

АНТЕННА

В КАЗАХСТАНЕ

гороскоп на всю неделю



МАЙОР ГРОМ:

Константин ХАБЕНСКИЙ и Тихон ЖИЗНЕВСКИЙ
играют против правил

ПОГОДА • ЗДОРОВЬЕ • РЕЦЕПТЫ

12+

ISSN 1728-3868



РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЦЕНА 160 ТГ.

В 2024-м Константин женился в четвертый раз.



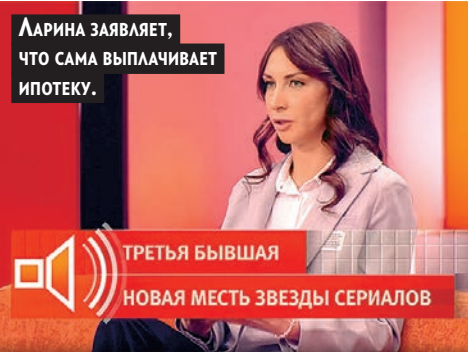
Скандал

Бывшая жена Константина Соловьева заявила, что боится потерять квартиру.

В браке с Анастасией Лариной актер прожил почти десять лет, у них родились две дочери. Супруги взяли квартиру в ипотеку. А после развода там осталась проживать Ларина с детьми. В программе «Пусть говорят» на Первом канале Анастасия пожаловалась, что бывший муж прописал в квартире свою нынешнюю супругу Валентину. И, мол, требует от Лариной выплаты своей доли за жилье.

– Я узнала об этом случайно, документального подтверждения у меня нет. Просто спросила Костю, он ответил: «Да, прописал и ее детей тоже». (Валентина воспитывает сына и дочь от первого брака. – Прим. «Антенны».) Не знаю, имел ли он право... – говорит Ларина.

– Если ипотека не погашена, то для прописки третьих лиц требуется согласие банка, – комментирует юрист Екатерина Нечаева. – Если погашена, то важно, кто является собственником. К примеру, если это только Константин, он не должен спрашивать у бывшей жены согласия на прописку третьих лиц. Согласие нужно, если жилье совместное и не разделено при разводе.



ЛАРИНА ЗАЯВЛЯЕТ, ЧТО САМА ВЫПЛАЧИВАЕТ ИПОТЕКУ.

ТРЕТЬЯ БЫВШАЯ НОВАЯ МЕСТЬ ЗВЕЗДЫ СЕРИАЛОВ



ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ

Шестая супруга Александра Гордона заявила, что была его поклонницей. 23-летняя художница Алина показала видео, где летом 2025-го говорит: «Я хочу замуж за Гордона. Я смотрю «Мужское/женское». И в декабре того же года пара сыграла свадьбу. По словам 61-летнего телеведущего, они встречались два месяца до бракосочетания. Напомним, что первой женой Гордона стала Мария Бердникова, она родила дочь. Телеведущий жил с актрисой Наной Кикнадзе, был женат на Екатерине Гордон, затем на студентке Нине Тригориной. В 2014-м женился на 20-летней Нозанин Абдулвасиевой, она родила двух сыновей. После сошелся браком с 20-летней артисткой Софией Каландадзе.

Фото: Ресурса Stars, Legion-Media, стоп-кадр программы «Пусть говорят»/Первый канал



ВЕДУЩАЯ ПРОЕКТА АЛИНА ЗАГИТОВА С ЧЛЕНОМ ЖЮРИ ТАТЬЯНОЙ ТАРАСОВОЙ.

На лег выходят девушки

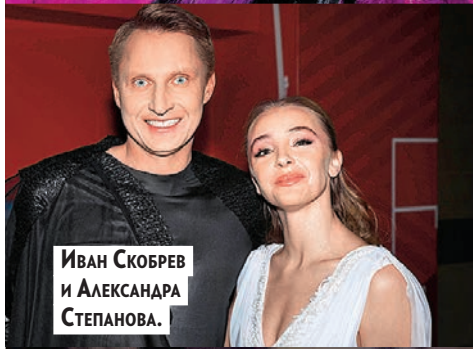
На Первый канал возвращается новый сезон проекта.

На этот раз в составе профессиональных фигуристов – только девушки! Александра Трусова будет кататься в паре с актером Иваном Жвакиным, Александра Степанова – с конькобежцем Иваном Скобревым. Примут участие актеры из сериала «Молодежка»: Константин Раскатов встанет в пару с Анной Щербаковой, Артур Каспранов – с Софьей Акатьевой. Легкоатлет Сергей Шубенков выйдет на лед с Елизаветой Худайбердиевой, хоккеист Марк Рудаковский – с Елизаветой Туктамышевой, и еще один хоккеист, Никита Ушнев, – с Аленой Косторной.

Татьяна Волосожар в паре с шорт-трекистом Семеном Елистратовым. Евгения Тарасова – с хоккеистом Георгием Славороссовым, а Татьяна Тотьмянина составит дуэт актеру Федору Федотову.

– Почти весь цвет российского одиночного женского катания соберется вместе. Такого на «Ледниковом периоде» еще не было! – говорит продюсер проекта Илья Авербух.

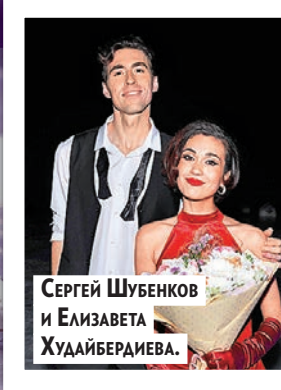
В жюри – Татьяна Тарасова, Татьяна Навка, Евгения Медведева, Роман Костомаров и Максим Траньков.



ИВАН СКОБРЕВ И АЛЕКСАНДРА СТЕПАНОВА.



ИВАН ЖВАКИН И АЛЕКСАНДРА ТРУСОВА.



СЕРГЕЙ ШУБЕНКОВ И ЕЛИЗАВЕТА ХУДАЙБЕРДИЕВА.



ИЛЬЯ АВЕРБУХ И ВТОРОЙ ВЕДУЩИЙ ШОУ АЛЕКСЕЙ ЯГУДИН.

КАМЕРА, МОТОР!

Начались съемки девятого сезона сериала «Скорая помощь» для канала НТВ. На этот раз Кулыгин (Гоша Куценко) и его команда сталкиваются с новым руководителем – расчетливым Антоном Максиковым (его играет Илья Оболонков). Для него жизнь пациента не на первом месте, он требует улучшения показателей и уменьшения количества госпитализаций. Кулыгин не готов мириться с таким произволом. – Мой герой вернется к своим обязанностям – вновь станет обычным врачом. Все же работа в скорой и в жизни, и на экране изнурительна. И если мы так мучаемся, то представляю, как сложно настоящим работникам скорой помощи, – говорит Куценко.



ГОША КУЦЕНКО В ОБРАЗЕ ДОКТОРА КУЛЫГИНА.

ЦИФРА

Более 5 миллиардов рублей собрало в прокате продолжение «Чебурашки». На втором месте расположился фильм «Простоквашино» с Павлом Прилучным и Лизой Морьяк, на третьем – «Буратино» с Александром Петровым и Викторией Исаковой. Оба проекта собрали больше 2 миллиардов. Такими темпами «Чебурашка» обгонит свою же первую часть, в 2023-м отметка сборов составила больше 7 миллиардов. На сегодняшний день первый фильм считается самой кассовой картиной в истории отечественного кино.



Вероника Селезнева, Лиза Барская
kino@antennatv.ru



22

12

22,

23,

24

Фото на обложке: пресс-служба «Кинопоиска»



САЙТ В ИНТЕРНЕТЕ «АНТЕННА» В КАЗАХСТАНЕ. ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!





АЛЕНА
ХМЕЛЬНИЦКАЯ.

Маленькое чудо

Алена Хмельницкая стала бабушкой во второй раз.

Актриса, отметившая 55-летие, поделилась радостной новостью. Ее старшая дочь родила девочку. У 31-летней Александры

также есть сын Гаспар, он родился в 2024-м. – Я с юмором отношусь к слову «бабушка». Мне нравится ощущение, что, с одной стороны, ничего не изменилось, я все

та же, а с другой – в моей жизни появился маленький родной мальчик, – говорила Хмельницкая. – Спасибо маме и папе за жизнь и бесконечную любовь! Я пытаюсь нести эту любовь, несмотря ни на что. Се-

Хмельницкая отметила юбилей, отправившись с самыми близкими на отдых.

годня я со своими дочками (младшей, Ксении, 15 лет, обе дочери родились в браке с **Тиграном Кеосаяном**. – Прим. «Антенны»), внуком, внучкой и зятем – это ли не счастье?! У меня есть друзья, мои родные люди и любимая работа.

А в это время **Катерина Шпица** ждет второго ребенка. 40-летняя актриса замужем за бизнесменом **Русланом Пановым**. Также у Шпицы растет 13-летний сын **Герман** от брака с актером **Константином Адаевым**.



КАТЕРИНА ШПИЦА
И РУСЛАН ПАНОВ.

Фото: соцсети



ВИКТОРИЯ И ДЭВИД
ЖИВУТ В ВЕЛИКОБРИТАНИИ,
А БРУКЛИН ПЕРЕЕХАЛ
В США.

Раскол

Сын Дэвида и Виктории Бекхэм отрекся от семьи.

Старший наследник звездной пары 26-летний Бруклин потребовал, чтобы родители общались с ним только через адвокатов, не связывались напрямую, не упоминали его в интервью и социальных сетях. Молодой человек винит отца и мать в ряде публикаций, где некие анонимы называли супругу Бруклина 31-летнюю актрису **Николу Пельтц** зазнавшейся наследницей миллиардера-подкаблучником. Первые слухи о конфликте Бекхэмов появились еще в 2022 году, накануне свадьбы. Виктория как дизайнер хотела создать свадебное платье для Николы, но в итоге актриса отдала предпочтение наря-



НИКОЛА
ПЕЛЬТЦ.

ду от Valentino, а после упомянула в интервью, что ателье миссис Бекхэм просто не смогло воплотить ее задумку в нужные сроки. В день торжества добавил напряжения певец **Марк Энтони**, который дружит с Дэвидом и Викторией: он назвал маму жениха самой красивой женщиной в комнате, обидев тем самым невесту. В итоге Бруклин, выбрав жену, отдалился от семьи. Наследник проигнорировал 50-летие отца, не пришел на церемонию посвящения Дэвида в рыцари и предпочел отмечать Рождество в США в компании родителей Николы. Задел Бруклина даже факт, что мама лайкнула его кулинарное видео, он счел это вмешательством в личное пространство и заблокировал родителей в соцсетях.



ГОВОРЯТ, ЧТО
КИТ УРБАН БРОСИЛ
НИКОЛЬ РАДИ
25-ЛЕТНЕЙ ГИТАРИСТКИ
ИЗ СВОЕЙ ГРУППЫ.

ТОЧКА

Николь Кидман официально развелась с **Китом Урбаном** после 19 лет брака. Бывшие супруги не стали превращать расставание в скандал и спокойно договорились. Николь и Кит не будут требовать друг с друга алименты на двух дочерей, которые останутся жить с мамой, и разделят по взаимному соглашению не только имущество и инвестиции, но и автомобили, мебель, бытовую технику и прочие личные вещи.



ОБМАН

Мошенники от имени **Микки Рурка** собирали ему деньги. В начале января на благотворительной платформе появилось сообщение, что 73-летний актер задолжал за аренду дома и ему грозит выселение. Поклонники собрали всю сумму, только Микки об этом ничего не знал. «Я бы скорее нажал на курок, чем стал просить деньги у людей. Это унижительно и стыдно. Мы с адвокатом доберемся до сути этой истории», – заявил он.



СЕКРЕТ

Дженнифер Энистон (на фото с **Кортни Кокс**) ответила на вопросы поклонников в соцсетях и призналась, что на самом деле она брюнетка, а вовсе не блондинка, какой ее запомнили по культовой прическе в сериале «Друзья».

Вероника Селезнева, Алеся Гордиенко
programs@antennatv.ru

День рождения
5 декабря Нина
Русланова выбрала
себе сама. В эту
дату отмечали
День Сталинской
Конституции,
в детдоме устраивали
праздник и вкусно
кормили.

«Ведь так не бывает на свете, чтоб были потеряны дети...»

Лидия Русланова
с приемной
дочерью
Маргаритой.



Маленькая Нина сменила пять детских домов. Став совершеннолетней, окончила строительное училище, работала штукатуром. А потом сбежала в Москву, где с первой попытки поступила в Щукинское училище. В 22 года исполнила роль домработницы Надежды в фильме «Короткие встречи», а слава пришла после выхода сериала «Тени исчезают в полдень» в 1971-м.

