимала, откуда у нее недомогание и рвотное состояние. А однажды нашла в квартире

несколько ртутных шариков. Актриса уверена: их подкинули родные!

– Они хотят от меня избавиться! Почему у меня такие дети? Я родила таких отвратительных людей! Если бы я была сейчас 18-летней и вышла замуж, то не рожала бы! Они не достойны той жизни, которую получили благодаря мне! – такие слова теперь адресует своим детям некогда любящая мать.

В отместку за все мучения заслуженная артистка России решила переписать завещание. Она готова отдать все нажитое тому, кто, по ее мнению, будет нуждаться в помощи – даже совершенно постороннему. Лишь бы не сыну... ■

А у кого еще?



Стоянов не общается с сыновьями, а Малинин – с дочкой Киной

• Конфликт **Юрия Стоянова** с сыновьями от первого брака давно перешел в острую фазу – Николай и Алексей отказались от его фамилии и отчества. Причина – обида на отца, из-за измены которого и распалась семья.

• Не видно конца мыльной драме и в семействе **Александра Малинина**. Звезда романсов совсем отказывается общаться с Киной,

дочь от **Ольги Зарубиной**. Слишком много скандалов было у них в последнее время – теперь общего языка уже не найти.

• В контракте и **Любовь Успенская** с единственной дочерью – 30-летняя Татьяна обвинила

родительницу в рукоприкладстве и сбежала от нее в Штаты к отцу. Звезда шансона объясняет поведение наследницы наркотиками. Конфликт дошел до того, что девушка прямым текстом заявила: «Я не твоя дочь. Ты монстр!»

• 85-летняя **Наталья Фатеева** после нескольких операций редко выходит из дома. Подать стакан воды ей сейчас могли бы сын Владимир и дочь Наталья. Но увы – много лет назад одна из красивейших актрис нашего кино пожертвовала материнством ради карьеры. «Она всех прогнала», – говорит наследник Фатеевой.



Еще недавно Успенская с дочкой были не разлей вода

КАК ПОМОЧЬ СУСТАВАМ БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ?

Суставы нуждаются в диете

Проблемы с суставами и позвоночником отмечает примерно 70% взрослого населения. Попытка самостоятельно принимать обезболивающие средства во многих случаях не приносит полного облегчения. В старшем возрасте частой причиной болей являются остеоартроз и подагрический артрит - обменно-дистрофические нарушения, сопровождающиеся отложением солей кальция и мочевой кислоты в ткани суставов. Соли образуют остеофиты - острые иглы, вызывающие боль и воспаление. Одним из источников избыточного кальция в области суставов являются жирные молочные продукты (творог, сыр, сметана, сливочное масло и др.), которые иногда употребляют пациенты с остеоартрозом. Источником мочевой кислоты служит жирное красное мясо, мясные и рыбные консервы, помидоры, щавель и др.

Другой проблемой, связанной с употреблением концентрированных молочных продуктов, жирного мяса, является жир, который ведет к увеличению уровня холестерина в крови, прогрессированию атеросклероза, ухудшению течения болезней сердца и сосудов (ИБС, гипертония). **Нарушение питания в течение многих лет приводит к «отложению солей», и болевые не связывают боли в суставах с диетой. Кроме отдельных случаев избыточного употребления селедки, большого количества курицы, копченых, томатов, когда на следующий день боли в суставах резко усиливаются. В этих случаях прием обезболивающих средств не дает должного эффекта.** Необходимо помнить, что боли в суставах являются проявлением нарушенных обменных процессов, которые нужно длительное и планомерно восстанавливать. Эти же нарушения усугубляют течение болезней сердца. Для того чтобы восстановить обменные процессы, не обойтись без соблюдения диеты. В первую очередь можно рекомендовать исключить из рациона концентрированные молочные продукты (жирный творог, сыр, сметана, сливочное масло, сливки), сахар и сладости. Ограничить употребление красного мяса, мучных продуктов. Пред-

почтительно употребление овощей, морской рыбы, растительного масла, яблок, цитрусовых, круп. Очень помогают разгрузочные дни.

Соблюдение диеты может помочь нормализовать обмен веществ, снизить уровень холестерина в крови, повысить эффективность применения не только обезболивающих средств, но и препаратов для лечения болезней сердца и сосудов.

**«Цитралгин», «Бишофит-гель»
помощь суставам в любом
возрасте**



Спрашивайте в аптеках.
Справки по применению
можно получить по тел.:

8-800-201-81-91
(звонок бесплатный)

[www. Inpharma2000.ru](http://www.Inpharma2000.ru)

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Почему непобедимый боец Хабиб Нурмагомедов покидает ринг?



После боя с Конором Макгрегором он стал мировой звездой и кумиром миллионов



«Я ОБЕЩАЛ МАМЕ, ЧТО ЭТО МОЙ ПОСЛЕДНИЙ БОЙ»

Уйти на пике славы – это не подвиг, но что-то героическое в этом есть. Самый, пожалуй, знаменитый сегодня спортсмен России отказался от славы, денег и побед, потому что так... попросила мама.

Мог ли он, мальчишка из дагестанского села, мечтать в детстве о том, что станет одним из самых известных и популярных людей в мире? Что у него будет 25 миллионов подписчиков в соцсети? Что имя будет вписано золотыми буквами в историю отечественного спорта? И, между прочим, – в список самых богатых знаменитостей Forbs! 10 миллионов долларов всего за год – очень неплохо для 32 лет, не правда ли? Боец Хабиб Нурмагомедов мог бы и дальше грести деньги лопатой, но внезапно оставил ринг...

29 боев Хабиб провел без единого поражения. А после последнего опустился на колени и разрыдался. Зрители были в шоке.

– Я обещал маме, что это будет мой последний бой, – наконец поднял он глаза. – Я завершаю карьеру, чтобы посвятить больше времени и внимания ей. Будьте больше со своими родителями. У меня осталась только мама...

Отец Нурмагомедова умер в июле от последствий ковида. Коронавирус спровоцировал у 57-летнего мужчины инсульт, который привел к коме. Выка-

рабкаться больной не смог, хоть и лечили его лучшие врачи Москвы.

Для Хабиба смерть папы оказалось страшным ударом и невыносимой потерей. Ведь отец для него был не только самым родным и близким человеком, а главным тренером в жизни – именно Абдулманап сделал из сына непобедимого бойца.

Без отца все потеряло смысл

Хабиб родился в маленькой деревушке Сильди высоко в горах. Всего 200 жителей в селе, все друг друга знают. Отец мальчика и его дяди занимались боевыми искусствами и малыша уже в два года приучали к спорту. Тренироваться будущий чемпион начал, когда ему ис-

Отца спортсмена не стало
минувшим летом



В Патимат
Хабиб был
влюблен с
детства



О БУДЕТ
ОЙ...»

полнилось пять лет. А в восемь отец выставил его в спарринг... с медведем.

– Я спросил тогда отца: «А кусаться не будет?» Он ответил: «Ты тоже кусай, у тебя тоже есть зубы», – вспоминает Хабиб. – Так вся жизнь у меня и прошла – в конкуренции. Или ты становишься лучше, или ломаешься.

Его кумиром в детстве был чемпион мира по смешанным единоборствам **Федор Емельяненко**, пацан мечтал повторить его подвиги. Но поначалу у Хабиба ничего не получалось – подросток проигрывал даже районные соревнования. И однажды настолько отчаялся, что решил бросить спорт: пойти учиться, найти работу...

– Отец сказал: «Если ты где-то работаешь, то ты уже не спортсмен. Значит, у тебя другая

работа. Но если ты спортсмен – должен жить только этим. Должен рано вставать и идти тренироваться. Приходить домой – есть и спать. А все, что нужно, я буду тебе давать. Тебе нужны деньги только на воду и на проезд. А еда у нас дома найдется», – рассказывает Хабиб.

Успех обрушился внезапно: в 20 лет парень вышел на большой ринг и быстро завоевал титулы чемпиона России, Европы и мира. Парень из дагестанской глубинки начал сражаться с лучшими бойцами планеты. И получать огромные деньги за свои победы – бывало, что и по 6 миллионов долларов за один бой. Перед каждым поединком Хабибу приходилось сбрасывать до 20 килограммов. Тренировки – до потери пульса. Жесткая диета. Боец «сажал» сердце, почки и печень, раз за разом проходил через муки, чтобы еще и еще раз доказать всем – он лучший.

Рядом всегда был отец. А когда его не стало, все потеряло смысл. Да и мама, которая каждый раз сходила с ума от переживаний за сына, боясь, что его покалечат, попросила: остановись, не надо больше. И Хабиб ее послушал. Семья всегда была самым важным для него.

Жена под покрывалом

Семья у Хабиба большая: жена, два сына и дочка. Женится он в 25 лет на девушке, которую знал с детства. Патимат не только родилась с ним в одном поселке, она еще и носит ту же фамилию – с Хабибом они дальние родственники.

Нурмагомедов еще мальчиком был влюблен в красавицу Патимат, да только в школьные годы родители увезли его жить в другое село, так что поухаживать за девушкой не успел. Но любовь свою не забыл. Говорят, когда пришло время жениться, спортсмен рассматривал пять или шесть достойных кандидатур в невесты. Но сватов заслал все же к Патимат.

Свадьбу играли на 1200 человек. Лицо девушки было скрыто под плотным покрывалом. Нурмагомедов придерживается строгих мусульманских традиций, согласно которым красота жены должна принадлежать только мужу. Увидев фотографии со свадьбы, заклятый соперник Хабиба ирландец **Конор Макгрегор** пошутил: «Поздравляю, друг, ты женился на полотенце!» И до сих пор никто не знает, как выглядит любимая прославленного бойца – в интернете есть только одна фотография, на которой, возможно, запечатлено лицо дагестанской красавицы.

Закончив карьеру, Хабиб хочет максимально много времени проводить с семьей: мамой, женой и детьми. А еще собирается открыть спортзалы в Махачкале и начать учить талантливых детей единоборствам. Как когда-то его отец сделал из него чемпиона, так и он хочет выводить мальчишек на ринг.

– Я простой парнишка из горного села. Мой брат сказал: Google считает, что я – самый обсуждаемый человек на планете. Я сначала не поверил, – улыбается боец. – Я ничего не получил легко, ничего не далось мне просто так. Упорный труд, надежда на Аллаха и терпение – вот три фактора, которые помогли мне прийти к успеху. И, конечно же, постоянный контроль и советы отца, который вложил в меня очень много времени и труда... ■

ЗНАКОМЫЕ ЛИЦА!

КРУТЫЕ ПАРНИ

**Железный Арни,
Слай и другие
герои боевиков:
что с ними сейчас?**

Легендарному Жан-Клоду Ван Дамму в октябре исполнилось 60 лет. Он по-прежнему в отличной форме, продолжает сниматься. Ну а как живут другие герои боевиков? Не растеряли ли свои боевые качества?