СТАНИСЛАВ САДАЛЬСКИЙ,
актер, 74 года

Стасу было 13 лет, когда мама умерла от опухоли мозга. Годы спустя артист рассказал, что вероятной причиной смерти стали избиения отца, он поднимал руку не только на жену, но и на двух сыновей – Станислава и его младшего брата Сергея. После похорон матери отец отдал детей в интернат. Актёр не виделся с родителем вплоть до его смерти...

– На второй день после похорон мы оказались в интернате, и неважно, что в нем когда-то работала мама (Нина Васильевна была преподавателем географии. – Прим. «Антенны») и к нам с братом относились как к своим, дом – это дом, а интернат – интернат. «Мамы никогда не умирают, просто рядом быть перестают» – хорошие слова, но утешение слабое. Ребенок, потерявший мать, да в общем любой взрослый, потерявший ее, сразу становится сиротой. Он теряет свой исток, свое начало. Мать уносит с собой все свое и часть тебя...

В интернате Садальский впервые вышел на сцену, сыграл в спектакле синьора Помидора в сказке про Чиполлино. А в 1969-м поступил сразу в два вуза – ГИТИС и Щукинское училище. Выбрал первый вариант. В 19 лет дебютировал в драме «Город первой любви». Настоящая слава пришла к нему в 29 лет после выхода картины «Место встречи изменить нельзя». В 1975 году у Садальского



Сайт в интернете
«Антенна» в Казахстане.
Присоединяйтесь!

ан
тен
на

родилась дочь Пирио от гражданки Финляндии, с которой он состоял в браке. Позже мать девочки с ребенком уехала из СССР. Потом актер видел дочь пару раз.

ЕВГЕНИЙ ШИРИКОВ, актер, 37 лет

Когда будущему артисту было пять, умерла его мама. Отец через несколько лет попал в тюрьму. Большую часть жизни Женя провел в интернате, о том времени вспоминает с болью и не любит рассказывать, но считает, что потом ему в жизни повезло.

– Встретились люди, которые разглядели мои вокальные способности и одаренность к актерскому мастерству. Стали меня направлять и подсказывать. Все было как-то спонтанно. Например, на уроке музыки я хулиганил и пародировал оперного певца, на меня обратили внимание и попросили остаться после урока. Я уж подумал: двойку впаяют и на ковер к директору, но оказалось другое. Отправили на вокальный конкурс, который я выиграл. Позже, когда однажды лежал в больнице, ко мне заглянул друг из городских: «Давай к нам в театральный кружок, будем чаще видеться». Конечно, я пошел, ведь мне было скучно в интернате, а в театре еще и девчонки красивые. Получается, судьба сама меня вела, а вера педагогов помогла. Мне повезло как с учителями, так и с друзьями, и с семьей, которую я обрел, уже став взрослым. Сильно помогли самообразование, стремление и мотивация.

На фото
маленький
Стас со своей
мамой.



ЛИДИЯ РУСЛАНОВА, певица,
умерла в 1973-м в 72 года

Родилась будущая певица в бедной крестьянской семье. Во время Русско-японской войны ее отца забрали на фронт, спустя время пришло оповещение, что он пропал без вести. Мать Лидии осталась одна с тремя детьми. Работа на кирпичном заводе сломала женщину, она умерла, а все тяготы легли на плечи бабушки. Вместе с ней Лидия ходила по улицам Саратова, просила милостыню. Девочка так задорно пела, что у нее появились поклонники. Когда не стало бабушки, 7-летняя Лидия год выступала на улицах одна. Девочку заметила вдова чиновника, она за свой счет пристроила всех троих детей в детдома, а Лидию – в лучший саратовский приют, где Русланова начала петь в церковном хоре. Послушать юную артистку, которую прозвали Сиротой, приходило много зрителей.

Однажды Лидия увидела своего папу, он без одной ноги стоял на паперти. Дочь и отец сделали вид, что не узнали друг друга. Ведь тогда детей выставили бы из при-

юта, а отец не мог прокормить их сам. Через год после встречи он умер от воспаления легких. Но Лидия долгие годы считала, что папа жив и им просто запрещено видеться.

У Руслановой непростая судьба: она отправилась на фронт сестрой милосердия в Первую мировую, ездила с концертами во время Гражданской и Великой Отечественной, потом арест и ссылка в исправительно-трудовой лагерь, затем тюремное заключение. И только в 1950 году – реабилитация. Лидия несколько раз была замужем, потеряла своего сына во младенчестве, но воспитала приемную дочь от первого брака мужа, которую растила как родную.

НИНА РУСЛАНОВА, актриса,
умерла в 2021-м в 75 лет

Артистка в шутку называла себя «главным подкидышем СССР». Зимой 1945 года двухмесячную малышку нашли на пороге детского дома в городе Богодухово. Девочку назвали Нина, а фамилию Русланова дала чиновница, которая была поклонницей таланта Лидии Руслановой.

Евгений Шириков
с супругой
Ленорой
и сыновьями
Тимуром
и Даниилом.





Сейчас на счету
Николая Перминова
более 30 работ в кино.

Я всегда ставил себе в пример киногероев, таких как в фильме «Д’Артаньян и три мушкетера», как герой **Вячеслава Тихонова** из «Семнадцати мгновений весны», персонаж **Сильвестра Сталлоне** Рокки Бальбоа. Я на них равнялся. Мне хотелось стать военным летчиком, а все офицеры – люди интеллигентные, образованные, настоящая белая кость, и я к этому стремился.

Первую большую роль в кино Евгений получил в 2013 году в мелодраме «Мелодия на два голоса». Сейчас помимо съе-

мок в кино он играет в спектаклях и мюзиклах. Женат, есть двое сыновей – Тимур и Даниил.

НИКОЛАЙ ПЕРМИНОВ, АКТЕР, 54 ГОДА
От Коли мать отказалась, когда он был совсем маленьким. В 2017-м в шоу «Прямой эфир» актер встретился с кровной сестрой Анной Лужновой, которая рассказала о последних годах жизни матери: – Она начала выпивать, и это ее, конечно, сгубило. Я воспитывалась у бабушки. Мама умерла примерно в 2002–2003 году. Когда она скончалась, я была в отъезде. Мне никто об этом не сообщил. В глубине души я была обижена на мать, хотя очень ее любила и скучала. Но сейчас я повзрослела и поумнела.

Вторым шоком для Перминова стало известие, что от него отказалась и приемная мать Светлана, которая взяла его восьмимесячным из дома малютки. Спустя два года женщина вернула мальчика, посчитав, что у него есть отклонения. В программе «Судьба человека» на канале «Россия 1» актер вспоминал, что не раз сбегал из детдома. – Знаете, чем отличается интернат от детского дома? В первом у ребенка есть родители, которые навещают его хотя бы в выходные, а во втором ребенок один, сирота. Там дети более озлобленные. Сбегал я на три дня. Мне нечего было есть, брал продукты на кладбище, которые оставались после поминок, ходил и просил деньги.



– По характерам мы с женой абсолютно разные. По всем законам психологии не должны быть вместе, тем не менее это так.

Владимир с супругой
Аллой у себя дома.
2022 год.

«Я рыдал в подушку от бессилия и нищеты»

Актер **Владимир Стержаков** ответил на вопросы читателей «Антенны».

ЧИТАЛА, ВЫ УМЕЕТЕ ГОТОВИТЬ. КАКОЕ БЛЮДО САМОЕ ЛЮБИМОЕ?

*Диана Волошина,
администратор*

– Я люблю готовить, когда дома никого нет. Моим родным очень нравится. Обожаю первые блюда: солянки, рассольники, уху по-фински, харчо с кислыми сливами и спелыми помидорами.

ПОДЕЛИТЕСЬ, КАКОЙ ВЫ ОТЕЦ.

*Лада Ровина,
косметолог, 32 года*

– Я мечтал о дочке, но не сложилось. При этом не жалею, что у меня два пацана (Денису 26 лет, Алексею 22 года). Они росли без меня, потому что я круглосуточно работал. Надо было всех обеспечить жильем, одеть, найти хорошую школу. Помню, когда Дениске было пять лет, он сильно скучал по мне. Как-то я приехал с гастролей, и он испугался, забился за штору и сидел там очень долго, поглядывая на меня. А потом потихонечку вышел. Обижен был. Когда я находился дома, без развоздов, то сыновья были мои. Я становился их большой игрушкой и ничего не запрещал. Мне говорили: «Что ты им все потакаешь?», а я отвечал: «Уеду – и будете им запрещать». Нравится, что сыновья ведут здоровый образ жизни, занимаются спортом. У одного ночная баскетбольная лига, другой постоянно в фитнесе. Порой заглядываю в домашний бар, а там ниче-

го не тронута. Они говорят, что не по этой части, у них это не модно. И это прекрасно. Ребята с хорошим вкусом, они смотрят качественные спектакли, порой по несколько раз. Они с детства ходили в театры, росли на хороших фильмах. Я покупал им билеты на весь класс на интеллигентную классику. Есть у них в этом плане богиня – **Машенька Аронова**. Сыновья ее постановки наизусть знают. Еще мне очень нравится, что при мужской красоте и актерских способностях они в эту профессию не пошли. Говорили: «Мы видели, как ты живешь и работаешь». Нас это не устраивает».

ЧЕМ СЕЙЧАС ЗАНИМАЮТСЯ ВАШИ СЫНОВЬЯ?

Римма Пиршина, 60 лет

– Младший – математик-айтишник, старший окончил экономическую школу и продюсерское дело, сейчас работает над какими-то проектами. Мы постоянно проводим время вместе, общаемся. Обсуждаем, как и все, политику, культуру, сожалеем, что есть бездарные актеры.

ДАЛЕКО НЕ КАЖДОМУ УДАЕТСЯ СОХРАНИТЬ ОТНОШЕНИЯ В БРАКЕ НА ПРОТЯЖЕНИИ БОЛЬШЕ ЧЕМ 30 ЛЕТ. В ЧЕМ ВАШ СЕКРЕТ?

Галина Федотова

– Я никогда не думал об этом. Просто живу с любимым человеком – и все. Есть, например, дело, которое ты любишь,

В следующем
номере вам ответит певица
Ирина Тонева.
Присылайте вопросы на почту
KINO@ANTENNATV.RU.
А также пишите,
кого вы хотели бы увидеть
в этой рубрике.

и оно тебе приносит радость. Так же и тут. Любимый человек и дети тоже радость.

КАК ВЫХОДИТЕ ИЗ СПОРНЫХ СИТУАЦИЙ С ЖЕНОЙ? У ВАС РАЗНЫЕ ХАРАКТЕРЫ ИЛИ СХОЖИЕ?

Ирина Пименова, 57 лет

– Пару дней после разногласий ходим как два хомяка, надутые друг на друга, а потом все само собой проходит. Никто дверь не хлопает. Великий **Евгений Александрович Евстигнеев** говорил, что только у идиотов с утра до вечера одно настроение. А у живых людей настроение и взаимоотношения меняются.

СЛУЧАЛОСЬ ЛИ У ВАС ВЫГОРАНИЕ В ПРОФЕССИИ? КАК С ЭТИМ СПРАВЛЯЛИСЬ?

*Марина Дорова,
54 года*

– В 90-е годы я по ночам разгружал вагоны, в основном мороженую рыбу, таксовал по Москве в день по 300 км, чтобы хоть как-то прожить. Собирал пустые бутылки, работал дворником, мыл подъезды. Потом недолго был администратором в туристической фирме. Но из театра не уходил, потому что не представлял себе жизни без него. Просто рыдал в подушку от бессилия и нищеты, потому что на оклад прожить было практически невозможно.

А У НИХ...

Боксер **Майк Тайсон** признается: если бы его в 15 лет не усыновил тренер Кас Д’Амато, он сгинул бы в подворотне. Матерью будущей легенды спорта была Лорна Мэй Смит, которая вела аморальный образ жизни. Отцом Тайсон считал ее сутенера. Только в 38 лет Майк нашел свое свидетельство о рождении, где биологическим отцом значился другой человек. С юных лет Майк ввязался в дурную компанию и в 12 попал в детскую исправительную колонию. Здесь и познакомился с тренером Бобби Стюартом, который свел подростка с Касом Д’Амато. После смерти матери Майка тренер и его жена Камилла усыновили 15-летнего мальчика.

Звезда фильмов «Ганнибал» и «Славные парни» **Рэй Лиотта** родился в бедной семье. Родная мать не могла содержать детей и отдала сына и его сестру Линду на усыновление офисной служащей Мэри и продавцу автозапчастей Альфреду. Мальчику на тот момент было полгода. О том, что его родители приемные, он узнал

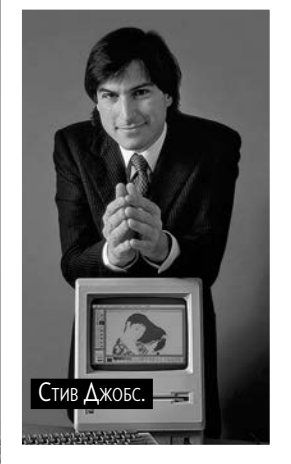


Майк
Тайсон.

Джейми
Фокс.

Рэй Лиотта.

Фрэнсис
Макдорманд.



Стив Джобс.

в детском саду. Став известным, Лиотта разыскал родную мать, пообщался и простил. «Она сделала лучшее, что могла на тот момент», – вспоминал актер.

Обладатель премии «Оскар» за роль в фильме «Рэй» **Джейми**

несколько раз виделся с ними, но продолжать общение не стал. Одна из самых титулованных актрис Голливуда **Фрэнсис Макдорманд** при рождении носила имя Синтия Энн Смит. В полтора года ее бросила мать, приемными родителями стали медсестра Норин и пастор Вернон, которые поменяли девочке имя. Фрэнсис воспитывалась в строгой религиозной семье, после отучилась в Йельском университете. Вышла замуж за режиссера **Джозела Козна**, а в 1994 году супруги усыновили шестимесячного мальчика Педро из Парагвая. Актриса выучила испанский язык, чтобы сын не терял родных корней. – Хотя я не родила сына, а впервые увидела его шестимесячным, с первой секунды, как взяла его на руки, я поняла: моя работа – беречь его жизнь.

Семья матери будущего миллиардера **Стива Джобса** противилась браку дочери Джоан с сирийцем Абдулой Фаттахом Джандали. Поэтому Джоан родила сына в частной клинике и стала искать ему приемных родителей. С супругами (а они были из рабочей среды) Полом и Кларой Джобс она заключила письменное соглашение, что они дадут сыну высшее образование. Стив любил мать и отца и приходил в ярость, когда их называли приемными. – Они мои настоящие родители на 100%. Но в какой-то момент я захотел встретиться со своей биологической матерью, чтобы удостовериться, что у нее все хорошо, и поблагодарить ее за то, что она не сделала аборт.

*Вероника Селезнева
PROGRAMS@ANTENNATV.RU*

Фото: Persona Stars, Юрий Савченко/PhotoXPRESS.ru, Alpha Historia, Splash News, Patricia Schlein, Fayes Vision/WENN.com, Xavier Collin/Anatoliy Legion-Media, Liu Lihang/Xinhua/ZUMA Wire/TASS

– 40 ЛЕТ – ЭТО ДОСТАТОЧНО ПЕРЕЛОМНАЯ ДАТА, ТЫ ПЕРЕОСМЫСЛИВАЕШЬ ВСЕ, ОБОРАЧИВАЕШЬСЯ НАЗАД, СМОТРИШЬ, ЧТО УСПЕЛА СДЕЛАТЬ, РАЗМЫШЛЯЕШЬ НАД ТЕМ, ЧТО ХОТЕЛОСЬ БЫ ПОМЕНИТЬ. ИДЕТ БОЛЬШАЯ ВНУТРЕННЯЯ РАБОТА.

«Когда женщина платит за мужчину в ресторане, вряд ли получится что-то хорошее»

«Мне обрезали волосы и полностью поменяли имидж. Какое-то время не покидало ощущение, будто забрали мою суть, женственность, яркость. Но интересная роль вытянула из этой депрессии», – говорит актриса **СВЕТЛАНА СТЕПАНКОВСКАЯ**.

НЕСКОЛЬКО ЛЕТ НАЗАД «АНТЕННА» БЫЛА У ВАС В ГОСТЯХ. Я ЗАПОМНИЛА ВАС КАК ЯРКУЮ БЛОНДИНКУ С ДЛИННЫМИ ВОЛОСАМИ, И ВАДУГ ВЫ КОРОТКО СТРИЖЕТЕСЬ, ПЕРЕХОДИТЕ НА СТОРОНУ ШАТЕНОВ. ЧТО ПОДТОЛКНУЛО К ТАКОМУ ШАГУ?

– Поскольку я долгое время состояла в группе **ИГОРЯ МАТВИЕНКО** «Мобильные блондинки», в кино мне зачастую доставались роли узконаправленного характера, например глупеньких блондинок, любовниц. Из-за яркой фактуры и такого цвета волос мало кто видел мой актерский ди-

апазон, глубину, возможность для смелого перевоплощения, хотя я люблю про- низировать над собой и могу создавать интересные образы. Даже мой прежний агент не представлял меня в подобных ролях. Тогда я поменяла агента, стала работать с Натальей Гнеушевой, и однажды она предложила: «Давай мы попробуем убрать твою женственность и полностью поменяем типаж». Мне эта идея понравилась.

– СЛОЖНО ДАЛОСЬ ПРИВЫКАНИЕ К НОВОЙ СЕБЕ?

– Когда мне обрезали волосы и полностью поменяли имидж, я себя абсолютно не приняла. Более того, где-то полгода была депрессия, не покидало ощущение, будто у меня забрали мою суть, женственность, яркость. Обратите внимание: если в помещении заходит блондинка, то практически все мужчины оборачиваются.

– Я разлюбила смотреть в зеркало, считала себя некрасивой и плакала.

И тут у меня отняли этот светлый образ, я разлюбила смотреть в зеркало, считала себя некрасивой и плакала. Все изменилось, когда ко мне пришла роль в короткометражном фильме «Возвращение Зои» (картина рассказывает о девушке, у которой хотят забрать дочь. – Прим. «Антенны»), попавшем впоследствии на Каннский кинофестиваль. Я сильно сомневалась, что подобная героиня – это моя роль, однако Наташа Гнеушева буквально подтолкнула меня в эту характерную историю. И когда все сложилось, получилось, что роль вытянула меня из депрессии. Вслед за ней пришли и другие интересные героини – следователи, врачи, женщины с тяжелой судьбой, чиновницы. Тогда я поняла, что в переменах действительно был смысл, мы двигаемся в правильном направлении, и постепенно приняла себя такой.



Сайт в Интернете «АНТЕННА» в КАЗАХСТАНЕ. ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!

антенна

ДОСЬЕ

Родилась: 9 января 1986 года в г. Краснодаре.

Образование: окончила Краснодарский государственный институт культуры по специальности «Хореограф», Театральный институт имени Бориса Щукина.

Карьера: во время учебы в лицее при Краснодарском институте была выбрана для участия в танцевальном шоу в Китае, где проработала 7 месяцев. Вскоре начала карьеру модели. Была солисткой группы Игоря Матвиенко «Мобильные блондинки». Снялась более чем в 50 фильмах и сериалах, среди которых «Универ. Новая общага», «Знахарь», «Желтый глаз тигра», «Два берега», «Беспринципные-2», «Варяг», «Восьмой участок», «Стая», «Бедный олигарх-2», «Мерзлая земля», «Тень Чикатило», «Фарма» и другие.

– РЕЖИССЕР «ВОЗВРАЩЕНИЯ ЗОИ» **АДИЛЬХАН ЕРЖАНОВ** СКАЗАЛ, ЧТО ВИДИТ ВОЗМОЖНОСТЬ ПОКАЗАТЬ МЕНЯ СОВЕРШЕННО ДРУГОЙ, ТАКОЙ, КАК **ШАРИЗ ТЕРОН** В ФИЛЬМЕ «МОНСТР».



– **Кроме работы, были ли еще какие-то крутые повороты, которые принесли новый образ?**

– Если только вывод, что мужчины все-таки предпочитают блондинок. Шучу! Наверное, после отношений, которые продлились десять лет и завершились, я настолько погрузилась в профессию, что мне просто некогда было заниматься личной жизнью. Все крутые перемены произошли именно в актерской карьере. Кстати, спустя пять лет я решила вернуться в блонд. Я наслаждалась глубиной, характерностью, и теперь мне захотелось легкости, женственности.

– **Обсудим легкость. На днях смотрела видео, вы похвалились результатом работы над фигурой. Мне казалось, что, если ты бывшая модель, у тебя настолько записывается на подкорку, как нужно следить за собой, что эти постулаты с тобой навсегда. Разве нет?**

– Мы все были на карантине во время пандемии, всем было вкусно, весело, лениво, и мне в том числе. Я тогда набрала где-то 12 килограммов. Повезло, что все ушло в правильные места, тем не менее я была на полтора размера больше. Только сегодня прихожу в ту форму, как до пандемии. За моей фигурой стоит большой труд, поскольку мне 40, с каждым годом работать над своим телом становится все сложнее. У меня благодарный организм, он поддается, но если нет режима, правильных привычек питания и дисциплины, то ничего не получится. Я придерживаюсь здорового питания, занимаюсь спортом через день, стараюсь ходить на массаж и другие полезные процедуры. Все-таки когда ты была красивой и признана таковой (Светлана в 2008 году стала победительницей конкурса «Мисс Краснодар», после завоевала титул «Первая вице-мисс Россия-2009». – Прим. «Антенны»), не хочется все это растерять.

– **Давайте поговорим о прошлом. В 16 лет вы с танцевальным ансамблем отправляетесь в Китай и становитесь там моделью. Сегодня такая история звучит весьма буднично, а на момент 2000-х годов – скорее авантюрой. Не было страшно одной в чужой стране?**

– Наоборот, я была в восторге. У меня очень консервативная семья, отец, по образованию врач-ветеринар, стал предпри-



Одна из ярких героинь – роль в проекте «СМЕРШ» 2019 года.

нимателем, мама – искусствовед-библиотекарь, бабушки – учителя. Все хотели направить меня в какую-то стабильную, земную профессию, а я с детства была авантюрным, открытым человеком, творческим ребенком, темпераментным, все время мечтала о каких-то ярких вспышках, рвалась нестандартно проявляться, участвовать в мероприятиях, концертах. Поскольку на дворе были непростые 90-е, мои родители переживали, что такой ребенок может попасть в какую-то проблемную ситуацию, и контроль был очень жестким. Естественно, когда мне сказали, что есть возможность уехать на семь месяцев в Китай без родителей, я вцепилась в этот шанс и улетела из гнезда.

– Как вам жилось в Китае?

– Прекрасно. Повторюсь: я была открыта миру и воспринимала его без какого-либо опасения, даже мысли не допускала, что со мной может произойти нечто плохое. Сейчас я не могу позволить себе такое мировоззрение, поскольку уже есть жизненный опыт, но тогда его не было. Я легко шла на авантюры, заводила новые знакомства, с удовольствием изучала чужую культуру. Моим единственным страхом было то, что не получится реализоваться.

– На что тратили первые деньги?

– Сначала на сладости, потом стала покупать всем подарки, тратила на одежду, на всякие блестящие платья, украшения. Мне хотелось насладиться. Самостоятельность придавала уверенности, ощущения, что теперь ты хозяйка своей жизни, можешь сама отвечать за себя.

– Сегодня вам нравится быть той, которая все сама?

– Сложный вопрос, потому что это «все сама» нередко приводит к одиночеству. Скажу так: я хочу, чтобы меня окружали самодостаточные люди, а не я тянула их.

– Я хочу, чтобы меня окружали самодостаточные люди, а не я тянула их.

– Думаю, поклонников у вас хоть отбавляй, но раз не публикуете фотографий с мужчиной, значит, варианта два: скрываете личную жизнь или на нее нет времени... – Сейчас мое сердце свободно.

– Кого оно ждет? – Принца!

– Какими чертами он должен обладать?

– Любить меня безгранично! Мужчина должен быть реализованным человеком, с профессией, амбициями, желанием развиваться, чувством юмора, таким редким качеством, как благородство, и, конечно, с определенным достатком. Последний пункт упоминаю не из меркантильных соображений. Просто я реалистка и считаю, что в случаях, когда женщина платит за мужчину в ресторане, ему будет неловко, неудобно, и из этих отношений вряд ли получится что-то хорошее.

– Вам важно, чтобы человек был из творческой среды?

– Нет, но он должен быть открыт к моей профессии, относиться к ней с уважением, интересом и не хотеть забрать меня из нее.

– Ставите какие-то сверхцели на этот год?