Жан-Клод Ван Дамм спас собаку

Нынешний юбиляр Ван Дамм – человек занятой. После периода некоторого забвения знаменитый бельгиец снова в строю. Снимается в кино, музыкальных клипах, в рекламе. И везде актер демонстрирует свою знаменитую растяжку, которая и дала ему путевку в мир кино.

Но не кино единым жив Ван Дамм. Намедни актер стал героем новостных лент всего мира как человек, спасший кро-

хотного норвежского щенка. Чихуахуа Рае привезли в Норвегию из Болгарии с фальшивым паспортом. Когда выяснилось, что собака, возможно, не привита от бешенства, саннадзор предложил либо отправить чихуахуа обратно в Болгарию, либо усыпить. Когда болгарские власти отказались принимать щенка, стало понятно, что дни Рае сочтены. Но тут в дело вмешался Жан-Клод, который прочитал об этой истории

в газетах. Он опубликовал у себя в соцсетях несколько эмоциональных постов о бедном щенке, и – о, чудо! – болгары решили сделать исключение из правил и принять обратно чихуахуа. В считанные дни количество людей, которые поблагодарили актера за этот поступок, превысило сотни тысяч. «Таким и должен быть настоящий герой!» – единодушно поддержали Ван Дамма его поклонники.

И в 60 Ван Дамм в отличной форме

” **Таким и должен быть настоящий герой!**

И НА ПЕНСИИ



Этой осенью Шварц напугал своих поклонников



После операции чувствую себя фантастически!

Арнольд Шварценеггер починил сердце

Железный Арни – один из самых активных актеров старшего поколения в Голливуде. Однако этой осенью Шварц несколько перепугал своих поклонников: в конце октября его госпитализировали для операции на сердце. О хирургическом вмешательстве стало известно постфактум, когда актер опубликовал пост из госпиталя.

«Благодаря команде медиков клиники в Кливленде у меня теперь новый аортальный клапан – плюс к клапану легочной артерии, который мне поставили во время предыдущей операции. Я чувствую себя фантастически и уже прогулялся по Кливленду, осмотрев потрясающие скульптуры и памятники в городе», – сообщил актер, который во время прогулки не отказывал случайным прохожим в совместном фото.

Чак Норрис пригрозил Лукашенко

В марте нынешнего года «Крутой Уокер» отметил 80-летие. И хотя Чак несколько лет назад покинул мир кино, он продолжает вести активную жизнь. Снимается в рекламных роликах, ведет общественную работу. А еще на старости лет актер неожиданно нашел себя в журналистике. Примерно пару раз в неделю его статьи появляются на одном из американских сайтов новостей. Пишет Норрис на серьезные темы – например, его очень интересует медицина вообще и коронавирус в частности. Так, намерен актер поспешить сообщить своим читателям, что вторая волна коронавируса – это всего лишь промежуточный этап, за ним после небольшого перерыва по-

следует и третья. Сам ли пишет Норрис, неизвестно. Но многие отмечают тот факт, что в своих публикациях звезда боевиков обязательно упоминает любимую жену Джину. И злопыхатели намекают, что, возможно, она тоже прикладывает руку к творчеству Норриса.

Кстати, не так давно Чак удивил буквально всех, когда вдруг записал обращение к белорусскому президенту Александру Лукашенко. Он пообещал лично приехать в Белоруссию, в президентскую резиденцию, в гости к Батьке, если тот не перестанет делать то, что делает.



Будет еще и третья волна коронавируса



Боло Йенгу уже 74



Боло Йенг стал историей

Китайскому культуристу и герою крутых боевиков нынешним летом исполнилось 74. По сравнению с 1970-ми он слегка сдулся – в том смысле, что мышцы уже не такой величины, что полвека назад. Однако выглядит отлично: сухой, поджарый, энергичный. У Боло есть своя ассоциация бодибилдеров, а также уютный домик в солнечной Калифорнии, где он уже много лет живет вместе с семьей.

Про его славный путь сейчас готовится биографический фильм «Китайский Геркулес: История Боло Йенга». Причем актер контролирует весь процесс. А вот сам он в кино уже не снимается. Еще в 2008 году Боло официально покинул кинематограф. И за эти годы сделал лишь одно исключение, снявшись три года назад в фильме «Бриллиантовый картель».

Халк Хоган **ВЛЯПАЛСЯ В СКАНДАЛ**

Высокий блондин с громадными усищами на самом деле носит имя **Терри Боллеа** и является одним из самых титулованных спортсменов в мире профессионального рестлинга. В августе актер и спортсмен отметил 67-летие, но, глядя на его фигуру, вы никогда не подумаете, что перед вами столь зрелый мужчина.

В кино Хоган почти не появляется, в свободное время занимается благотворительностью, написанием книг и бизнесом – у него свой магазин, в котором продаются брендовая одежда, игрушки, сувениры и множество других мелочей.

В тень актер и спортсмен ушел после громкого скандала, который случился несколько лет назад. В 2012-м в интернете появилось видео, где Халк занимается любовью с некоей **Хизер Клемм**. Все бы ничего, но дочка оказалась женой приятеля Хогана. Тогда-то и грянули разборки. В 2015 году ассоциация WWE расторгла с Халком Хоганом контракты и удалила все упоминания о нем. Однако год спустя суд установил, что видео было снято без согласия «главных героев»,

посчитав публикацию вмешательством в частную жизнь и потребовал выплатить Хогану компенсацию в размере 115 миллионов долларов. Сайт, разместивший скандальное видео, разорился, Халк затаился.

Но поскольку биография актера вызывает большой интерес у публики, голливудские сценаристы решили, что она достойна экранизации. Сейчас идут съемки байопика о Халке Хогане.

„ Дамочка оказалась женой приятеля Хогана!



Сильвестр Сталлоне **ПОХОРОНИЛ МАМУ**

Несмотря на то что Слау в этом году исполнилось 74 года, он явно не собирается сдавать своих позиций. Год назад вышел фильм о его культовом персонаже «Рэмбо. Последняя кровь», а летом нынешнего года Сталлоне намекнул, что не за горами и «Рэмбо-6».

Он, к слову, активный пользователь социальных сетей, почти каждый день постит новые фото. Так что поклонники в курсе буквально каждого шага своего кумира. Известно, что помимо съемок Слау рисует картины в стиле импрессионизма, которые довольно хорошо продаются, а еще пишет какой-то таинственный сценарий, который, по обещаниям, взорвет кинопространство.

Однако осенью актер взял незапланированную паузу. 21 сентября на 99-м году ушла из жизни его обожаемая мама **Жаклин Сталлоне**. Сильвестр всю жизнь заботился о ней как о королеве, слушал все ее советы и предсказания (говорят, Жаклин могла предсказывать будущее). Мама кинозвезды ушла из жизни во сне, как и хотела. Хотя женщина дожила почти до 100 лет, ее уход стал для Сильвестра большим ударом.

Жан Рено **ВЫШЕЛ В ТИРАЖ**

Французский актер испанского происхождения, родившийся в Марокко, на самом деле носит имя **Хуан Морено-и-Эррера Хименес**. Свой псевдоним он взял, начав сниматься в первом фильме. Это был боевик, и с тех пор Жан Рено верен жанру. В свои 72 актер так и не вышел из образа крутого парня и на киноэкранах продолжает убивать злодеев налево и направо. Правда, боевики с участием Рено уже не собирают такую кассу, как раньше. И это при том, что с недавних пор Жан очень тщательно выбирает роли. Когда актер женился в третий раз (на молоденькой модели и начинающей актрисе **Софии Борука**) и в весьма зрелом возрасте снова стал отцом (в пятый и шестой раз), то дал обещание: сниматься только в двух фильмах в год. Так что странно, что при таком отборе у него случаются провалы.



С третьей женой Софией



«Универсальный солдат», 1992 г.



Супруга младше его на 38 лет!

„**Дольф, ваша дочь обручилась?**“

Дольф Лундгрэн **СТАЛ МОЛОДОЖЕНОМ**

На фоне других актеров из культовых боевиков шведский блондин – почти ребенок. В этом году ему исполнилось «только» 62. Поэтому и в новостные ленты Дольф попадает не как пациент госпиталей и клиник, а как... новобрачный. В этом июне звезда «Универсального солдата» повел под венец 24-летнюю **Эмму Крокдал**. Разница в возрасте в 38 лет для жениха и невесты не кажется слишком большой. А вот поклонники актера уже успели отметить, что Эмма, фитнес-инструктор одного из спортивных клубов Лос-Анджелеса, – просто копия его старшей дочери Иды (к тому же девушки еще и одногодки). Поэтому в комментариях были и такие то ли шуточные, то ли искренние вопросы: «Дольф, ваша дочь обручилась?»

К слову, одним из первых, кто опубликовал поздравление в Инстаграме, стал **Сильвестр Сталлоне**. «Поздравляю, мой хороший друг. Ты – лучший», – обратился он к своему коллеге. ■



„**Слай слушал все ее советы и предсказания**“

ЛИЧНЫЕ ТАЙНЫ «АГЕНТА 007» ШОНА КОННЕРИ



**Как прожил свою жизнь
лучший Джеймс Бонд
мирового кино**



**Актер при жизни
стал настоящей
легендой**

Он ушел из жизни красиво: аж в 90 лет, на своей багамской вилле, под шум морского прибоя... В последние годы у актера прогрессировала старческая деменция. Но никто, кроме близких, не видел его немощным, с застывшим взглядом. Шон Коннери по-шпионски вовремя скрылся в тени – перестал сниматься и появляться на публике...

батушки, фактура-то какая! Мускулы, взгляд с прищуром, харизма. Может, он и сыграть что-то может? Оказалось, может. И у бывшего гробовщика появились роли в театре. А немного позже и в кино!

Обезвредил гангстера

Начинающий артист пользовался большим успехом у женщин. На съемках фильма «Другое время, другое место» у Коннери закрутился роман с красоткой **Ланой Тернер** – американской актрисой, которую называли секс-символом 40-50-х. Беда в том, что у Ланы уже был кавалер – знаменитый гангстер **Джонни Стомпанато**. Ему кто-то донес об измене подруги, указал на Шона. И вспыльчивый Джонни тут же помчался на съемочную площадку, прорвался через охрану и направил пистолет на Коннери. Но оказалось, не на того напал! Ловкий Шон одним ударом вышиб из рук бан-

Был гробовщиком

Мир запомнил его как лучшего Джеймса Бонда всех времен и народов. А ведь Шон мог и не сняться в легендарных фильмах. Да и вообще мог не стать актером. Тут, как говорится, ничего не предвещало. Мама была уборщицей в прачечной, папа – разнорабочим на фабрике и водителем грузовика. Совсем простая семья, из низов. Но Коннери-младший своего происхождения не стеснялся. Родителей он обожал, считал их примером для подражания. У него была даже татуировка – «Мама и Папа».

Собственную трудовую деятельность Шон начал в семь лет: продавал газеты, разносил молоко, помогал мяснику. Достигнув совершеннолетия, решил сделать военную карьеру и поступил на флот. Оттуда его комиссовали из-за язвы желудка. Пришлось снова зарабатывать, чем придется. Коннери строил дороги, развозил уголь и даже делал гробы.