– Поскольку в 2025 году я сняла свой первый короткий метр «Пари» как режиссер, и он попал в лонг-лист премии «Золотой орел» (это приятно, хотя он и не был номинирован), то мне хочется продолжать двигаться в этом направлении и снимать кино. Также как певица я выпустила пять песен, думаю, что скоро и целую программу подготовлю. Еще как режиссер я запускаю комедийный мини-сериал для Интернета.

– А если говорить о работах в кино?

– Очень жду выхода новогодней комедии «В Добрые Пчелы!». Один из любимых будущих проектов – «Чайки-2». Меня окружали топовые артисты – Михаил Пореченков, Юрий Чурсин, Равшана Куркова, Илья Любимов, Юлия Мельникова. Настоящая магия кино, я купалась в таком замечательном партнерстве и благодарна за подобный опыт.

Алеся Горпиенко, kino@antennatv.ru



Сериал «13 Клиническая. Начало».

Лучшие из лучших возвращаются!

На канале НТВ состоится премьера шоу «Суперстар! Битва сезонов».

Победители и самые яркие участники прошлых сезонов проекта «Суперстар!» вернутся на сцену! Вновь соревноваться за звание «суперстар» будут: победительница и финалист первого сезона **Ирина Шведова** и **Влад Сташевский**; победители второго сезона **Виктор Салтыков** и **Шура**; победительница и финалист третьего сезона **Ольга Зарубина** и **Жан Милимеров**; победитель и участница четвертого сезона **Алексей Гызин** и **Анастасия Макаревич**; победительница и финалист пятого сезона **Ксения Георгиади** и **Сергей Челобанов**.

– В этот раз для меня больше нового материала: модные песни и аранжировки, творческие эксперименты, работа над звуком, – признается Ирина Шведова. – Что-то менять всегда сложно. Но и азарт появляется!

Каждый выпуск «Битвы сезонов» будет отдан определенной теме: участники споют свой хит, исполнят любимые песни, представят версии современных композиций, отдельный день будет посвящен творчеству **Филиппа Киркорова**. Как и прежде, «огонь» от жюри означает два балла, «фейерверк» – один, а «пшик» – ноль. У судей появится дополнительная общая кнопка – «Суперстар!». Если всем членам жюри понравится выступление и они одновременно на нее нажмут, участник получит иммунитет до конца проекта.

Также судьи, как и зрители в студии, смогут один раз за сезон спасти участника. – Я обожаю НТВ и особенно люблю «Суперстар!», – признается Шура. – У меня прям ностальгия: я так соскучился по работе с командой шоу, она мне стала по-настоящему родной.



Ирина Шведова – победительница первого сезона.

Ведущими проекта вновь выступят **Вадим Такменев** и **Наташа Королева**.

Сергей Челобанов.



Ксения Георгиади стала победительницей пятого сезона шоу «Суперстар!».

фото: PR НТВ

– Я скачала по проекту. Сразу сказала «да» и нахожусь в предвкушении от того, как все будет красиво, нарядно, феерично и незабываемо, – делится Анастасия Макаревич.

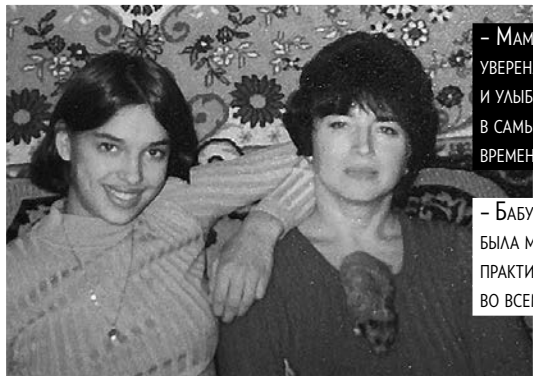
Ольга Зарубина и Шура. – Победа – это отлично, но главное – выплеснуть свой потенциал, – считает певица.

Ирина Шейк: наплевать, что люди обо мне думают

Когда ее не утверждали на кастингах и предлагали сбросить 10 килограммов, она отказывалась. «Моя мама всегда говорила: «Ты такая упрямая». Но это часть моей личности», — признается одна из самых высокооплачиваемых моделей. 6 января ей исполнилось 40 лет.

Ирина Шайхлисламова (настоящая фамилия модели) родилась в городке Еманжелинске Челябинской области. Отец Валерий работал шахтером, он умер от болезни легких, когда Ира и ее сестра Таня были детьми. Мать Ольга, учительница музыки, работала в двух местах, чтобы прокормить дочек, ей помогала их бабушка. Ира вспоминала, каким непростым было ее детство: — Если ты хотела есть картошку, то сначала должна была научиться ее выращивать. Только повзрослев, я узнала, что есть люди, которые покупают ее в супермаркете. Поэтому я могу дать полезные советы по выращиванию рассады томатов тем, кто меня об этом просит. Тогда я многому научилась, особенно тому, как выжить.

Примером для Шейк стала ее бабушка — Галия Гайнисламовна. Пока она была жива, Ирина каждый год прилетала к ней в деревню из США. Вместе они пекли пирожки, кормили кур, топили баню.



— МАМА ВСЕГДА БЫЛА УВЕРЕНА В СЕБЕ И УЛЫБАЛАСЬ ДАЖЕ В САМЫЕ ТРУДНЫЕ ВРЕМЕНА.

— БАБУШКА ГАЛИЯ БЫЛА МОЕЙ ИКОНОЙ ПРАКТИЧЕСКИ ВО ВСЕМ.



— Маленькой девочкой я всегда восхищалась бабушкой. Сильная, позитивная, она всегда находила для меня добрые слова. Считала, что красота должна быть естественной.

В школе высокую девочку недолюбливали, за смуглый цвет кожи дразнили «чунга-чангой». Получив аттестат, Ирина переехала в Челябинск, поступила в колледж на маркетолога, где на нее обратили внимание представители модельного агентства. Затем Ирина победила в местном конкурсе красоты, получила титул «Супермодель-2004» и поехала в Москву. Шейк не преследовала цели прославиться, она лишь хотела заработать достаточно денег.

— Когда мне представилась такая возможность, я сразу за нее ухватилась. Ведь так я смогла помочь своей семье жить в достатке.

В столице ее заметил модельный агент **Гия Джикидзе**, благодаря которому прославилась другая российская модель **Наталья Водянова**. Уже в 2005-м Шейк улетела в Европу. — Никогда не думала, что мир моды станет такой важной частью моей жизни. Я выросла в маленьком поселке, где даже модных журналов не было. И понятия не имела, что это за работа. Когда меня заметили, понадобился почти год, чтобы я приняла предложение переехать в Париж.

Однако это было только началом пути. Ирине отказывали на многих кастингах, пытались заставить худеть.

Шейк говорит с дочерью только по-русски, Лея свободно им владеет.



— ЛЕЯ ЗНАЕТ, ЧТО ПАПОЧКА НЕ ГОВОРИТ ПО-РУССКИ, ПОЭТОМУ ИНОГДА ПЕРЕВОДИТ ЕМУ ЧТО-ТО НА АНГЛИЙСКИЙ.

Благодаря этому мои отношения с мамой стали совсем другого уровня. У нас были безумные периоды, когда мы злились друг на друга, но она как никто другой могла помочь мне с дочерью все то время, пока школы были закрыты.

Модель считает себя строгой мамой, а вот Брэдли Купер потакает всем капризам маленькой Леи. Однако Ирина признается, что в некоторых вещах дочь служит для нее примером.

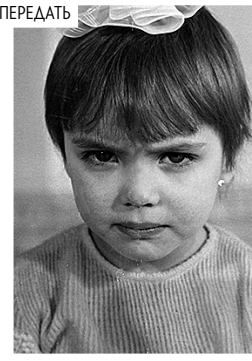
— Я научилась любить свои недостатки. Дочь сыграла в этом огромную роль. Она говорит: «Я так люблю папу, я так люблю маму, я люблю бабулю». А потом добавляет: «И я люблю себя». У меня и мыслей таких не было в шесть лет. Но именно этому мы должны учить наших детей.

Одиночество Ирину совсем не тяготит, в брак она не стремится:

— Я никогда не думала, что, чтобы быть полноценной женщиной, мне нужен мужчина. Может, это связано с потерей отца в раннем возрасте и переживаний по этому поводу. Я верю в брак. Но ищу ли я себе мужа? Черта с два. Лучше ему самому пойти и найти меня, потому что я уж точно никуда специально его искать не пойду. Все это лишь вопрос

времени, действительно подходящего человека. Если он появится, я буду открыта для отношений. У меня они были, и сейчас, будучи свободной, я могу отступить назад и точно сказать: «Вот кто я есть». Не меняйся ни для кого вокруг, потому что из этого все равно ничего хорошего не выйдет.

ВЕНЕРА ЕРОФЕЕВА, PROGRAMS@ANTENNATV.RU



— Люди говорили: «Боже мой, она совсем не похожа на модель. Она не худая, слишком сексуальная». Я всегда отвечала: «Нет, я не собираюсь сбрасывать десять килограммов». Моя мама всегда говорила: «Ты такая упрямая». Но это часть моей личности. И совершенно наплевать, что люди на самом деле обо мне думают.

Пять лет супермодель ходила в невестах футболиста **Криштиану Роналду**, но долгожданная свадьба так и не состоялась. Четыре года встречалась с голливудским актером **Брэдли Купером**. В 2017-м у них родилась дочь Лея. Модель сама справляется с воспитанием дочки и намеренно отказалась от услуг нянь. Но, когда в марте 2020-го в Нью-Йорке началась пандемия, мама Ирины как раз приехала ненадолго из России, а в итоге осталась в доме Шейк в Вест-Виллидже. — Мы жили вместе практически год, и бла-



Ирина с Брэдли Купером:

— ЖЕНЩИНЫ ПРАВЯТ МИРОМ, ДАЖЕ КОГДА МЫ ПОВОЛЯЕМ МУЖЧИНАМ ДУМАТЬ, ЧТО ГЛАВНЫЕ ЗДЕСЬ — ОНИ. В РУССКОЙ СЕМЬЕ ПРИНЯТО, ЧТОБЫ ГЛАВНЫМ БЫЛ МУЖЧИНА, НО ЗА ЭТИМ БОССОМ НА САМОМ ДЕЛЕ СТОИТ БОСС ПОКРУЧЕ. ПРОСТО ИНОГДА НАМ НУЖНО ПРОЯВЛЯТЬ ХИТРОСТЬ В ЭТОМ УПРАВЛЕНИИ.

Foto: BACKGRID, Shantree Mirador/Sipa USA, CIAOPIX/COBRA TEAM/FREZZA LAFATA/ Legion-Media, courceni

«Не держит зла за пазухой»

Что думают эксперты о композиторе и исполнителе **Николае Носкове**, которому 12 января исполнилось 70 лет.



ЭКСТРАСЕНС:
– 2026 год – удачный период для улучшения его материального положения и требует уверенности в своих силах. Необходимо научиться благодарить за все, что уже есть. Давать близким свободу, избегая обвинений в их адрес из-за собственных неудач.

ЭКСТРАСЕНС

Зирадин Рзаев, эзотерик, финалист шестого сезона «Битвы экстрасенсов»:



– Николая можно назвать везунчиком: он успешно выпутывается из передряг и каждый раз выживает, находясь на грани. Николай никогда не ставил себя выше мироздания, не гордился и не кичился достижениями, мужественно принимая испытания в финансовой и личной сферах. Его сила – в умении слышать и видеть знаки, которые посылает Вселенная. Мир поощряет певца, так как тот, будучи открытым, не держит зла за пазухой.

ЭКСТРАСЕНС

Ольга Фисенко, астролог



Полное имя: Николай Иванович Носков.
– Имя Николай имеет древнегреческое происхождение и переводится как «победитель народов». Согласно нумерологии его цифра – 6, символизирующая альтруизм и бескорыстие. Уравновешенность, усердие и работоспособность – одни из ключевых качеств. Общение с коллегами обычно простое, непринужденное и дружелюбное. Может проявлять авторитарность и жесткость, что порой вызывает страх у окружающих. В моменты гнева ему трудно держать себя в руках, что чревато необдуманными действиями. В отношениях с женщинами отличается решительностью и стремительностью. Отчество Иванович наделяет человека мягким характером, преданностью и утонченным чувством красоты. Такие люди редко полагаются на интуицию, поскольку это качество у них развито слабо. Они склонны к сдержанности и высоко ценят гармонию в жизни. Фамилия Носков – от прозвища или некрестильного имени Носок, которое давалось человеку в зависимости от какой-либо особенности его носа – например, большого, маленького или курносого. Происхождение фамилии не связано с предметом одежды – носком.

НУМЕРОЛОГ

Ольга Перцева



Дата рождения: 12.01.1956.
– Носков обладает оригинальным взглядом на мир, видит то, что скрыто от других. Привык отдавать любовь и заботу, но часто не умеет принимать то же в свой адрес. Одна из важных задач – научиться говорить «нет». Оказавшись в сложных обстоятельствах, может топтаться на месте, демонстрировать внешнюю беспомощность, создавая иллюзию безвыходности. В состоянии апатии рискует увязнуть в обидах, игнорировать здоровье и избегать ответственности за свою жизнь. Внутренний дисбаланс выражается через болезни.

Артист более 40 лет предан жене Марине. У пары отличная совместимость. Их брак держится на долге и надежности. Супруги друг для друга главная опора, в их мировоззрении не вписывается понятие «развод», притом что кризисы случались.

ГРАФОЛОГ

Сергей Ланг:



– Автограф Николая, состоящий из одной крупной буквы вместо полноценной росписи, указывает на стремление к лаконичности и концентрации. Такой выбор нередко свидетельствует о сильном характере. Кроме того, это может отражать нежелание быть легко разгаданным. Носков стремится создать уникальный символ, чтобы подчеркнуть свою индивидуальность и неповторимость. Заглавная буква характеризует артиста как уверенного в себе человека, склонного к лидерству и самоутверждению. Длинный и плавный хвостик раскрывает амбициозность, осторожность, стремление выглядеть лучше, чем есть на самом деле.

Фото: Persona Stars/Legion-Media

Лиза Барская, PROGRAMS@ANTENNAV.RU



– Редко кто видел Игоря в плохом настроении, – вспоминает Валерий Баринов. – Он был удивительно обаятельным и, что особенно важно, находился на своем месте. В сложных ситуациях ему помогло чувство юмора, самоирония, поэтому к нему, к его теплу все и тянулось. Учил студентов не бояться шуток в свой адрес, не обижаться, не воспринимать их слишком лично. «Юмор – это интеллект», – считал он.

Игорь Зелотовицкий. Мастер добрых дел

Добрый – первое, что говорят об артисте люди, его знавшие. И добавляют: легкий, с юмором, всегда готовый помочь. «Он нас подкармливал: в общагу привозил мясо, картошку», – вспоминают студенты своего педагога, режиссера и ректора Школы-студии МХАТ. 14 января на 65-м году жизни Игоря Яковлевича не стало.

Его смерть стала для многих неожиданностью, ведь он работал до последних дней, а о его болезни – раке желудка – знали только близкие. Полтора месяца назад самочувствие Зелотовицкого сильно ухудшилось, 10 января он был госпитализирован в тяжелом состоянии, подключен к аппарату ИВЛ после курса химиотерапии. Сердце артиста остановилось около 9 утра.

...Будущий ректор Школы-студии МХАТ после окончания школы не поступил ни в один из театральных вузов Москвы. Вернувшись в родной Ташкент, устроился токарем на завод. Через год все же был зачислен в Школу-студию МХАТ. А в 2013-м стал ее ректором. Ученики называли его «золотом».

– Студенты обожали Игоря, он был для них вторым отцом, – говорит Валерий Баринов. – Любому легко было



найти с ним общий язык. Он отличался открытостью, дружелюбием, мог разрядить напряженную обстановку. О болезни Игоря я узнал несколько месяцев назад от знакомого, сам он никогда не жаловался на здоровье. Оставался позитивным, ироничным перед лицом тяжелейших испытаний. Никого не хотел расстраивать, продолжал строить планы. Сдаваться точно не собирался.

Антон Шагин, учившийся у Зелотовицкого, отца не знал, мама погибла, когда ему было 14 лет.



– Я благодарен Игорю Яковлевичу за то, что он поговорил с проректором по хозяйственной части и меня на первом курсе устроили на полставки делать заглушки для окон, менять лампочки, – делится он. – К стипендии, на которую невозможно было прожить, получал еще половину зарплаты. Зелотовицкий нас всегда подкармливал: в общагу привозил мясо, картошку.

– Игорь Яковлевич часто вспоминал маму, которая говорила ему: «Сынок, если можешь помочь, помогай!» – рассказывает Артем Волобуев. – Он был мастером добрых дел. Все, что связано с докторами – через Зелотовицкого. К нему обращались от мала до велика. Можно было приехать к нему на дачу и остаться на несколько дней, он этому радовался. Игорь Яковлевич равнялся на Табакова, теперь мы – на него, чтобы не быть глухими к чужой проблеме.



С Верой Харибиной он прожил почти 40 лет. Вместе преподавали в Школе-студии, играли в спектаклях, воспитали сыновей – Алексея и Сашу Зелотовицких. Теперь дети продолжают дело родителей.

Лиза Барская, KINO@ANTENNAV.RU

Фото: Persona Stars/Legion-Media

ДОСЬЕ

Родился: 18 июня 1961 года в Ташкенте.

Образование: Школа-студия МХАТ, актерский факультет.

Карьера: служил во МХАТе имени Горького, МХТ имени Чехова, Театре-студии «Человек», Театре им. Станиславского, играл на других площадках. С 1989-го преподавал актерское мастерство в Школе-студии МХАТ, в 2013-м стал ее ректором. Снялся более чем в 90 кинокартинах.

Семейное положение: жена – Вера Харибина, актриса, режиссер, педагог; сыновья, театральные режиссеры, актеры Алексей (37 лет) и Саша (28 лет).

Умер: 14 января 2026 года.



Цветная шаверма и Петербург в Москве

Героиня Любы Аксеновой – Юлия Пчелкина, девушка Грома, помогающая ему в расследованиях. – Пчелкина – журналист-агент, который всегда интегрируется в разные ситуации. Для Любы мы делали разные парики, так как она у нас все время перевоплощается, – комментирует художник по гриму Игорь Бойко.

С 19 января на «Кинопоиске» стартовал сериал «Майор Гром: Игра против правил». В нем полицейский Игорь Гром с помощью честности, логики и крепких кулаков разбирается с опасными преступниками.

Первый фильм о неутомимом борце с преступностью «Майор Гром: Чумной Доктор» вышел в прокат в апреле 2021 года. В основе сюжета – самый популярный и успешный комикс в России, который стал национальным бестселлером, преодолевшим отметку в 100 номеров и 25 книг общим тиражом более 1 000 000 копий. На «Кинопоиске» картина заняла первое место среди российских проектов в топе просмотра по итогам года. 1 января 2023-го на сервисе появился приквел «Гром: Труд-

ное детство», рассказывающий о событиях за 20 лет до встречи с Чумным Доктором – о Константине Громе, воспитавшем будущего героя, и его схватке с боссом криминального мира по прозвищу Ану-бис. А премьера ленты «Майор Гром: Игра» состоялась в кинотеатрах 23 мая 2024 года. После чего было принято решение, что франшиза пополнится девятью новыми фильмами и сериалами.

С сериала «Майор Гром: Игра против правил» начинается новая глава киновсе-

ленной. Он расскажет не только историю Игоря Грома, но и раскроет множество других персонажей и введет в сюжет новых героев, которые сыграют большую роль в дальнейших проектах. В сериал включены сцены из «Чумного Доктора», «Игры» и «Трудного детства», а также новые специально снятые эпизоды.

Главную роль исполняет Тихон Жизневский. Также к своим привычным образам вернулись Любовь Аксенова, сыгравшая журналистку и напарницу Грома Юлию Пчел-

кину, Константин Хабенский – профессор Вениамин Рубинштейн, Алексей Макалов – полковник полиции Федор Прокопенко, Дмитрий Чеботарев – наемник Олег Волков, Сергей Горошко – миллиардер и основатель известной соцсети Сергей Разумовский, Матвей Лыков – техномиллиард Август ван дер Хольт. Появятся и новые герои: Евгений Коряковский сыграл в сериале роль Фердинанда ван дер Хольта – талантливого предпринимателя и основателя корпорации HOLT, отца Августа ван дер Хольта. Образ его дочери Мико воплотила шестилетняя актриса и модель Кика Пан. Кроме того, сериал «Майор Гром» покажет эпизоды из детства Сергея Разумовского (главного антагониста Грома) и его друга Олега Волкова. Их роли исполняют соответственно Елисей Чучилин и Марк Юсеф.

Гром не безупречный герой, в центре истории – живой человек.



Главный противник майора Грома – Сергей Разумовский, его играет Сергей Горошко.



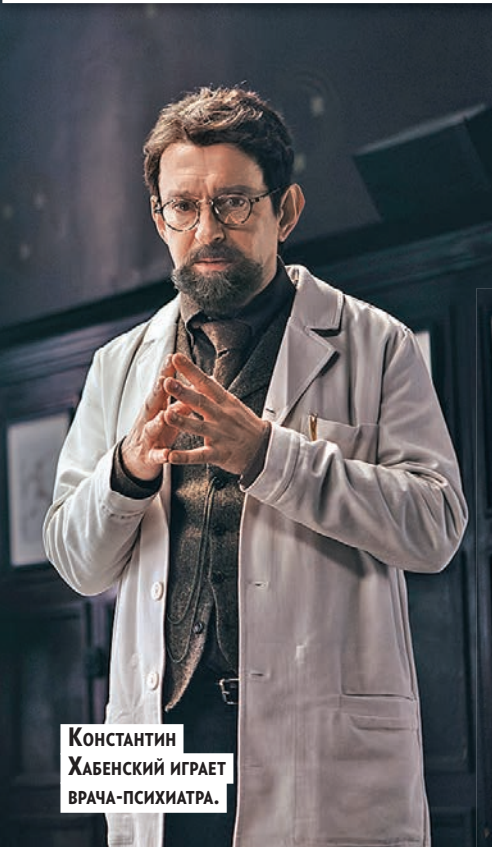
Собераша, режиссер: – Я следил за Громом и другими героями с момента выхода первого комикса.



Шоураннер Олег Трофим, Тихон Жизневский и Любовь Аксенова.



СЕРИАЛ ПОКАЖЕТ
ЭПИЗОДЫ ИЗ ДЕТСТВА
СЕРГЕЯ РАЗУМОВСКОГО
(ЕЛИСЕЙ ЧУЧИЛИН)
И ЕГО ДРУГА
ОЛЕГА ВОЛКОВА
(МАРК ЮСЕФ).



КОНСТАНТИН
ХАБЕНСКИЙ ИГРАЕТ
ВРАЧА-ПСИХИАТРА.



ОДИН ИЗ НОВЫХ
ГЕРОЕВ –
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
ФЕРДИНАНД ВАН
ДЕР ХОЛЬТ (ЕВГЕНИЙ
КОРЯКОВСКИЙ).



В ОДНОЙ ИЗ СЦЕН
У ТИХОНА
ЖИЗНЕВСКОГО БЫЛО
ПЯТЬ ДУБЛЕРОВ.



АЛЕКСЕЙ МАКЛАКОВ –
ПРОКОПЕНКО,
НАЧАЛЬНИК ГРОМА,
АЛЕКСАНДР СЕТЕЙКИН –
ДИМА ДУБИН, ДРУГ
ИГОРЯ.



ШЕСТИЛЕТНЯЯ
АКТРИСА И МОДЕЛЬ
КИКА ПАН
ВОПЛОТИЛА ОБРАЗ
ДОЧЕРИ
ФЕРДИНАНДА.



ПО СЮЖЕТУ
В ГОРОДЕ
ПОЯВЛЯЮТСЯ
СТИКЕРЫ
С ИЗОБРАЖЕНИЕМ
ГЕРОЯ. ИХ
РАЗРАБОТАЛИ
ЕЩЕ ДЛЯ СЪЕМОК
ФИЛЬМА «МАЙОР
ГРОМ: ИГРА».

Олег Трофим, режиссер трех фильмов франшизы «Майор Гром», на этот раз занял кресло шоураннера: «Я отвечал за реализацию творческой части, в том числе открытие новых имен, консультировал режиссера и группу, помогал им гармонично адаптироваться в проектах и смело экспериментировать, сохраняя уникальный кинематографический язык и дух киновселенной». А режиссером сериала стал **Соберсаша**, создатель хитовых клипов для популярных музыкальных исполнителей.

– В Игоре Громе мне прежде всего было важно сохранить его искренность и непосредственность, – говорит режиссер. – Меня сразу привлекло в комиксах то, что они не стремились создать еще одного безупречного героя, наоборот, в центре истории стоит живой человек. Он может и на печке полежать, но в решающий момент берет на себя ответственность и идет до конца. Уже в первой сцене сериала мне хотелось показать живого человека и только затем постепенно раскрывать, что за ним стоит.

Шаурма, или в Петербурге шаверма, – любимое блюдо Игоря Грома.