А как в актеры попал? Да забрел однажды в Эдинбургский королевский театр в поисках подработки: мало ли, может, декорации надо переставить, сцену подмести... А в театре глянули на парня и ахнули:



Сын Шона от первого брака тоже успешный актер



С первой женой



Его приезд в Москву в конце 60-х получился эпическим



С Мишель он прожил последние 45 лет

дита оружие, а его самого буквально выкинул из павильона на улицу. Джонни надо было сто раз подумать, прежде чем наставлять на Коннери свой кольт: у соперника была за плечами армейская закалка, третье место в конкурсе по бодибилдингу «Мистер Вселенная» и годы занятий карате. Так что и на роль Бонда его взяли с учетом великолепных физических данных – он сам мог исполнять большинство трюков. А это такая экономия на каскадерах!

Актер снялся в пяти фильмах франшизы об агенте 007. На шестой раз вместо него пригласили **Джорджа Лэзенби**. Однако нового Бонда все критиковали, фильм провалился в прокате, зрители требовали вернуть Коннери. И его вернули! Правда, ненадолго. Шон снялся еще в двух сериях «бондианы». Последний раз – в 1983 году. Но у него и кроме этого было много ролей в отличных картинах.

В 1988-м актер даже получил «Оскара» за роль в фильме **Брайана де Пальмы** «Неприкасаемые».

Стал героем песни Высоцкого

Коннери был звездой запредельной величины. И однажды – чисто из актерского любопытства – согласился сыграть в картине советского режиссера **Михаила Калатозова** «Красная палатка». На съемки в СССР он приехал, предприняв все меры предосторожности, чтобы фанаты не порвали его на сувениры – шляпа, темные очки, режим «инкогнито»... Шон был не в курсе, что в Стране Советов его никто и знать не знал, потому что тут «бондиану» не показывали. Удивившись тому, что на него не обращают внимание, актер сначала наслаждался свободными прогулками по улицам. А потом гордость взыграла: ну как же так – привык к сла-

ве – и вдруг никому не интересен. Коннери решил устроить в свою честь вечеринку, на которую был приглашен весь московский бомонд. Этот бомонд смел со столов изысканные закуски, выпил заграничные напитки и разошелся. Никто не восхищался Шоном, не просил у него автографа. Говорят, актер был расстроен и озадачен. Только и промолвил: «Удивительная страна!» Эта история так позабавила **Владимира Высоцкого**, что он написал про Шона Коннери шуточную песню, которая вошла в его репертуар.

Ушел во сне

За свою карьеру Коннери заработал очень много. Его состояние оценивается в 350 миллионов долларов. Но при этом актер был очень скромным в своих тратах. Как-то признался:

– Много лет назад на съемках одного фильма мне подарили несколько пар обуви – так я до сих пор их ношу!

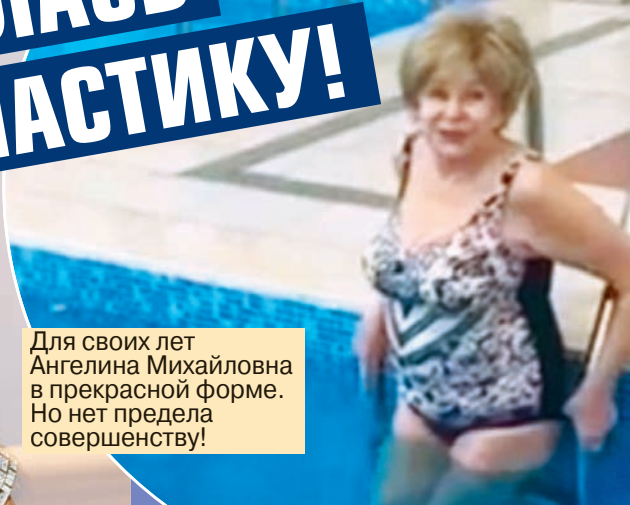
У Шона не было дорогих машин, часов с бриллиантами. И, между прочим, молодых любовниц тоже! Хотя его без конца и признавали секс-символом. Женат Коннери был всего лишь дважды. В первом браке – с австралийской актрисой **Дайан Силенто** – у Коннери родился сын Джейсон (он тоже стал успешным актером). Но семья распалась в 1973-м. А через пару лет Шон женился на французской художнице **Мишель Рокбриен**. И это оказалась та самая настоящая любовь, о которой все мечтают. Супруги прожили душа в душу почти полвека. Общих детей не завели, но им было достаточно друг друга. Всегда и всюду они ходили, держась за руки. Когда Шона не стало, Мишель написала в соцсетях – просто, без надрыва, с любовью:

«Он умер во сне, это был очень мирный уход. Я была с ним рядом, а он просто ускользнул. Знаю, что без него будет очень тяжело. Но наша жизнь не могла длиться вечно». ■

АНГЕЛИНА ВОВК РЕШИЛАСЬ НА ПЛАСТИКУ!



Для своих лет Ангелина Михайловна в прекрасной форме. Но нет предела совершенству!



В свои 78 лет народная артистка увлеченно занимается собственной внешностью. При помощи самых передовых косметических процедур ей удается заметно омолаживать лицо. Сейчас очередь дошла и до фигуры. Недавно Ангелина Михайловна сделала себе липосакцию!

Предостережение от Сябитовой

При этом традиционную – хирургическую – операцию по откачиванию лишнего жира знаменитая телеведущая сразу отвергла. Страшно! Но нашлась альтернатива: безоперационный метод, при котором жир в проблемных местах замораживают и расщепляют специальным аппаратом. Ангелина Михайловна решила таким способом избавиться от живота. За один раз эффекта не будет, придется пройти целый курс, который у Вовк уже начался. Но женщина набралась терпения и ждет результатов.

– Хочу предостеречь Ангелину Михайловну от ошибки, которую я в свое время совершила, – говорит **Роза Сябитова**. – Я тоже делала липосакцию, правда, обычную операционную: под наркозом мне вставляли трубку и через нее откачивали жир. Я

тогда думала, что если мне жир откачали, то он уже не вернется. И продолжала жить, как жила. И питаться так, как нравится: ела всякие вкусности. Так вот, мои лишние килограммы вернулись. Да еще и «друзей» с собой привели. В итоге липосакция оказалась бессмысленной, я снова поправилась. Только теперь у меня еще и две дырки от трубок на теле остались. Если не поддерживать свою физическую форму правильным питанием и разумными нагрузками, то эффект от любой операции или процедуры будет недолгим.

И совет хирурга

С Розой полностью согласен пластический хирург **Владимир Платохин**:

– Надо понять главное, что липосакция не предназначена для похудения! Это способ избавиться от так называемых жировых ловушек, которые

вследствие разных причин появляются в области живота, бедер, рук, ягодиц, второго подбородка и т.д. Лучшее всего к липосакции прибегать тогда, когда вы уже основательно сбросили вес, но при помощи диеты не можете избавиться от проблемных зон. В этом случае липосакция является действительно эффективным способом избавления от жировых отложений.

Решаться на липосакцию нужно осмысленно. Какой бы вариант вмешательства вы ни выбрали – аппаратный или хирургический, – вы должны полностью осознавать, что после процедуры необходимо качественно изменить образ жизни – пересмотреть свое питание, заняться спортом. Иначе все усилия будут потрачены зря.

А в случае с хирургической липосакцией необходимо быть еще более осторожным, так как при несоблюдении диеты жир может начать откладываться в тех местах, где его в принципе не должно быть, а затем на внутренних органах, что может привести к ожирению и нарушению обмена веществ. Можно сказать, что липосакция – это в каком-то плане путь к здоровому образу жизни, правильному питанию и поддержанию веса в пределах индивидуальной нормы. ■



Робот-пылесос Roborock E4

 lamobile.ru

При покупке любого пылесоса Roborock в интернет-магазине lamobile, подарок - фирменный рюкзак с USB-портами и универсальный кабель для подзарядки гаджетов.

Акция проводится с 16 ноября по 30 ноября 2020 г.

ООО «ЛАМОБАЙЛ», Московская область, Ленинский район, Сельское поселение Совхоз им Ленина, д. Ближние Прудыщи, владение 1, строение 1, помещение 3/26-1. ОГРН 1185027020947. Реклама. 18+



ПОДВОДНЫЕ



Зрители были уверены, что Корнев и Вертинская и в жизни влюблены друг в друга



PERSONA STARS

Роковая роль: как Владимир Корнев стал вечным Ихтиандром

60 лет назад Владимир Корнев сыграл Ихтиандра в фильме «Человек-амфибия». Эта роль стала и счастливым билетом, и проклятием для артиста. С одной стороны, у него появились миллионы поклонниц, а с другой – режиссеры отказывались приглашать советского секс-символа в другие картины. Они боялись, что зрители не воспримут Корнева в другом образе...

Фильм по роману Александра Беляева «Человек-амфибия» родился в муках. Сценарий для экранизации появился еще в 1940-х годах и с тех пор пылился на киностудии имени Горького. Режиссеры не решались брать за съемки: уж очень непростая техническая задача стояла перед ними. Как показать жизнь Ихтиандра на морской глубине? Как опустить под воду камеры и световое оборудование? Как установить декорации? Ситуация изменилась, когда исследователь **Жак-Ив Кусто** сделал свои первые подводные съемки. Увидев их, режиссер **Владимир Чеботарев** и оператор **Эдуард Розовский** решили повторить опыт французского ученого, но для художественного кино. Это была

очень рискованная затея. Да, в Советском Союзе были камеры, которые снимали под водой. Но не было герметичных осветительных приборов. А без них на малочувствительной пленке не появится четкое изображение. Кроме этого, уйти под воду предстояло всей съемочной группе вместе с артистами. Пришлось киношникам дружно освоить еще одну профессию – глубоководного ныряльщика. А дальше надеяться на русскую смекалку...

«Ревновала безумно!»

На роль Человека-амфибии режиссер Чеботарев искал необычного артиста. Сразу решил, что это должен быть неизвестный актер с «неземной» внешностью. «Чтобы в его гла-



КАМНИ



Ты что, сумасшедшая? Поезжай в Баку, там толпа девок вокруг него ходит”



Съемки под водой стали не только сложными, но и очень опасными



Первое время Алевтина очень ревновала своего красавца-мужа

зах отражались небо и море», – говорил он ассистенту. Задача казалась невыполнимой: актер, дебютант, да еще и писанный красавец... И все же такой нашелся – на последнем курсе ГИТИСА. Уже тогда Владимир Корнев сражал наповал своей необычайно эффектной внешностью. Его невесте Алевтине приходилось буквально охранять своего жениха от девичьего нашествия.

– Я была старше его, поэтому, когда Володя еще учился в институте, уже работала в театре имени Станиславского, – рассказывает жена артиста **Алевтина Корнева**. – И как только у меня кончалась репетиция, бегом бежала в ГИТИС, чтобы забрать Володю. Иначе я бы его просто уже не нашла. За ним всегда толпа девок увивалась. Ревновала поначалу безумно!