В некоторых сценах с Тихоном Жизневским снимались по пять его дублеров. – У нас много технически сложных сцен, плюс у некоторых дублеров тоже есть свои дублеры, – рассказывает актер. – Есть эпизод с косплеерами Грома, которые грабят банк, а он их ловит. Я называю их «громики». И еще есть даже световой дублер – это человек, который просто сидит в кадре, и по нему свет выстраивают. Все это нужно для удобства процесса. Мой герой в сериале, конечно же, эволюционирует! У него начинают расти перепонки, появляется острый хребет... А если серьезно, то мне кажется, что только сейчас Гром начинает развиваться и учиться новому. Зритель увидит другого Игоря Грома, мы покажем в сериале те стороны его характера, которые прежде были закрыты ото всех.

В Москве площадками для съемки сериала стали знаковые исторические объекты: например, два известных столичных памятника русского модерна, Дом Смирнова архитектуры Федора Шехтеля и особняк Носова работы Льва Кекушева. Кроме того, съемки проходили на территории аэропорта Внуково, а также кинозавода и кинопарка «Москино», где художники построили палату Разумовского, студию новостей и квартиру Игоря Грома, а также воссоздали улицы Петербурга. Еще впервые создатели покажут квартиру Пчелкиной, офис Холь-

та и легендарную шаурмичную. Ведь именно шаурма, то есть по-петербургски шаверма, – любимое блюдо Игоря Грома.

– Снимать в Москве сериал, действие которого разворачивается в Санкт-Петербурге, с одной стороны, вызов, с другой – пространство для новых открытий, – делится **Артем Габрелянов**, продюсер и сооснователь Bubble Studios. – Так, мы впервые с командой оказались в кинокластере «Москино», где в точности воссоздали квартиру Грома, палату Разумовского и даже кусочек Питера с той самой шавермой! Последняя, кстати, помо-

ла нам решить и еще одну важную задачу – добавить в сериал больше юмора. Так в истории появился колоритный владелец шавермы – шикарный персонаж, который может разбавить любой пафос действия.

Сыграл нового героя стендап-комик **Расул Чабдаров**.

– Я решил поинтересоваться у Тихона Жизневского, каким будет мой персонаж. И Тихон ответил, что в Питере есть реальная шаурмичная, куда он сам действительно ходит, и там работает Зияд, иранец или ливанец, не помню точно. Так что я играл реального человека из жизни Тихона, – смеется Расул.

Кстати, реквизит для шаурмичной, в том числе, например, овощные нарезки, заказывали в реальном кафе. А в одной из сцен показывали презентацию нового меню, где представили экспериментальные шавермы – завернутые в цветную лаваш. Оценить их вкус смогла съемочная группа после окончания работы.

Специально для проекта хип-хоп исполнитель SALUKI и певица SABU записали трек BIRD VIEW, который при поддержке «Яндекс Музыки» вошел в саундтрек к сериалу.

Оксана Трухан, kino@antennatv.ru

НА КИНОПОИСКЕ

«МАЙОР ГРОМ: ИГРА
ПРОТИВ ПРАВИЛ» (18+)

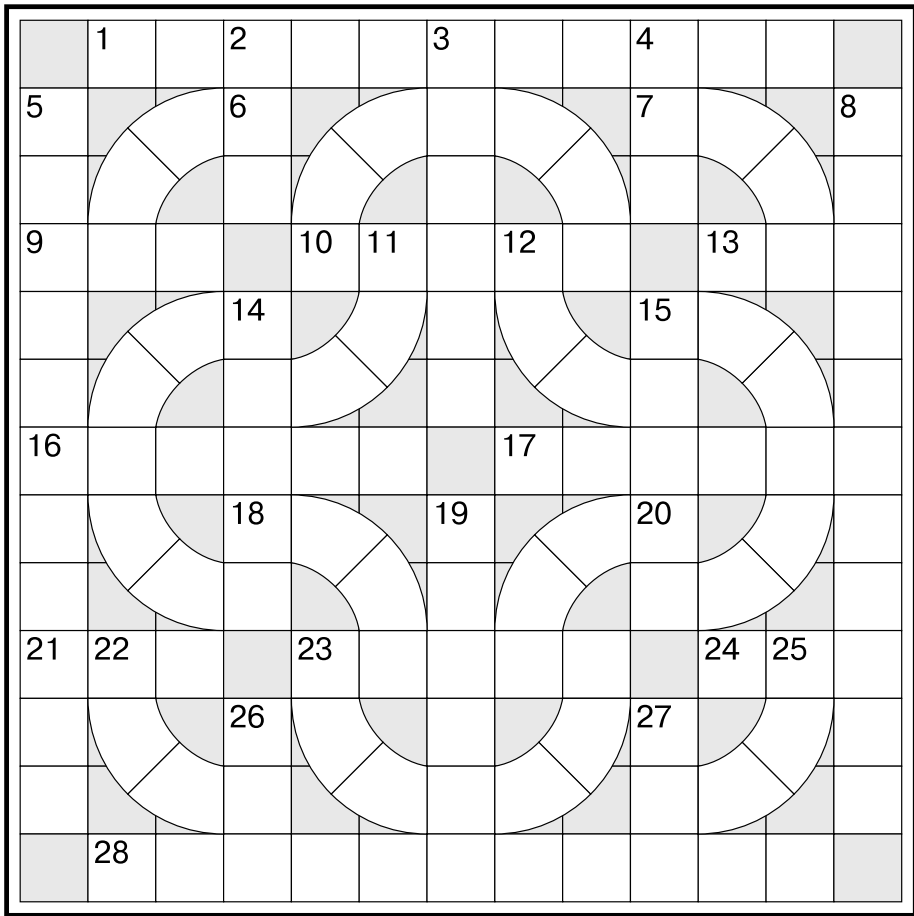
С 19 ЯНВАРЯ



ANTENNAS.KZ

САЙТ В ИНТЕРНЕТЕ
«АНТЕННА» В КАЗАХСТАНЕ.
ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!





По горизонтали: 1. «ПЕВЕЦ МОРЯ». 9. АНГЕЛЬСКИЙ ... НА ИКОНЕ. 10. ПРОЯВЛЕНИЕ ГОРДИНЫ. 13. «ТАЙНА» ЧЕЛКИ. 16. НЕВАЖНО. 17. БОЯРЬСКИЕ ПАЛАТЫ. 21. КОПИЯ ГЕКСАЗДРА. 23. ГЕРОИ КОМЕДИИ «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ» ВЕДУТ ... СОКРОВИЩ. 24. ТЕПЛАЯ АТМОСФЕРА ДОМА. 28. ЧЕМ ВЛАДЕЕТ ХАУЛ ДЖЕНКИНС ИЗ АНИМЕ «ХОДЯЧИЙ ЗАМОК»?

По вертикали: 2. ОЗВУЧКА СРАБОТАВШЕЙ СИГНАЛИЗАЦИИ. 3. ОБЩЕЕ У НАБЛЮДЕНИЯ СО СТРОИТЕЛЬСТВОМ. 4. ПРИБЫЛЬ С ИГРЫ. 5. ЛЕЖАЧИЙ, НО НЕ БОЛЬНОЙ. 8. ИЗ-ЗА ЧЕГО ВАРВАРЕ НА БАЗАРЕ НОС ОТОРВАЛИ?

14. «КОНЦЕНТРАТ» ГАНГСТЕРОВ. 15. РЕМНЕМ ПО ПЯТОЙ ТОЧКЕ. 19. ПРОТИВОПОЛОЖНОСТЬ НЕХВАТКИ. 26. ГРАДУСЫ ПРИ ГРИППЕ. 27. ВАЛЮТА У ТАЙЦЕВ.

По дугам: 6. СТАТУС ПЕНСНЕ. 7. КРИМИНАЛЬНЫЙ ТРИЛЛЕР «НА СЛЕДУЮЩЕЕ ...». 10. ПРОМЕЖУТОЧНОЕ ЗВЕНО МЕЖДУ ЦВЕТКОМ И КОРНЯМИ. 11. БАРАШКИ НА ВОЛНЕ. 12. ... НА ГИТАРЕ. 14. ОБРАМЛЕНИЕ СКАТЕРТИ. 15. СУЕВЕРНЫЙ ОРИЕНТИР. 18. НА СТОЛЕ У СЛЕДОВАТЕЛЯ. 20. БИРЖЕВОЙ И ВАЛЮТНЫЙ ... 22. НЕВПРОВОРОТ. 23. ЗАВСЕГДАТАЙ В КУЛУАРАХ ПАРЛАМЕНТА. 25. ЧТО МОЖНО НАДЕТЬ ЧЕРЕЗ ГОЛОВУ?

ВЫЧЕРКИВАЕМ

П	Л	К	О	С	М	К	К	Н	И	И	В	А
Н	А	И	Н	Ъ	Е	И	Р	И	Ц	А	П	Е
Ш	Н	А	С	Р	Б	А	А	Н	Ы	Д	С	Р
Е	Т	Н	А	О	Г	Е	П	С	И	И	К	
О	К	И	Е	К	А	Р	Т	Р	Е	И	Н	Е
В	Т	С	Д	А	Б	Л	Ч	Е	К	Л	Ю	Ч
А	Р	Б	А	Д	Е	Е	С	Н	И	П	А	С
К	А	Б	К	А	И	Н	Ь	О	Р	Р	Е	Т
Г	Л	Е	А	К	Ж	Р	Е	К	П	Н	Н	Е
В	А	Л	М	Б	А	Л	М	Р	О	А	К	Т
А	Т	Ь	Щ	И	К	А	Е	Т	П	О	Л	И
А	Н	К	К	С	К	С	О	К	Т	У	Й	И
С	Р	У	Р	А	А	О	К	Л	А	Н	С	К

Среди буквенной неразберихи отыщите ответы на вопросы. Не забудьте, что в скобках указано число букв в правильном решении. Первое слово мы вам уже подсказали.

1. КТО ИЗ АКTRIC СОСТАВИЛ ДУЭТ С ОЛЕГОМ БОРИСОВЫМ В КОМЕДИИ «ЗА ДВУМА ЗАЙЦАМИ» (9)?
2. МИСТИЧЕСКАЯ ДРЕБЕДЕНЬ (11).
3. СМЫСЛ ЖИЗНИ ДЛЯ АВАНТЮРИСТА (11).
4. ЯША НИКОЛАЕВ ИЗ ВОЕННОГО СЕРИАЛА «ДЖУЛЬБАРС» (7).
5. ВАХТЕРША В ЖИЛОМ ДОМЕ (10).
6. В КВАРТИРЕ КОГО ИЗ КРИТИКОВ БУЛАКОВСКАЯ МАРГАРИТА УСТРОИЛА ПОГРОМ (9)?
7. СТАТУС АКВАРЕЛИ (6).
8. ГДЕ ПРОИСХОДИТ ТЕХНОГЕННАЯ КАТАСТРОФА В ФИЛЬМЕ «ПРОРЫВ» (12)?

9. ПРЕЗИДЕНТ ПО ОТНОШЕНИЮ К ГОСУДАРСТВУ (5).
10. ЧТО НАЛЕТЧИКИ ЗАМЫШЛЯЮТ (10)?
11. ЧТО С ПАЛЬМЫ ПАДАЕТ (5)?
12. БОРИС С НОБЕЛЕВСКОЙ ПРЕМИЕЙ (9).
13. КТО РАЗРУШАЕТ САМОЛЕТЫ В НЕБЕ (13)?
14. БРАЗИЛЬСКИЙ ТЕЛЕСЕРИАЛ «РОКОВОЕ ...» (10).
15. КОМПЬЮТЕРНЫЙ ГАДЖЕТ (10).
16. ПЛОД СОРТА «ДЕКСТЕР» (6).
17. РЫБА С ГЛАЗАМИ НА ОДНОЙ СТОРОНЕ (7).
18. ПРОЦЕСС НА «ФАБРИКЕ ГРЕЗ» (10).
19. В КАКУЮ КОМЕДИЮ БЕН СТИЛЛЕР ПРИГЛАСИЛ ДЖИМА КЕРРИ (9)?

Скользкая тема

Косметика с муцином улитки и микроиглами – такие средства предлагают производители. Как работают диковинные ингредиенты и стоит ли в них верить?



Ингредиент чаще комбинируют с витамином С, пептидами или ретинолом, добавляют его в сыворотки и крем, а также в кислотные пилинги, чтобы смягчить их действие. Однако перед первым применением стоит провести тест на аллергическую реакцию. Нельзя использовать продукты при ранах, язвах, куперозе.

ОСТРЫЙ ВОПРОС

Конечно, средства для домашнего ухода не содержат настоящих микроигл. В основе формул – вещества, имитирующие их действие. Это частицы, способные делать микроуколы, они нужны для доставки питательных компонентов в более глубокие слои кожи. «Иглы» бывают разными, распространенный вариант – части морских губок (спикулы). Они впиваются активные вещества и благодаря острой форме транспортируют их в клетки. Второй вариант – кристаллизованная гиалуроновая кислота: растворяясь, она отдает увлажняющие компоненты там, где они требуются. Сыворотки и патчи с микроиглами применяют для борьбы с возрастными изменениями и устранения гиперпигментации. Но использовать продукты нельзя при дерматите, высокой чувствительности кожи. После воздействия микроигл важна SPF-защита. Продукты способны вызывать легкое покалывание, однако, если оно не проходит, появляется зуд, следует отказаться от применения средства.

Ирина Ломанова,
style@antennatv.ru

СЕКРЕТ УЛИТКИ

Муцин – биологическое вещество, вырабатываемое моллюсками. По сути это слизь, необходимая улиткам для передвижения и предотвращения высыхания. Основа муцина – белки (коллаген и эластин), они обеспечивают упругость и эластичность кожи. В состав входят предупреждающая обезвоживание гиалуроновая кислота, антибактериальные компоненты, витамины А, В, С, Е. Благодаря ингредиентам муцин стимулирует клеточное обновление, повышает эластичность кожи и уменьшает выраженность морщин. Ве-

щество снижает гиперпигментацию, отечность, делает менее заметными круги под глазами. Продукты с муцином подходят и для сухой, и для жирной кожи, помогают при выраженном акне.

НА ЗАМЕТКУ:

В Древней Греции муцин использовали как средство для борьбы со старением кожи. Всплеск интереса к веществу произошел в 1980-х в Чили. Местные фермеры заметили, что после контакта со слизью улиток раны на коже быстро заживают.

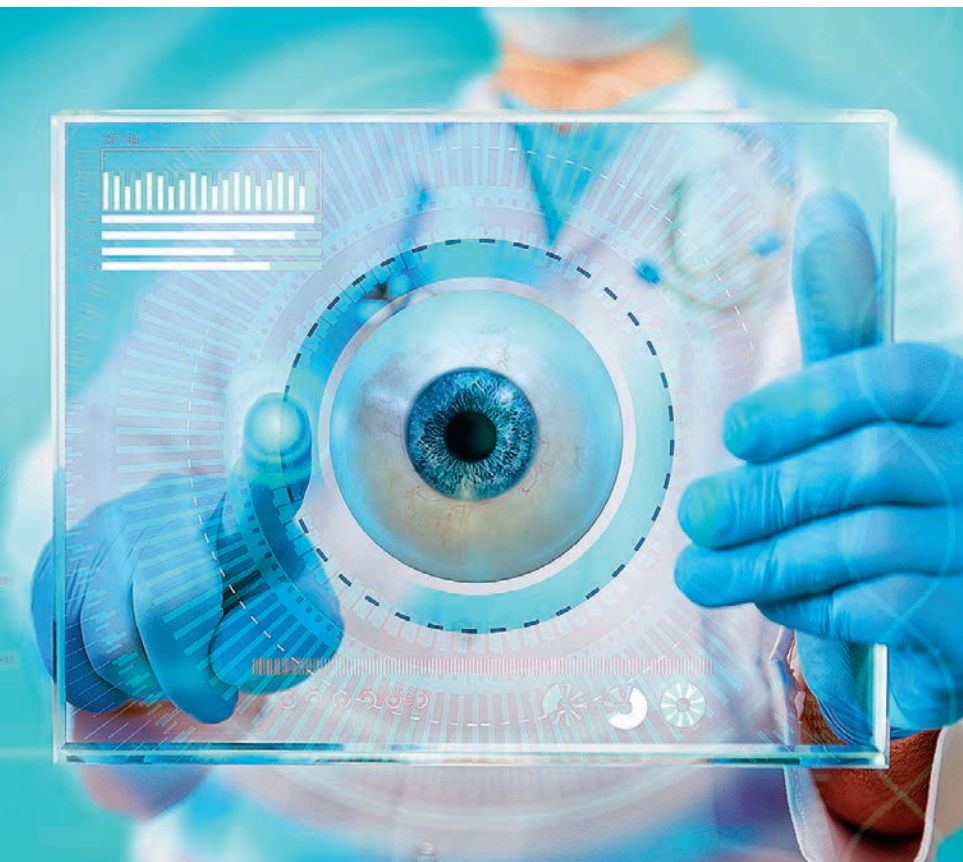
ПРИЕМ ОБЪЯВЛЕНИЙ ПО ТЕЛ. +7 705 335 6390

«Астана қаласының құрылыс басқармасы» ММ «Астана қаласы, «Алматы» ауданы, А108 және А431 көшелерінің қиылысы (жобалық атаулары) мекенжайында орналасқан жедел жәрдем қосалқы станциясының құрылысы» жобасына көпшілік талқылау арқылы қоғамдық тыңдаулар өткізілетіні туралы хабарлайды. Қоғамдық талқылау 28.01.2026 ж. бастап бес жұмыс күні ішінде аралығында порталда ndbecology.gov.kz өтеді және онда жобалық құжаттама пакеті орналастырылған, ескертулер мен ұсыныстар қабылданады.

ГУ «Управление строительства города Астана» сообщает о проведении общественных слушаний в форме публичных обсуждений по проекту «Строительство подстанции скорой медицинской помощи, расположенной по адресу: город Астана, район «Алматы», район пересечения улиц А108 и А431 (проектные наименования)». Публичные обсуждения будут проходить с 28.01.2026 г. в течение пяти рабочих дней на портале ndbecology.gov.kz, на котором размещен пакет проектной документации и принимаются замечания и предложения.

«Sinooil» ЖШС ЖМҚС үшін ҚОҚ бөлімінің материалдары бойынша қоғамдық талқылаулар нысанында қоғамдық тыңдаулар өткізілетіні туралы хабарлайды №6, 12, 13, 27, 36, 39, 56 және 63 Алматы филиалы. 28.01.2026-04.02.2026 жж. аралығында бірыңғай экологиялық порталдың сайтында жария талқылаулар өткізіліп, ескертулер мен ұсыныстар қабылданып болады. Қоғамдық тыңдау материалдарымен сайтта танысуға болады <https://ndbecology.gov.kz/>. Жоспарланған шаралар туралы қосымша ақпараттар алу үшін электрондық пошта мекенжайы мен телефон номері: zhainar.kakirova@mail.ru, 8 702 293 4778.

ТОО «Sinooil» объявляет о проведении общественных слушаний в форме публичных обсуждений по материалам раздела ООС №6, 12, 13, 27, 36, 39, 56 и 63 Алматинского филиала. С 28.01.2026 по 04.02.2026 года на сайте Единого экологического портала будут проводиться публичные обсуждения и приниматься замечания и предложения. С материалами общественных слушаний можно ознакомиться на сайте <https://ndbecology.gov.kz/>. Дополнительную информацию по проекту можно запросить по телефону: 8 702 293 4778 или zhainar.kakirova@mail.ru.



До мельчайших деталей

Видеть хорошо могут не все: виноваты генетические заболевания и высокая нагрузка на зрение. Во многих случаях помогает лазерная коррекция, но одни пациенты переоценивают шансы на успех, другие, наоборот, боятся осложнений. Вот главные заблуждения о процедуре.

МИФ 1. У ЛАЗЕРНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ МНОГО ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ

На самом деле. Они и правда есть. Это сахарный диабет, катаракта и глаукома, активные воспалительные процессы в глазах, заболевания роговицы, беременность и грудное вскармливание, возраст до 18 и старше 45 лет. А вот близорукость, дальнозоркость и астигматизм, наоборот, являются показаниями к процедуре.

МИФ 2. ПОСЛЕ ОПЕРАЦИИ ЗРЕНИЕ МОЖЕТ ВЕРНУТЬСЯ К ИСХОДНОМУ ПЛОХОМУ СОСТОЯНИЮ. ИНОГДА КОРРЕКЦИЯ ДАЖЕ ПРИВОДИТ К ПОЛНОЙ СЛЕПОТЕ

На самом деле. В редких случаях возможно незначительное ухудшение зрения, но не всегда до первоначального уровня. Современные технологии обеспечивают стабильный и долговременный результат. При необходимости проводится докоррекция, она исправляет небольшие погрешности. Суть операции заключается в изменении формы роговицы – прозрачной передней части глаза, отвечающей за правильное преломление световых лучей и фокусировку изображения на сетчатке. Врач исполь-

зует высокоточный эксимерный лазер. Серьезные осложнения возникают редко, обычно они связаны с индивидуальными особенностями или нарушением предоперационных рекомендаций.

МИФ 3. ВО ВРЕМЯ ПРОЦЕДУРЫ И В ТЕЧЕНИЕ НЕСКОЛЬКИХ ДНЕЙ ПОСЛЕ НЕЕ ПАЦИЕНТ ИСПЫТЫВАЕТ СИЛЬНУЮ БОЛЬ

На самом деле. Специалисты применяют анестезирующие капли, снимающие неприятные ощущения. Пациенты отмечают лишь легкое давление. После операции вероятен дискомфорт – слезотечение и светобоязнь, но состояние быстро проходит.

МИФ 4. ПОСЛЕ ЛАЗЕРНОЙ КОРРЕКЦИИ НЕЛЬЗЯ ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ И ПОДНИМАТЬ ТЯЖЕСТИ

На самом деле. В первые дни действительно стоит ограничить физическую активность, важно избегать ударов по голове и повышенного давления на глаза. Через 1–2 недели многие пациенты возвращаются к привычным видам спорта. Но нагрузку необходимо восстанавливать постепенно.

МИФ 5. НА ФОНЕ ВОЗДЕЙСТВИЯ ЛАЗЕРОМ УХУДАШАЕТСЯ ЗРЕНИЕ В ПОЖИЛОМ ВОЗРАСТЕ. СНИЖАЕТСЯ

НАШ КОНСУЛЬТАНТ
офтальмолог
и генеральный
директор офтальмологического
центра
Антон КАЗАНЦЕВ

НОЧНОЕ ЗРЕНИЕ, ВОЗНИКАЮТ ГАЛО-ЭФФЕКТЫ (ОРЕОЛЫ)

На самом деле. Возрастные изменения, такие как пресбиопия (потеря эластичности хрусталика), происходят независимо от операции. Даже после успешной коррекции через несколько лет может развиваться дальнозоркость, в данном случае требуются очки для чтения. Но и без процедуры это возрастное заболевание проявляется у большинства людей. Что касается риска снижения ночного зрения и появления ореолов, то он близок к нулю. Индивидуальный подход в процессе диагностики позволяет подобрать метод, исключающий осложнения.

МИФ 6. ДАННАЯ ОПЕРАЦИЯ СТОИТ ДОРОГО

На самом деле. Затраты могут показаться значительными, но в долгосрочной перспективе они окупаются за счет отсутствия необходимости покупать очки, контактные линзы и расходные материалы для обслуживания последних.

Ирина Ломанова,
style@antennatv.ru

Оранжевое чудо

Лидирующую позицию на прилавках в зимнее время занимают мандарины. Как и все цитрусовые, эти плоды полезны, но есть их без ограничений все же не стоит.

Отравиться яркими фруктами, конечно, невозможно: они не ядовиты. Но последствия избыточного употребления весьма вероятны. Это разрушение зубной эмали, развитие кариеса, воспаление десен и патологии желудочно-кишечного тракта – гастрит, гастроуденит, рефлюксная болезнь, панкреатит, обострение язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, колит.

Любые цитрусовые влияют на метаболизм многих лекарственных препаратов – статинов, бета-блокаторов, психотропных средств, некоторых анальгетиков. Яркие сочные плоды способны снижать продукцию некоторых ферментов, функционирующих в печени и тонком кишечнике, что может привести к слишком длительной активности лекарств. Следствие данного явления – передозировка препарата. Кстати, по силе негативного воздействия на ферменты лидируют вовсе не мандарины, а грейпфруты.

НАШ КОНСУЛЬТАНТ
ведущий
эксперт СМД
Центрального НИИ
эпидемиологии
Роспотребнадзора
МИХАИЛ ЛЕБЕДЕВ

НЕ ПАРЫ

Мандарины нежелательно сочетать с продуктами, содержащими крахмал. Это картофель, рис, изделия из муки, бананы, зеленый горошек. Не стоит объединять оранжевые плоды с финиками и ананасами, а также с высокобелковыми продуктами животного происхождения, например с говядиной. Следствием совместного употребления могут быть нарушения пищеварения: проблемы с глотанием, тошнота, боли в области желудка, изжога, вздутие живота, запоры, диарея.