Хлопот у Алевтины заметно прибавилось, когда Владимира утвердили на роль Иктиандра. Охранять жениха ей уже пришлось на съемочной площадке, за тысячи километров от Москвы...

Бакинские страсти

Съемки картины начались в Баку. Старинный азербайджанский город уже не раз становился советской кинематографической Меккой. Его узкие улочки во многих фильмах исполняли роль иностранных кварталов. На этот раз Баку изображал клоаку западного мира, где злобный Педро Зури-то мечтал о красавице Гуттиэре. В один день с городских витрин сняли советские вывески и повесили броские названия на английском. В таких декора-

циях Владимир Корнев делал свои первые шаги в кино. Поначалу артист сильно терялся в компании куда более опытных коллег. Зато за кадром у него по-прежнему не было отбоя от поклонниц. Девушки буквально преследовали симпатичного молодого человека. А он и не возражал, хотя за два месяца до начала съемок расписался со своей невестой. Причем об ажиотаже вокруг своего новоиспеченного мужа Алевтина узнала совершенно случайно:

– Это был июнь. На съемки я не поехала, потому что заканчивался театральный сезон, – рассказывает она. – После спектакля вышла на улицу Гурького и случайно встретила Мишу Козакова. Он только что прилетел со съемок. Спрашиваю его о кино, о Володе. Говорю, что у меня отпуск с сегодняшнего дня и я не знаю, куда деваться: то ли ехать куда-то отдыхать, то ли к бабушке... А он мне в ответ: «Ты что, сумасшедшая? Поезжай в Баку, там толпа девок вокруг него ходит». Ну и все, наутро я уже села в самолет.

Увидев Алевтину в Баку, Корнев жутко разозлился. Он сразу же понял цель приезда супруги и велел ей немедленно возвращаться домой. Огорченная девушка поехала в аэропорт, но по пути ее перехватили другие, более опытные жены – режиссера и оператора. «Что ты? Не ду-



Дочь Ирина тоже стала актрисой

**Мы за все 60 лет
даже ни разу
не поссорились!**



Супруги вместе играют в театре

Несколько лет назад у актера объявилась внебрачная дочь

май возвращаться. За киношниками нужен глаз да глаз!» – в один голос стали убеждать они. И Алевтина, вопреки протестам мужа, осталась в Баку.

Когда «сухопутные» съемки закончились, вся съемочная группа, включая жен, переехала на Крымский полуостров, где предстояло снять все эпизоды с морем.

Крымские страдания

В Крыму Кореневу было уже не до девочек. Съемки потребовали всех его физических и душевных сил. Так как в СССР, да и в мире, никогда еще не проводились художественные съемки под водой, все приходилось делать впервые. Проблемой становился каждый кадр. Например, как снять Ихтиандра в морской глубине? Ведь артист не может долго плавать без акваланга. Придумали, что за Кореневым в воде будет следовать подводник-каскадер и давать ему подышать каждые

десять секунд. Так и снимали – короткими отрывками по десять секунд. Но это на пленке они были короткими, а на деле съемки длились от рассвета до заката. Артисту приходилось по несколько часов сидеть в воде, а на глубине она совсем не теплая. Из одежды на Владимире был только костюм, состоявший из тонкого полиэстера и нашитых на него чешуек. Холод моментально пробирал до костей. После команды «Стоп мотор!» Коренев кутался в несколько теплых одеял, но и это не помогало согреться. Самым мучительным было после прерыва снова идти в холодную воду. Но что ни сделаешь ради искусства! Правда, потом костюмеры немного утеплили облачение Ихтиандра. Они шили резиновую кофту, которая затягивалась у талии, шеи и запястий. Туда попадала морская вода, нагревалась от тела и какое-то время сохраняла тепло. И все равно это мало спасало на протяжении многочасового заплыва.

На волосок от смерти

Не только холодная вода была большой проблемой для артиста. С риском для жизни снимался едва ли не каждый морской эпизод. Хотя съемочная группа продумывала все до мелочей, Коренев дважды был на волосок от смерти. И чаще всего подводил человеческий фактор. Так, в сцене, когда Ихтиандра привязывают к якорю и бросают в море, артисту дали акваланг без кислорода – подводники впопыхах забыли заправить баллон. О том, что ему нечем дышать, Владимир понял, когда оказался на глубине крепко привязанным к якорю. Всплыть – невозможно. К счастью, актера страховал каскадер Рэм Стукалов. Он отдал ему свой акваланг и быстро всплыл без оборудования, рискуя получить разрыв барабанных перепонок.

Сцена, где Ихтиандра бросают в море на цепи, тоже чуть не стала роковой для артиста. На этот раз подвела массов-





В фильмах «Тайны дворцовых переворотов» и «Дети Дон Кихота»



ка, а именно матрос, который держал реквизит. Он не рассчитал свои силы и разжал руки. Тяжелая цепь, весом 60 килограммов, стала уходить под воду, грозя утащить за собой артиста, который был привязан к другому ее концу. Спаситель помог случай. Оператор Эдуард Розовский, который был на глубине и приготовился снимать сцену, мгновенно выбросил камеру и схватил падающую цепь. Так, ценой дорогостоящего оборудования, Коренев остался жить.

Обнаженка из холодильника

Все старания оказались напрасны. Фильм имел грандиозный успех. За год «Человека-амфибия» посмотрели 65 миллионов человек. И это только те, кто смог попасть на заветный сеанс. Билеты моментально сметались из касс. А непопавшие прорывались в зал любыми способами: однажды необилеченная толпа даже выдавила витри-

ну в кинотеатре «Россия». Надо ли говорить о том, что все артисты вмиг стали невероятно популярными, а особенно – Владимир Коренев. От него теперь сходили с ума миллионы советских девушек. Правда, ажиотаж вокруг своей персоны Кореневу быстро надоел. В подъезде у него постоянно дежурила стайка фанаток, дома – не умолкал телефон, а почтовый ящик ломился от писем. В стране, где секса не было, Коренев стал настоящим секс-символом.

– У нас в подъезде постоянно дежурили 15 девушек – поклонниц Володи, – вспоминает Алевтина Коренева. – Когда нам надо было куда-то ехать на машине, за нами ехала вторая машина с фанатками. Телефон я закрывала подушкой, только бы он не звонил. Выходили около театра – они уже стояли.... Однажды мы поехали на гастроли в Ленинград. Я думаю: наконец-то отдохнем. Куда там! Только вышли из гостиницы – а вся толпа стоит внизу, ждет.

Письма, приходящие на его адрес, Владимир никогда не читал. Они сразу отправлялись в большую коробку из-под холодильника. Когда тара наполнилась, артист ради интереса взял сверху первое попавшееся письмо и обалдел. В конверте была фотография части голого женского тела. А подпись гласила: «Володечка, ради тебя я снялась голой. Я буду каждую неделю посылать фрагмент этой фотографии, чтобы ты собрал меня целиком». После такой корреспонденции артист немедленно вынес все собрание на помойку.

Фанатская няня

Среди фанатов попадались разные люди. Например, одна из ярких поклонниц стала для Кореневых практически членом семьи. Это девушка Валя, которая приехала из Караганды, чтобы увидеть любимого Ихтиандра «живьем». Сначала она поселилась в подъезде Кореневых, затем устроилась на работу в колхоз в ближайшее Подмосковье. Отработав сме-

ну, Валя спешила к подъезду своего кумира и дежурила до вечера. Домой отправлялась на последней электричке. А однажды фанатка заметила, что жена его любимого Володи беременна, и предложила свои услуги: стирать, убираться, ходить за покупками. От денег девушка наотрез отказалась. Когда на свет появилась дочка Ира, Вале доверили гулять с коляской. Ее помощь оказалась весьма кстати: у Алевтины наконец-то заладилась карьера в театре. Когда дочка подросла, Валя бесчисленное число раз водила ее в кино на «Человека-амфибия». Так **Ирина Коренева** познакомилась с творчеством своего отца...

Дети Ихтиандра

Супруги Кореневы вместе уже 60 лет. За это время было всякое. Судачили о романе артиста с **Анастасией Вертинской**, партнершей по фильму. А несколько лет назад на телевидении появилась женщина, которая заявила, что она – внебрачная дочь Ихтиандра. Кореневы всей семьей посмотрели передачу, но только пожалы плечами. Подробности у мужа Алевтина не выясняла. Она знает: даже если и было что-то на стороне, на первом месте у Владимира только она и дочь.

– Мы за все 60 лет даже ни разу не поссорились. Я никогда не называла мужа дураком, идиотом, какими-то словами, которые в ходу у супругов со стажем. Я его всегда безумно любила и люблю, – говорит Алевтина.

Сейчас вся семья Кореневых работает в театре имени Станиславского (ныне – Электротheater Станиславский). Супруги часто выходят на сцену в одном спектакле. Их дочка Ирина, окончив театральную, тоже влилась в родной коллектив. Владимир Борисович признает, что его театральная карьера сложилась куда лучше кинематографической. И об этом нисколько не жалеет. Пусть он и остался актером одной роли, но его Ихтиандра помнят и любят миллионы кинозрителей. А что еще нужно артисту для счастья?.. ■



Кто озвучивал героев «Великолепного века»

Хороший дубляж – одна из составляющих успеха иностранного фильма. В этом плане турецкий сериал «Великолепный век» – в некотором смысле эталон. Все актеры дубляжа великолепно справились со своими ролями. Кто же они, бойцы невидимого фронта? И чем известны помимо этой телесаги?

Хюррем с голосом Милы Йовович

Главный герой сериала «Великолепный век» – султан Сулейман – в русской версии говорит голосом **Радика Мухаметзянова**. Радику 40 лет, за свою актерскую биографию он озвучил уже более 200 персонажей. Но вот что удивительно: актер точно не знает, похож ли его собственный голос на голос актера **Халита Эргенча**, который играет эту роль.

– У Халита хороший низкий настоящий мужской голос, и он очень соответствует его внешности, – говорит Радик. – А свой голос я, как и многие

актеры, не люблю слушать. Это нормально: собственный голос человек воспринимает совершенно иначе.

Еще признание: «дублировать приятнее любовные сцены», а вот дубляж ссор и драк – всегда проверка на профессионализм.

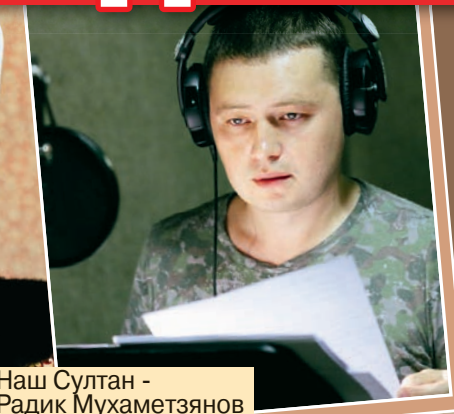
– Если актер прыгает и от этого тяжело дышит, то ты должен задохнуться, стоя ровно и говоря в одну точку, в микрофон. Если ты отдвигаешься от микрофона, то меняется звук, звукорежиссер моментально это замечает и призывает вернуться на место.