В ПРЕДЕЛАХ РАЗУМНОГО

В оранжевых плодах много сахара, что надо учитывать пациентам с диабетом. Чрезмерное употребление цитрусовых может приводить к повышению артериального давления у гипертоников. Не следует забывать, что эти фрукты способны вызывать аллергию.

Ирина Ломанова,
style@antennatv.ru

ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ, ДИЕТОЛОГИ РЕКОМЕНДУЮТ УПОТРЕБЛЯТЬ НЕ БОЛЕЕ 7–10 МАНДАРИНОВ В НЕДЕЛЮ.

Фото: Essential/Stock, архивы пресс-служб

ТВ-ОТВЕТЫ: ДОКТОР

КОГДА СТОИТ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКОЙ ЗУБНОЙ ЩЕТКОЙ

Мнение, что традиционные мануальные щетки малоэффективны, – миф. Они отлично справляются с гигиеной полости рта, если нет зубного камня и плотного налета. Но даже когда проблема существует, электрический прибор достаточно использовать два раза в неделю. Желательно приобрести не ротационное, а звуковое устройство, способное совершать выметающие действия, безопасные для зубов. Надо внимательно выбирать и мануальную модель. Лучшая щетина – плотная, выполиненная из нейлона, данный материал не травмирует эмаль. Рабочая поверхность не должна быть слишком длинной, важно, чтобы она захватывала не более 2 зубов, в противном случае качество гигиенических процедур снизится.

«Утро России» (0⁰), «Россия 1», 12 января, понедельник

ОТ ЧЕГО ВОЗНИКАЕТ ДНЕВНАЯ СОНИВость

Одна из главных причин симптома – недостаток кислорода в помещении и сухой воздух. Подобные условия возникают зимой, когда проветривание квартиры минимальное, а отопительные приборы раскалены. Контролировать важные параметры помогает домашняя метеостанция. Простые модели измеряют температуру и влажность воздуха. Устройства подороже оснащены Wi-Fi: данные о температуре на улице станция берет из Интернета, а домашнюю атмосферу сканирует сама. Но чтобы сведения оказались достоверными, надо правильно размещать прибор. Его нельзя ставить около окон и радиаторов отопления, неудачное место – по соседству с кондиционером.

«Доброе утро» (0⁰), Первый канал, 13 января, вторник

ЧТО ПОМОЖЕТ ПРИ ЗАБОЛЕВАНИЯХ СЕРДЦА И СОСУДОВ

Дополнением к терапии является настой из бессмертника. Он с древних времен используется в травяных сборах, улучшающих состояние сердечно-сосудистой системы. В составе растения есть флавоноиды, кумарины, дубильные вещества, эфирное масло, органические кислоты, каротиноиды. Они укрепляют капилляры, снижают проницаемость сосудов. Для приготовления настоя необходимо столовую ложку сухих соцветий залить кипятком, оставить под крышкой на 30 минут, затем процедить. Принимать средство надо по 100–150 мл три раза в день за полчаса до еды в течение месяца. Важно помнить, что бессмертник противопоказан при беременности и лактации. Его нельзя использовать при желчнокаменной болезни. Растение можно встретить по всей России, его заготовку проводят в июне – августе. Хранят сырье в бумажных или тканевых мешочках в темном месте до трех лет.

«Настроение» (0⁰), «ТВ Центр», 13 января, вторник



Фото: Essential/Stock, архивы пресс-служб



Большой замес

День пирога отмечают во всем мире 23 января, а значит, пора раскалить духовку и выбрать рецепт.

ЗАЛИВНОЙ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ

На 6 порций: 370 мл молока, 280 г муки, 40 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. разрыхлителя, 7 г сухих дрожжей, по 1 ч. л. сахара и соли.
Для начинки: 5 яиц, 20 г зеленого лука, щепотка соли.

Яйца отварите и нарежьте кубиками, смешайте с нашинкованным луком, посолите. Для теста взбейте яйца, соль и сахар, влейте молоко и растопленное, но охлажденное сливочное масло. Всыпьте просеянную муку, разрыхлитель, дрожжи. Замесите тесто, дайте ему дважды подойти. Форму смажьте растительным маслом, выложите половину теста, отправьте в разогретую до 200 °С духовку на 7 минут. Распределите начинку, сверху оставшее тесто. Запекайте 30 минут при 180 °С.



ЗИМНИЙ С МЯСНОЙ НАЧИНКОЙ

На 6 порций: 120 г творога, 1,5 ст. муки, 1 ч. л. разрыхлителя, яйцо, щепотка соли, 3 ст. л. растительного масла.
Для начинки: 400 г фарша, 2 зубчика чеснока, 140 г репчатого лука, щепотка соли, по 2 ст. л. сливочного масла и молока, 1 ст. л. растительного масла для формы.

Смешайте продукты для теста и замесите его. Оставьте на 30 минут. Лук и чеснок мелко нарежьте, пассеруйте на сливочном масле, соедините с фаршем, молоком, солью и обжарьте. Смажьте форму растительным маслом. 2/3 теста раскатайте, выложите в форму, накройте начинкой. Оставшееся тесто раскатайте, нарежьте полосками, уложите на пирог в виде решетки. Выпекайте при 200 °С 50 минут.



РАЗБОРНЫЙ С КОНФЕТАМИ

На 6 порций: 125 мл молока, 40 г сахара, 270 г муки, 7 г сухих дрожжей, 25 г сливочного масла, яйцо, 0,3 ч. л. соли.
Для начинки: 150 г шоколадных конфет.
Для смазывания: яйцо, 50 г сливочного масла.

Муку смешайте с дрожжами и солью. Добавьте размягченное масло. Яйцо взбейте с сахаром, влейте молоко. Из сыпучих ингредиентов сформируйте горку, в центре сделайте колодец и влейте яично-молочную смесь. Замесите тесто, дайте дважды подняться. Разделите на кусочки, разомните их в лепешки, положите в центр каждой конфету и соедините края теста. Масло растопите, окуните в него булочки и выложите в форму. Смажьте взбитым яйцом и выпекайте при 170–180 °С 45 минут.



СМЕТАННИК

На 6 порций: 220 г муки, 200 г сахара, 150 мл сметаны, 4 яйца, 1 ч. л. разрыхлителя, 1 ч. л. ванильного сахара, 1 ч. л. сахарной пудры, 1 ст. л. сливочного масла, лимон.

Яйца взбейте с обычным и ванильным сахаром, добавьте сметану. С лимона при помощи терки снимите цедру и отправьте ее в основу теста, продолжите взбивание на небольших оборотах. Частями всыпьте просеянную муку, разрыхлитель, хорошо перемешайте. Дно и стенки формы для выпечки смажьте половиной сливочного масла, наполните емкость тестом. Выпекайте пирог, не открывая духовку, около 40 минут при 180 °С. Достаньте из формы, смажьте верх оставшимся сливочным маслом, украсьте сахарной пудрой.

РЕЦЕПТЫ ЧИТАТЕЛЕЙ

ДЕСЕРТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА В СМЕТАНЕ

Потребуются: 900 г сметаны, 6 ст. л. сахара, 300 г чернослива без косточек, 150 г грецких орехов, 9 ст. л. сахарной пудры, 40 г темного шоколада, щепотка ванильного сахара.

Чернослив вымойте и обсушите, ядра орехов поделите на половинки, обжарьте на сухой сковороде в течение 2 минут, влейте 50 мл воды, всыпьте сахар. Жарьте помешивая, ядра должны покрыться слоем карамели. Остудите, фаршируйте чернослив орехами. Сметану взбейте с сахарной пудрой и ванильным сахаром. Выложите по 2 ст. л. в кремники, в каждую порцию добавьте по 3–4 сухофрукта, залейте сметаной. Посыпьте тертым шоколадом, отправьте в холодильник на час.

Анна, г. Электросталь

ПРОФИТРОЛИ С СЫРНЫМ КРЕМОМ

Потребуются: 220 мл молока, 150 г сыра, 10 г укропа, соль по вкусу, 60 мл воды, щепотка сахара, 40 г муки, 25 г сливочного масла, 2 яичных желтка.

Воду вскипятите, растворите сливочное масло, добавьте по щепотке соли и сахара. Всыпьте просеянную муку, размешайте. Остудите и вбейте желтки. Переложите тесто в кондитерский мешок и отсадите профитролы на противень, застеленный пергаментом, на расстоянии 4–5 см друг от друга. Выпекайте при 180 °С, остудите на решетке. Укроп измельчите, взбейте молоко, мелко нарезанный укроп и сыр, приправьте по вкусу солью. Сырный крем переложите в кондитерский мешок. Надрежьте готовые профитролы сбоку и наполните их кремом.

Юлия, г. Можайск



Фото: Essentials/Stock

ИТАЛЬЯНСКИЕ ПОЛЬПЕТТЕ

Потребуются: 250 г картофеля, 2 яйца, 2 ст. л. растительного масла, 150 г рикотты, 2 ст. л. панировочных сухарей, 2 зубчика чеснока, 500 г отварной курицы, соль по вкусу, веточка укропа.

Картофель отварите в мундире, остудите, очистите и разомните в пюре. Смешайте с измельченным укропом и чесноком, добавьте кусочки мяса, рикотту, яйца, посолите, еще раз перемешайте. Сформируйте котлеты круглой формы, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте на растительном масле.

Светлана, г. Домодедово

ТВ-ОТВЕТЫ: ПОКУПКА

КАКОЙ ПУХОВИК ТЕПЛЕЕ

На цену влияет вид наполнителя. Пух – самый дорогой. Его часто дополняют пером, доля которого не должна превышать 30 %. Плотность утеплителя варьируется от 450 до 900 г/кв. м. Чем выше показатель, тем лучше. Даже если столбик термометра опустится до -45 °С, переохлаждения не возникнет. Биопух и синтепон – недорогие варианты, но одежда с этими утеплителями годится для коротких прогулок при морозе до -15 °С. Стоит обращать внимание на крой. Хорошо, если пуховик можно утягивать по нижнему краю, сохраняя тепло позволяют манжеты.

«Утро России» (0+), «Россия 1»

устройство со шредером. В такой будильник вечером вставляется денежная купюра; аппарат ее разрезает, если в течение пяти минут после сигнала человек не встает.

«НАСТРОЕНИЕ» (0+), «ТВ Центр»

СКОЛЬКО СЛУЖАТ ГУБКИ ДЛЯ ПОСУДЫ

Силиконовая версия отмывает плохо, к тому же она забивается остатками пищи и нуждается в долгом очищении. Не лучшие показатели у модели из целлюлозы: с жирными пятнами материал не справляется, к тому же быстро рвется. Поролоновая губка отлично отмывает тарелки

и кружки, расходуя минимум средства для посуды. Но любой материал не вечен: силикон служит до трех месяцев, поролон – две недели, целлюлозную ткань приходится менять каждые семь дней. Загрязнения на сковородках и кастрюлях лучше удалять губкой с металлической нитью. Абразивная салфетка справится с нагаром так же хорошо, но расход моющего средства будет значительным. Меламиновая губка для посуды не годится: ее микрочастицы трудно смываются. Лучше использовать такую версию для уборки.

«ДОБРОЕ УТРО» (0+), Первый канал

КАК ВЫБРАТЬ ПОДХОДЯЩИЙ БУДИЛЬНИК

Ученые выяснили, что резкий звук способствует выработке гормона стресса, поэтому будильников с неприятным сигналом лучше избегать. Гаджет с имитацией восхода солнца молчалив, но эффективен. Он не испортит настроение и разбудит мягко. Его свечение снижает выработку гормона мелатонина, отвечающего за сон. Кофеварки-будильники тоже обеспечивают комфорт, так как в момент подъема вместе с чашкой напитка в квартире появляется бодрящий аромат. Для тех, кто с трудом покидает постель по утрам, подойдет



Фото: Essentials/Stock

ТОО «Сейф-Ломбард»
ПРОВОДИТ ТОРГИ
НЕВОСТРЕБОВАННОГО ЗАЛОГОВОГО ИМУЩЕСТВА
Режим работы: понедельник-пятница, с 9:00 до 18:00
Справки по телефону:
272-30-91
г. Алматы, ул. Богенбай батыра, 156

АНТЕННА
АНТЕННАS.KZ
Сайт в ИНТЕРНЕТЕ «АНТЕННА» в КАЗАХСТАНЕ. ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ!
Не забудьте: свежий номер «Антенны» каждую среду!