Кстати, когда есть предложения, Радик и сам снимает-

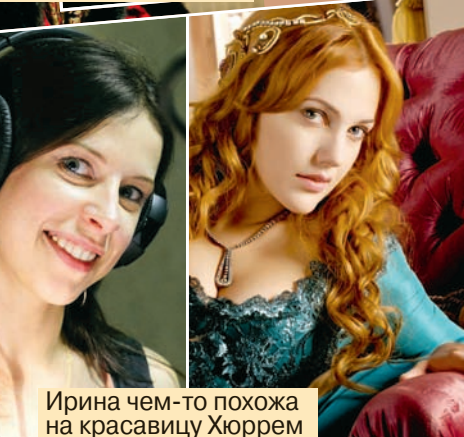
ся в кино. Например, в сериале «Выйти замуж за генерала» он играет пилота.

Красавица Хюррем – главная героиня турецкой телесаги. В том, что эта она так полюбилась российской публике, есть и заслуга актрисы **Ирины Киреевой**, подарившей ей свой голос. Между прочим, многие российские поклонники сериала считают, что Ирина чем-то похожа на исполнительницу роли Хюррем-актрису **Мерьем Узерли**. Обе – утонченные, хрупкие, женственные. Также Киреева почти всегда озвучивает **Милу Кунис** и **Милу Йовович** (примечательно, что обе голливудские дивы имеют русские корни). А еще Ирина – голос радиостанции «Радио России». Год назад Киреева удивила всех коллег, представив на «Кинотавре» свой дебют – короткометражный фильм «Романс для валторны», который она сняла в качестве режиссера.

ИДИМОГО ФРОНТА



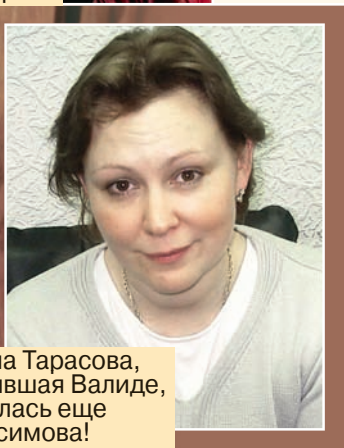
Наш Султан - Радик Мухаметзянов



Ирина чем-то похожа на красавицу Хюррем



Марина Тарасова, озвучившая Валиде, снималась еще у Герасимова!



А голос Хатидже звучит во МХАТе!

Нигяр из «Секса в большом городе»

Даниил Эльдаров озвучил в «Великолепном веке» красавца Бали-бея. Когда-то Эльдаров (по профессии – актер музыкального театра с дипломом Гнесинского училища) работал в детском музыкальном театре. Но потом стало понятно, что так семью не прокормить. В итоге он ушел в дубляж, но иногда выходит на сцену в антрепризных спектаклях. Кстати, в сериале «Великолепный век» также задействовали его дочь Василису – она озвучивала дочку султана Михримах, когда в сериале показывали ее детские годы.

По словам актера, сериал на самом деле вовсе не женский, как принято считать, и сам он с удовольствием, когда выпадало время, следил за перипетиями сюжета. Дело в том, что никто из актеров дубляжа заранее не знал, о чем будет очередная серия.

– Такого в нашей профессии не бывает, это специфика работы, – поясняет Даниил. – Приходим, получаем каждый свой кусок и начинаем писать. Важно то, как быстро ты умеешь входить в материал, работать с интонациями, попадать в синхрон.

Помимо «Великолепного века» голос Даниила можно слышать в сериале «Королек – птичка певчая» (тот же Бурак Озчивит). А еще он часто озвучивает Хью Джекмана – в «Пленницах», «Отверженных» и «Хранителях снов».

Актриса Жанна Никонова в сериале озву-

чивает Махидевран. А еще ее голосом говорит Фиона из любимого всеми мультфильма «Шрек», Джессика Альба в куче картин и даже Эйприл О'Нил в «Черепашках-ниндзя» (всего около двухсот героинь). Не случайно Жанну называют одним из самых популярных голосов российского дубляжа. Как она успевает еще играть в театре «Эрмитаж», мало кто понимает.

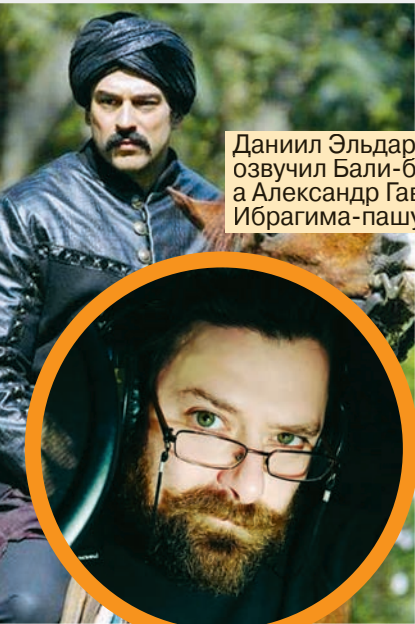
– Приходится как-то вырывать, – говорит Никонова. – Увы, нереально прожить на зарплату. Если бы не это – сидела бы себе в театре, репетировала да играла.

Не менее именитой в мире дубляжа считается и Ольга Голованова, голосом которой говорят Нигяр-калфа и вредная Гюльшах-хатун. Ольга озвучила уже более 600 картин – начиная от совсем древних типа «Убить пересмешника» 1962 года и заканчивая дурацкой комедией «Няньки». Даже в немногословных «Телепузиках» звучит ее голос. Но, конечно, самая известная героиня, которой Ольга подарила свой голос, – Шарлотт из культового сериала «Секс в большом городе».

Хатидже из «Доктора Хауса»

Сестру султана Хатидже в «Великолепном веке» озвучивает Лариса Некипелова. Занятно, что актриса дублировала еще двух героинь в этом же сериале, и их обеих по сценарию убили: Викторию утопили, умерла и Мария, с которой будущая Хюррем плыла на корабле в Стамбул.

Еще голос Ларисы вы могли слышать в сериале «Губка Боб» (она озвучивала бешеную белку Сэнди), в «Шерлоке» с Бенедиктом Камбербэтчем (Ирэн Адлер) и в «Докторе Хаусе» (Лиза Кадди). Интонации актрисы на-



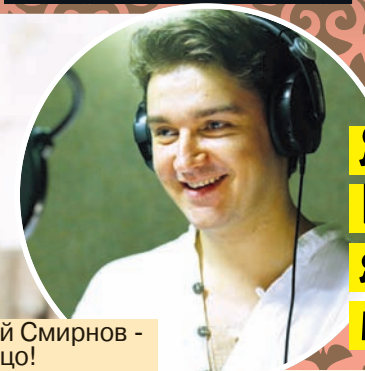
Даниил Эльдаров озвучил Бали-бея, а Александр Гаврилин - Ибрагим-пашу



Махидевран - Жанна Никонова



Сюмбюль и Сергей Смирнов - ну просто одно лицо!



Нигяр - Ольга Голованова



Я похож на Сюмбюля. Во мне есть хитринка, я могу быть жестким, могу мягким

столько узнаваемы, что это приводит к анекдотичным ситуациям.

– Однажды на съемках, – рассказывает Лариса, – второй режиссер, прервав сцену, вбежала на съемочную площадку и стала кричать: «Это же Кадди из «Доктора Хауса»!»

Также Некипелова играет во МХАТе. До этого служила в Русском драматическом театре в Тбилиси, потом в Рижском театре у **Адольфа Шапиро**. Так что театральная биография у нее обширная!

Актер **Сергей Смирнов**, который дублирует Сюмбюля-ага, говорит, что он похож на своего героя:

– Во мне есть хитринка, я могу быть жестким, могу мягким. Понимаю, где нужно натянуть вожжи, а где отпустить.

Однако, озвучивая евнуха Сюмбюля, Сергей сильно менял свой голос, поэтому в

обычной жизни его мало кто узнает, даже завзятые поклонники сериала. Настоящий голос Смирнова звучит в большом кино – он озвучивал Джареда Лето в «Далласском клубе покупателей» и Эндрю Гарфилда в «Новом Человеке-пауке».

Дочь Толстого и Ибрагим Ди Каприо

Марина Тарасова озвучила Валиде, мать султана. Также голос Марины знают все поклонницы уже упомянутого сериала «Секс в большом городе», она там говорит за героиню **Сары Джессики Паркер** Кэрри Брэдшоу. Вообще, дубляжом Марина занимается уже много лет. **Изабель Юппер** она озвучивала еще в 1984 году, потом принялась за индийских красоток Болливуда. Но Тарасову можно и увидеть в кино. Например, в филь-

ме **Сергея Герасимова** «Лев Толстой» она сыграла дочь писателя, из сравнительно недавних появлений – эпизоды в сериалах «Агент национальной безопасности» и «Большие девочки».

Ну а Ибрагим-паша говорит голосом **Александра Гаврилина**. Когда-то Александру прочили блестящее актерское будущее. В 2004 году он окончил ВГИК, мастерскую Виталия Соломина, и был в числе подающих надежды. Талантливый, фактурный, высокого роста (1,92) и с гипнотическим взглядом карих глаз. Однако в кино Гаврилин мелькнул лишь в каких-то незначительных сериалах. Зато в мире дубляжа актер считается одним из корифеев. Он озвучивал **Роберта Паттинсона** в «Сумерках», **Сашу Барона Коэна** в «Отверженных», **Джонни Деппа** в «Ранго» и **Леонардо Ди Каприо** в «Отступниках». ■



Голос Елены Бушуевой запомнила вся страна



Жена Лени Голубкова

Если в «Великолепном веке» – целое созвездие актеров дубляжа, то когда-то все выглядело не так роскошно. Например, каждый из бразильских сериалов нередко озвучивали всего четыре актера: двое мужчин и две женщины. А если взять все-все бразильские сериалы, которые шли у нас годами, то работали над ними только 13 актеров. Причем у каждой

бразильской звезды в России есть свой собственный «голос». Так, Изаура, над судьбой которой рыдала вся страна, говорила голосом **Елены Бушуевой**. К слову, в реальной жизни российская актриса совсем не похожа на хрупкую **Луселию Сантус**. Яркая и фактурная, Елена когда-то начинала свою карьеру с заметной роли в фильме Геннадия Полоки «А

был ли Каротин» (1989 г.). Позже снималась в комедиях Гайдая, Данелии и Меньшова. Но потом Бушуева сыграла жену Лени Голубкова в нашумевшей рекламе финансовой пирамиды «МММ», и, можно сказать, это стало концом ее карьеры. Из-за специфической всенародной славы Елене пришлось уйти из театра, в кино тоже перестали приглашать. Зато в роли актрисы дубляжа она раскрылась на все сто процентов.

Все мужские роли в «Рабыне Изауре» озвучивал актер **Алексей Борзунов**. Еще его голосом говорил Луис Альберто в сериале «Богатые тоже плачут». Вообще же, Борзунова называют Королем российского дубляжа. Он озвучивал громадное количество сериалов, а также почти все диснеевские мультфильмы. Актер ушел из жизни в 2013 году после продолжительной болезни.

Нескончаемый сериал

Когда актерам дубляжа сериала «Санта-Барбара» в 1991 году прислали первые 30 серий, то сказали: это вся картина. Потом прислали еще 30. И еще. Так было долгих 10 лет и 2123 серии. В каком-то смысле этот сериал стал прорывом именно в области дубляжа.

– «Санта-Барбара» была первой попыткой озвучить иностранное кино непривычным для нас методом, – рассказывает **Ирина Ставрогина (Иден)**. – Раньше мы синхронно дублировали фильм и практически «играли голосом» за иностранных актеров. В «Санта-Барбаре» мы учились не пере-

игрывать актеров, чьи голоса были отчетливо слышны в кадре, а лишь как можно точнее передавать их собственные интонации.

Помимо Ставрогиной в «Санта-Барбаре» дубляжом занимались лучшие мастера своего дела. **Галина Чигинская (Джина)** озвучивала «всю» Катрин Денев, Роми Шнайдер, Ванессу Редгрейв. **Татьяна Иванова** до Джулии говорила за героиню Ким Бейсингер, позже была «женщиной-врачом» Куин, а также Розой из культового «Титаника». А **Борис Тетерин (Лайонел)** считался настоящим корифеем Александринки.



Звезды говорят

Иногда к озвучке привлекали и известных актеров – особенно в те годы, когда фильмы в России не снимались, а жить отечественным звездам на что-то надо было. Например, **Веронику Кастро** в сериале «Дикая Роза» озвучивала **Наталья Варлей**. **Любовь Германова** подарила свой голос **Виктории Руффо** в сериале «Просто Мария». А Владимир Конкин озвучивал **Гильермо Капетильо** и его персонажа Рикардо Линареса в сериале «Дикая Роза».



Вероника Кастро говорила голосом Натальи Варлей



Время приготовления - 30 минут

«КОНВЕРТИКИ» ИЗ ТАЙМЕНЯ С ЛИСИЧКАМИ

Надо:

400 г филе рыбы, 200 г лисичек, 250 мл жирных сливок, 2 веточки тимьяна, 1 луковица, 30 г кедровых орехов, 50 мл растительного масла, соль и перец - по вкусу.

Приготовление:

1. Крупные лисички разрезаем пополам, а мелкие оставляем целиком. Филе рыбы нарезаем на порционные кусочки, солим, перчим и приправляем тимьяном.
2. В сотейник наливаем немного оливкового масла и отправляем обжаривать лисички. Мелко нарезаем лук и отправляем к лисичкам. Слегка обжариваем и наливаем сливки. Как следует перемешиваем, ждем пару минут. Добавляем орешки, соус готов.
3. Филе кладем на бумагу для запекания, аккуратно выкладываем соус на рыбу, заворачиваем в бумагу и отправляем в духовку на 10 минут при температуре 160 градусов.

Время приготовления - 40 минут

ЖАРКОЕ ПО-КАРЕЛЬСКИ

Надо:

0,5 л говяжьего бульона, 500 г баранины, 500 г свинины, 1 кг картофеля, 1 луковица, 50 г топленого масла, 2 ст.л. сушеных белых грибов, 2 ст.л. горчицы, 2 ч.л. мяты, 1 ст.л. сушеных ягод можжевельника, соль и розовый перец - по вкусу.

Приготовление:

1. Предварительно замочите белые грибы в воде.
2. Баранину смазываем горчицей и оставляем мариноваться на некоторое время. Затем нарежем мясо на небольшие кусочки и отправляем в разогретый казан с топленым маслом. Приправляем ягодами можжевельника и слегка обжариваем. Достаем из казана.
3. Нарезаем очищенный картофель кружочками и отправляем в казан, где жарилась баранина. Сверху картофеля выкладываем лук, нарезанный полукольцами, баранину, добавляем немного мяты, белые грибы и свинину, нарезанную небольшими кусочками. Приправляем розовым перцем, солим, заливаем говяжьим бульоном и отправляем запекаться в духовку на два часа.



Время приготовления - 2 часа 30 минут



ПОМОРСКАЯ ПОХЛЕБКА

Надо:

450 г мидий, 500 г семги, 2 луковицы, 1/3 стакана риса, 2 помидора, 1 морковь, 2 зубчика чеснока, 200 г сливок, 2 ст.л. оливкового масла; соль и перец - по вкусу.

Приготовление:

1. Отвариваем мидии. Мелко нарезаем репчатый лук и чеснок. Морковь нарезаем кружочками. Обжариваем на оливковом масле овощи.
2. Добавляем в сковороду мелко нарезанные томаты и тушим до готовности. Сваренные мидии достаем из кастрюли и даем им остыть, отделяем от раковин. В бульон отправляем рыбу и варим до готовности. Затем достаем и очищаем от костей.
3. Рис обжариваем с овощами. В бульон отправляем рис с овощами, мясо рыбы и мидии. Добавляем сливки, солим, перчим и даем прокипеть несколько минут.

раммы «Поедем, поедим!»

Время
приготовления -
1 час



БЛИНЫ С НАЧИНКОЙ

Надо:

200 г муки, 2 яйца, 400 мл молока, 1 ч.л. растительного масла.

Для начинки (жульен из креветок): 200 г очищенных креветок, 1/2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 50 г сельдерея, 20 г сливочного масла, 30 мл жирных сливок, 30 г сыра пармезан, 30 мл белого сухого вина.

Для начинки (ягодный крем): 100 г сыра маскарпоне, 50 г клубники, 100 г ягод жимолости, 30 мл воды, 10 г сахара.

Приготовление:

1. Замешиваем тесто и печем блины.
2. Для жульена из креветок: нарезаем мелко лук, чеснок, стебли сельдерея и обжариваем на растительном масле, с небольшим количеством сливочного масла. Добавляем мелко нарезанные креветки и обжариваем до готовности. Наливаем жирные сливки, немного белого вина, тертый пармезан и готовим до загустения, постоянно помешивая.
3. Начинку выкладываем в центр блина и заворачиваем в мешочек, завязав сверху тонким лепестком лука-порея. Ягодный крем: высыпем в сотейник размятую ложкой жимолость, добавляем к ней сахар и немного воды. Держим на огне, пока вода не испарится. На блин выкладываем сыр маскарпоне, нарезанную дольками клубнику и щедро поливаем сиропом из жимолости. Заворачиваем точно так же в мешочек.

РАДИ РЕДКОГО РЕЦЕПТА НЕУТОМИМЫЙ АНГЛИЧАНИН ДЖОН УОРРЕН КОЛЕСИТ ПО ГОРОДАМ И ВЕСЯМ. А ТЕПЕРЬ ВЕДУЩИЙ ПРОГРАММЫ НТВ «ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ!» ДЕЛИТСЯ СВОИМИ НАХОДКАМИ И С ЧИТАТЕЛЯМИ «ОЗВ».



БАРАНИНА ПО-ТАЕЖНОМУ

Надо:

Баранья лопатка, 100 г меда, 100 мл бальзамического уксуса, 150 мл соевого соуса, 50 г горчицы, 250 мл оливкового масла, головка чеснока, морковь, тимьян, розмарин, базилик, корица, соль, сахар и перец - по вкусу.

Для приготовления гарнира вам понадобится: 1,5 кг запеченного картофеля, 4 помидора, несколько редисок, пучок петрушки, пучок черемши, репчатый лук, 2 ст.л. оливкового масла, 2 ст.л. бальзамического уксуса, соль, сахар, базилик - по вкусу.

Приготовление:

1. Мясо протыкаем ножом и шинкуем зубчиками чеснока и небольшими кусочками моркови.
2. Маринад: смешиваем оливковое масло, мед, горчицу и хорошо перемешиваем. Затем добавляем бальзамический уксус, соевый соус, приправляем специями и снова тщательно перемешиваем.
3. Мясо хорошо смазываем маринадом. Перекладываем на фольгу, добавляем немного веточек розмарина, тимьяна и как следует оборачиваем мясо фольгой в три слоя. Отправляем запекаться на угли примерно на полтора часа.

Готовим гарнир:

1. Целые помидоры запекаем на углях. Печеный картофель очищаем от кожицы и выкладываем в глубокую миску.
2. Нарезаем черемшу, редис маленькими кубиками и петрушку. Лук нарезаем полукольцами и маринуем в бальзамическом уксусе с добавлением небольшого количества соли и сахара.
3. Нарезаем помидоры и отправляем все ингредиенты в миску к картофелю. Заправляем оливковым маслом, солим, посыпаем сушеным базиликом и хорошо перемешиваем.



Время
приготовления -
2 часа

КАК НАЙТИ «СОВЕ

Когда-то без шпрот не обходился ни один праздничный стол. Консервированные рыбки считались дефицитом и продавались только в заказах. Сейчас «золото Балтики» доступно в любой будний день, но качество этих консервов оставляет желать лучшего. Как же выбрать «тот самый вкус» в бурном море подделок?



ADOBE STOCK

1. Чем меньше рыба путешествует, тем лучше. То есть самые качественные консервы делают рядом с местом вылова. Поэтому обязательно найдите на этикетке **адрес завода-изготовителя**. Если это Калининград, Мурманск, Латвия или Эстония, то качество шпрот обещает быть на высоте. Если рыбу обработали где-то в Орле или Подмоскowie, то в ход пошло замороженное

сырье. Такой деликатес развалится при накалывании на вилку.

2. Когда-то шпроты действительно делали из шпрота - мелкой рыбешки семейства сельдевых. Сейчас из-за активного вылова этот вид почти на грани исчезновения, поэтому в известных консервах его **заменили килькой или салакой**. После копчения и засолки их вкус

почти не отличается, но знатоки признают, что салака - более жесткая и сухая. В любом случае вид рыбы, из которой сделаны консервы, указывается на этикетке.

3. Размер имеет значение. В шпроты идет рыбка **длиной 11-13 сантиметров**. Именно эти параметры считаются самыми лучшими для копчения и просолки. В последнее время в продаже появились шпроты-максимум, где длина рыбы достигает 16 сантиметров. Это уже нарушение традиционной технологии, потому что переростки суше и жестче на вкус.

4. Обратите внимание на дату изготовления консервов. В традиционных шпротах используется только зимняя рыба, **выловленная с ноября по март**. Она считается самой жирной. Летняя рыба более подвижная, поэтому жирка в ней почти нет, а в основном только мускулы и жилы.



ТСКИЕ» ШПРОТЫ?

5. Хорошую рыбку легко отличить и **по способу укладки**. В сезон она лежит брюшками вверх, а в летнее время ее укладывают наоборот – спинками кверху. Это происходит из-за того, что у летней сухой рыбы в процессе копчения лопаются брюшки, и маскировка скрывает этот недостаток.

6. Соотношение рыбы и масла в шпротах должно быть примерно 75 на 25. Если масла больше, то это прямое нарушение стандартов. Проверить выполнение этого требования можно еще в магазине: слегка потрясите банку перед покупкой. Если она сильно булькает, то масла явно перелили.

7. Когда-то, на заре технологии, в шпроты шло оливковое масло. Потом его заменили на подсолнечное. Сейчас в консервах почти повсеместно используется

дешевое рапсовое масло. **Употреблять его в пищу не рекомендуется**, поэтому черный хлеб в рецепте традиционной закуски из шпрот лучше пропитать не содержимым консервы, а любым другим растительным маслом.

8. Масло в консервах должно быть чистое, прозрачное, **без взвеси и рыбных ошметков**.

9. Качественные шпроты имеют в составе **только три ингредиента**: рыба, масло, соль. Консерванты, ароматизаторы и Е-добавки, которые на деле обозначают копчение с помощью «жидкого дыма», не допускаются.

10. Открытые шпроты нельзя хранить **больше двух суток**. Да и редко у кого это получается: качественные консервы по-прежнему съедаются за один присест! ■



НА ЛЮБОЙ ВКУС!

СПЕЦВЫПУСК

СУДОКУ

КОТОРЫХ НЕТ В ТЕЛЕФОНЕ

№ 6 2020

ИЗДАТЕЛЬСТВО «МИР НОВОСТЕЙ»

«Василий Иванович»

9 771680 584005 20206

журнал японских
головоломок

В НОМЕРЕ:

- судоку различных видов: от простых до сложных
- судоку-бабочка
- судоку-мельница
- судоку-звезда
- судоку-самурай
- необычные тудоку
- непривычные даблдоку

Учредитель: ООО «Мир новостей». Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-24803 от 04.07.2006 г. Зарегистрирован Федеральной службой по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Реклама. 12+.

ЧТО ДЕЙСТВ ПОМОГАЕТ



**Диетолог
Сергей Обложко:**

Сергей Обложко, диетолог и специалист по снижению веса, рассказывает о препятствиях, которые таятся на пути к стройности. И дает полезные советы!



Сколько нужно пить воды, чтобы похудеть?

Это, пожалуй, самый частый вопрос из тех, которые мне задают как специалисту по снижению веса. И при этом самый малозначимый. Вода содержит ноль калорий, ее влияние на вес сильно преувеличено. Есть еще модификации этого вопроса:

- Как правильно пить? До еды, во время или после?
- Правда ли, что газированная вода вызывает целлюлит?
- Как заставить себя пить воду, если я это ненавижу?

Давайте разбираться по порядку. Речь идет о чистой воде. Не о коле, минералке или чае с компотом. Это отдельные проблемы.

1. Вода никак не влияет на расщепление жира. Обильное питье мягко стимулирует

диурез и утоляет жажду некалорийным способом. Своим пациентам, худеющим с обычной скоростью 4-6 кг/мес., я рекомендую пить в сутки 1,5-2 литра воды. Тем, кто сбрасывает вес более 6 кг/мес., – более 2 литров.

2. Самая правильная стратегия с водой – пейте часто и понемногу. Основной объем воды выпивайте до 18:00, чтобы избежать отеков. До еды, во время или после – не важно, главное – не растягивайте желудок одновременно едой и питьем.

3. Газированная вода улучшает всасывание питательных веществ, и, если в ней нет калорий, – это малозначимый фактор. К целлюлиту гораздо быстрее приводит капучино.

4. Если человек худеет на быстрой программе, то я заставляю пить достаточно воды.

Уговариваю, угрожаю, шантажирую. Если до 4 кг/мес. – смотрю сквозь пальцы. Регулярный анализ состава тела и динамики жидкости в процессе снижения веса позволяет понять, почему иногда вес долго стоит на месте. В таких случаях обильное питье часто помогает «подтолкнуть» снижение веса.

5. Привычка утолять жажду чистой водой, а не калорийными напитками, очень важна для снижения веса и поддержания стройности.

Как соль помогает худеть?

Вы наверняка слышали, что соль – это белая смерть. Множество исследований причисляют привычку к чрезмерно соленой пище к факторам риска самых разных заболеваний. В общем, ужас-ужас.

ИТЕЛЬНО ХУДЕТЬ?



Еда плюс напитки = не более 500 мл за один прием!



Как это бывает? Однажды женщина принимает твердое решение – войти в мир стройных людей, отринув все вкусное. Но вот незадача – еда, которую она кладет в рот, пресная и безвкусная.

Ирония заключается в том, что соль содержит ноль калорий и никак не влияет на вес. То есть соленое сало, конечно, да. А так – нет.

Соблюдайте важные «солевые» правила:

1. Солите по вкусу в процессе снижения веса. Умеренное и разумное употребление соли поддержит давление и улучшит вкусовые качества пищи.

2. Попробуйте необычную соль, богатую микроэлементами, или глутаматную, которая улучшит вкус куриных грудок и моркови.

3. Если вы не хотите краснеть перед Всемирной организацией здравоохранения,

то укладывайтесь в 5 граммов соли в день.

4. Не ешьте соленого перед сном – это может вызвать задержку жидкости.

5. Помните, что в продуктах, подвергшихся переработке, может быть большое количество скрытой соли, которую тоже нужно учитывать.

То есть солите с чистой совестью – соль никак не мешает стройности. Солите по вкусу. Избегайте бессолевого питания – никакого смысла нет в напрасных страданиях.

Какой хлеб помогает худеть?

Да и вообще можно ли есть хлеб в процессе снижения веса?

Часто люди, которые проходят у меня программу по снижению веса, крайне запуганы информацией из Интернета и очень удивляются, когда я говорю, что хлеб помогает худеть. Некоторые начинают в этот момент плакать от счастья. У некоторых случается истерика. Большинство не верит и ждет подвоха. А вы ждете подвоха? Не бойтесь, я научу вас правильно есть хлеб и булочки, чтобы ничего не откладывалось.

Существуют базовые правила касательно хлеба:

1. Лучший для похудения хлеб – это серый, цельнозерновой или вообще из муки с отрубями. Внимательно прочитайте этикетку: вам необходимо понимать, какого сорта мука, из которой выпечен хлеб. Здесь вам не высший сорт, из которого получают пышные белые булочки. Кто чего много ест, тот на то потом и похож.

2. Важно, чтобы в хлебе для похудения не было добавок – семечек, орехов, сухофруктов, сахарной пудры или фруктозного сиропа.

3. «Пушистый» хлеб лучше для похудения, чем мелкопузырчатый. Он легче, соответственно, стандартный кусок будет иметь меньший вес и меньшую калорийность. Тяжелый, влажный хлеб на разрезе – вам с ним не по пути в сторону светлого стройного будущего.

4. Если в магазинах вам трудно найти образец, соответственно, всем требованиям, можно купить хлебопечку и делать правильный хлеб дома. И потом есть его совершенно безнаказанно.



ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА:

1. Пейте, когда чувствуете жажду. Вода должна быть комнатной температуры.
2. Распределите объем воды на порции (стаканы).
3. Пейте медленно, небольшими глотками.
4. Промежуток между питьем – 30–60 минут.
5. Исключите из рациона газированную воду.
6. Чувство жажды появляется через 10–15 минут, поэтому подождите, прежде чем выпить еще.



Дело в том, что отруби не усваиваются в организме приличного человека, и это радикально снижает калорийность.

Они усиливают сытность и ускоряют метаболизм. Сами по себе отруби грустны и античеловечны, но в составе хлеба – вполне ничего ”

Что есть в последний прием пищи?

Если вы сбрасываете вес, не ешьте рыбу и морепродукты перед сном. Творог, фрукты и ягоды – тоже не надо. Если так согрешить, то вы увидите утром плюс на весах. Даже если уложились в калорийность.

И еще несколько правил:

В процессе снижения веса обязательно делайте последний прием пищи в течение двух часов перед сном. Легкий и сытный прием пищи поможет вам держать вечернюю тягу к еде под контролем и ускорит метаболизм.

Во время сна метаболизм замедляется, и то, что вы съедите перед сном, окажет огромное влияние на то, что вы увидите утром на весах.

Я рекомендую сочетание белок + клетчатка.

Соленое и жидкость перед сном – частая причина утреннего плюса.

Банальный помидор, тофу или даже овощной суп – и утром вас ждет разочарование.

Стройная и пьяная: как алкоголь может помочь похудеть?

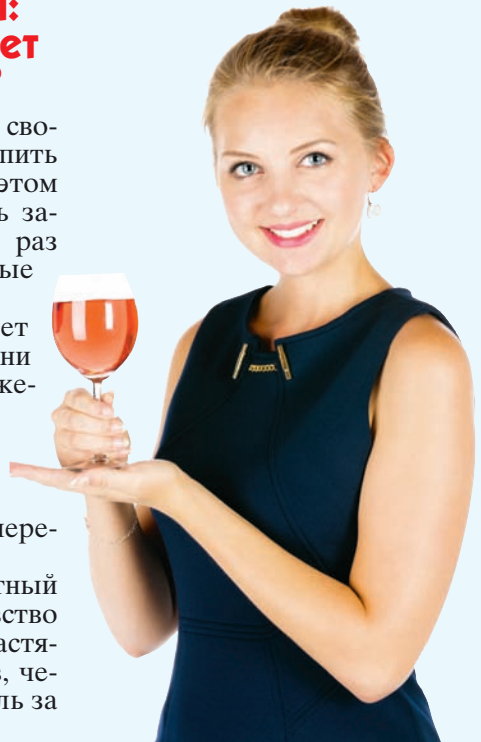
Я завален вопросами в своем блоге: как все-таки пить огненную воду и при этом худеть? Я бы мог начать за нудство и в очередной раз промямлить всем известные факты о том, что:

- алкоголь замедляет расщепление жира в печени и приостанавливает снижение веса;
- алкоголь растормаживает высшие корковые центры, ослабляет контроль и провоцирует переедание;
- алкоголь как местный анестетик выключает чувство сытости и способствует растягиванию желудка. Выпив, человек утрачивает контроль за количеством съеденного;

- алкоголь – очень калорийный продукт, почти в два раза калорийнее сладкого;

- Многие исследования о пользе алкоголя для снижения веса проспонсированы алкогольными ассоциациями...

Но я не буду этого делать. Ибо понимаю, что никто этого не услышит. Поэтому как врач я хочу предложить вам сделку. Дело в том, что я искренне считаю, что нет ничего прекрасней на этом свете, чем безупречно стройная и слегка клякнущая женщина. На это можно смотреть бесконечно, как на огонь и воду. Поэтому давайте сначала сбросим вес, и как только вы увидите желанную цифру на весах, то, не сходя с них, выпьете, как горнист, ледяного белого игристого. За стройность, за красоту и всепобеждающую любовь! Но только после похудения! ■



ГАЗЕТА «ОТКРОВЕНИЯ ЗВЕЗД»

Учредитель: АНО «Редакция газеты «Мир новостей»

Главный редактор – Дмитрий Мельман.

Редакторы – Ольга Киц-Ковязина, Ксения Позднякова; корреспонденты – Н. Полянский, М. Черемнова, М. Бойкова, Ф. Гришин, О. Терешкова, У. Калашникова, С. Афанасьева, И. Рудакова, Л. Павленко; дизайн, верстка – Николай Пантелеев

Рег. ПИ №ФС77-56535 от 26.12.13 в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Отпечатано в ООО «Первый полиграфический комбинат», г. Красногорск, № заказа 201421 Дата выхода: 9.11.2020

16+

За материалы, помеченные как «на правах рекламы», редакция ответственности не несет

Адрес редакции: 101000, Москва, Главпочтамт, а/я 518.

E-mail: mirnov2000@mirnov.ru; тел. редакции: 8 (499) 975-25-31;

Отдел распространения: 8 (499) 975-22-03;

PR-отдел: 8 (495) 969-18-66, pr@mirnov.ru;

Отдел рекламы: 8 (499) 975-25-42, 975-20-74, 975-22-50, 975-21-60.

ОБЩИЙ ТИРАЖ 205 ТЫС. ЭКЗ.

ИНТЕРНЕТ-ВЕРСИЮ СМОТРИТЕ НА САЙТЕ WWW.OTZVEZD.RU

Фото на обложке: Екатерина Чеснокова/РИА Новости, А. Ломохов, В. Горячев
Другие фотоматериалы: Fotodom, ИТАР-ТАСС, Persona Stars, РИА «Новости», личные архивы звезд, социальные сети
Использование опубликованных материалов без письменного разрешения редакции воспрещается



Тихий блендер PHB 1591L Silent от Polaris: дополнительный комфорт на вашей кухне

Швейцарский бренд Polaris представляет новинку – тихий электрический блендер PHB 1591L Silent. Новый блендер работает в 2 раза тише, чем предыдущие модели блендеров Polaris, а достигается такой результат благодаря технологии SilentPRO и использованию наноматериалов при изготовлении блендера. Наконец-то можно приготовить вкусный завтрак и при этом не разбудить раньше времени никого из близких!

- Погружной блендер Polaris PHB 1591L Silent – это многофункциональный прибор 3 в 1: блендер, измельчитель и миксер. Блендерная насадка подойдет для приготовления соусов, супов-пюре, домашнего майонеза, детского питания и молочных коктейлей. Нож измельчителя позволит быстро нарубить вареное мясо, сыр или овощи, а насадка-миксер превратит в густую пену такие продукты, как белки, сметана и десертные крема.

- Прибор оборудован 4-лепестковым ножом с титановым покрытием, что позволяет ему сохранить прочность и остроту на долгие годы. Насадка блендера и венчик изготовлены из нержавеющей стали, поэтому он отлично измельчает и смешивает ингредиенты.

- Для большего комфорта применения в комплекте предусмотрена подставка, чтобы можно было хранить блендер прямо на столешнице, не царапая ее и не рискуя уронить прибор. Вместительный мерный стакан 0,7



л оснащен удобной крышкой для защиты от разбрызгивания продуктов, чтобы не пачкать кухню. Также в комплекте идет емкая чаша измельчителя объемом 0,5 л, поэтому можно не загружать ингредиенты несколько раз подряд. Блендером удобно пользоваться, он легко моется и не впитывает запахи.

- Мощность блендера – 1500 Вт, в нем предусмотрено 25 скоростей с плавной регулировкой скорости и режим турбо, которые помогут быстро добиться необходимой консистенции и решить даже сложные кулинарные задачи без особого шума.

- Двойная защита двигателя от перегрева с технологией PROtect+ обеспечивает надежность и долговечность блендера. Даже при слишком долгом использовании он не выйдет из строя, а отключится на время и снова будет готов к работе после остывания.

- Гарантия 2 года.

В декабре дарим скидку
12% - на второй товар,
20% - на последующие товары!

- Мы с вами уже 20 лет!
- Мы РАБОТАЕМ с проверенными товарами!
- Даем гарантию на товары до 3 лет!
- Если товар вам не подойдет, мы вернем вам деньги!

Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

Золушка **1450 руб.**
 Золушка-стерео* **1710 руб.**

* - в комплекте два излучателя.
 Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выучит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Пр-во: Россия.



Танцующая елочка

Симпатяга-елочка рассмешит любого! Она поет заводную песенку, мигает огоньками и очень смешно танцует. Создаст новогоднее настроение у взрослых и детей! Высота 30 см. От 3х батареек AA.
1490 руб.
 Елочка (от 2 шт.) - 1280 руб/шт.



Термоноски

Термоноски согреют ноги в самую промозглую погоду или сильный мороз.
 • Подходят для охотников, рыбаков; • нет швов. 2 пары.
 Универс. размер: жен: 34-41, муж: 40-46.
990 руб.



Пленочный обогреватель

Черно-белый (120x58 см) **1990 руб.** **1720 руб.**
 Фотолейзаж (100x60 см) **2190 руб.** **1890 руб.**
 • Обогреет площадь 15 м² дома и на даче; • безопасен — не обжигает (t = 75°); • не сушит воздух. Пр-во: Россия.



Электрогрелки

«Сапог 3 в 1» **1780 руб.**
 Электропростынь **2570 руб.**
 • Согреют в холодные дни дома и на даче; • облегчат боль в спине, ногах. 30-70 Вт; Пр-во: Россия. Гарантия 12 мес.



Чудо-печь

Работает на дизеле и керосине (расход — 180 гр/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад. (40-60 м³)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.
 1,8 кВт (на 40 м³) **3560 руб.**
 2,6 кВт (на 60 м³) инфракрасная **3890 руб.**



Изолента Супер Фикс

Изоленту советуют сантехники! Скрепляет любые материалы и трубы. Выдерживает вес до 10 кг. Тройная толщина + сверхсильный клей. Водонепроницаемая даже под водой, устойчива к высоким и низким температурам, ультрафиолету. Теперь изолента в два раза шире!
1070 руб.
 Изолента (от 2 шт.) - 870 руб/шт.



Экоснайпер

Универсальный отпугиватель прогонит мышей, тараканов, муравьев, клопов. Эффективен в помещении площадью до 200 м². Вредители покидают ваш дом из-за ультразвукового и электромагнитного излучения. Безопасен для людей и домашних животных. 220 В; 6 Вт; 9x9x8 см.
2690 руб.



Бак настенный с подогревом

Там, где нет водопровода! Хватает для семьи из 3-х человек. Нагреет воду до +60 °C за 15 минут. Россия.
2860 руб.



Измельчитель кормов электрический

Измельчает: • зерно — до 300 кг/ч; • траву, сено — до 150 кг/ч; • овощи — до 400 кг/ч. Быстрая помощь в подсобном хозяйстве! 220 В; Россия.
3990 руб.



Ледоступы

• Для ходьбы в гололед;
 • от падений и травм;
 • легко надеваются на любую обувь (36-43 размер). Незаменимы для пожилых людей.
790 руб.



В продаже Ледоступы (от 2 пар) - 490 руб/пара.

Шагающие ходунки

Прочные и легкие ходунки ~~2990 руб.~~ **2580 руб.** незаменимы для людей с ограничениями в движениях. Это надежная и удобная опора при ходьбе - есть «шагающий» режим. Ходунки складываются и регулируются по росту. Есть накладки против усталости, и накладки против скольжения. Ходунки намного надежнее и устойчивее трости и костылей! Нагрузка до 100 кг.



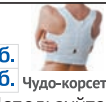
Усилитель звука заушный

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные вкладыши трех размеров. КНР (фабрика). Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.
2540 руб.



Чудо-корсеты

Чудо-корсет **1590 руб.**
 Чудо-корсет утепленный **1690 руб.**
 Есть проблемы со спиной? Используйте корсет для спины. Корсет с магнитными вставками и зимний утепленный корсет: • снимут напряжение в позвоночнике; • исправят осанку за 3-4 недели; • предотвратят прострелы в спину. Удобны в носке. Зимний корсет незаменим в холода. Р-ры от 40 до 64. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.
 Чудо-корсет утепленный



Наколенник «Двигайся легко»

Забудьте про боль в коленях при ходьбе и работе! • Фиксирует и поддерживает колено; • имеет разогревающий эффект, подходит для реабилитации, незаменим для полных людей. Длина: 47 см, ширина: 18 см. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.
990 руб.
 Наколенник (от 2 шт) - 790 руб/шт.



Турмалиновый наколенник

Наколенник с турмалином и магнитными вставками: • снимает боль и улучшает кровоток; • уменьшает износ суставов и застойные явления. Дает стойкий долговременный эффект! Эластичная ткань, вставка с турмалином, 6 магнитов. Имеются противопоказания. Перед применением проконсультируйтесь со специалистом.
1060 руб.



Наколенник (от 2 шт.) - 880 руб/шт.

Эпиляторы

Мини-эпилятор **1190 руб.** Мини-эпилятор
 Эпилятор 3 в 1 **1590 руб.**



Салон красоты у вас дома! Эпилятор 3 в 1 Эпилятор с 3-мя насадками поможет удалить волосы во всех нежелательных местах, может использоваться как электрическая бритва, а насадка с роликом делает ваши ножки гладкими. Мини-эпилятор удаляет волоски с корнем над губой, на щеках, подбородке, ушах. Работают от батареек; металл, пластик.

Носки с мехом

Мягкие, уютные, для прохладных вечеров. Идеальны для прохладной погоды. Ходите в них дома и вам не захочется их снимать! 36-46 размер; 100% шерсть.
980 руб.
 Носки (от 2 пар) - 840 руб/пару.



Турмалиновые стельки

Против болей и усталости в ногах, зябкости и онемения пальцев, неприятного запаха и грибка стопы используйте турмалиновые стельки. Они обладают выраженным согревающим и обезболивающим эффектом. Размеры: 35-44; в составе кристаллы турмалина.
890 руб.
 Стельки (от 2 пар) - 690 руб/пару.



Насадка на унитаз

Поможет максимально комфортно пользоваться унитазом пожилым людям и людям с ограниченными возможностями. Она: • увеличивает высоту унитаза; • удобные ручки; • легко крепится, быстро нагревается до температуры тела.
3690 руб.



Бабушкофон

Лучший подарок для ваших бабушек-дедушек и всего старшего поколения! С таким телефоном им будет комфортно. Очень простой и понятный, с крупными цифрами на кнопках и цветным экраном. Bluetooth; 32 Мб памяти; камера, зарядное устройство.
3390 руб.



Инкубатор с автоповоротом (выводимость 92%)

	(220/12 В)	(220/12 В) ЦТ
36 яиц	4490 руб.	5490 руб.
63 яйца	4690 руб.	5790 руб.
104 яйца	5690 руб.	6790 руб.

ЦТ — цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, ovoskop.
 • Сам переворачивает яйца каждый час; • создает оптимальную температуру. Пр-во: Россия.



Также в продаже инкубаторы с гигрометром.



Доставка по всей России www.mir-c.ru и Казахстану

Предложение действительно до 31 декабря 2020 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На товары, выделенные красным цветом, скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%. ОГРНИП 319435000040022 ИП Малышева С.Б. г. Киров, а/я 10, отдел 121. реклама

Звоните нам **БЕСПЛАТНО** прямо сейчас!
8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)
8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.
 Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 121.