

**Евгений ЦЫГАНОВ: я никого  
не бросал – ни детей, ни женщину**

тв 18–24 июля 2022 № 1

2 в 1: журнал и телегид

# ан.ніж

**ЮРИЙ  
СТОЯНОВ  
ОБ ОЛЕЙНИКОВЕ:  
Илюша – потеря,  
у меня отобрали  
меня**

# ЖАРА. ИЮЛЬ

**Наталья ПОДОЛЬСКАЯ  
и еще 18 звезд в купальниках**

Отгадайте  
сканворд –  
**ПОЛУЧИТЕ  
ПОДАРОК!**

**АКЦИЯ ИЮЛЯ**

**ГОЛОВА  
БОЛИТ**  
Что это может  
значить

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЦЕНА 45.00 руб.





- Люблю разные модели - открытые, закрытые, с высокими плавками, с низкими.



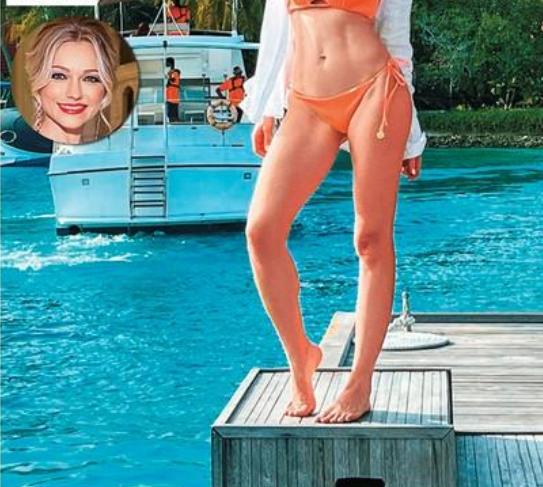
### МАРИЯ ШУМАКОВА

— С купальниками поступаю просто — прихожу в магазин и беру то, что искренне нравится и радует, — говорит актриса. — Иногда хочется красный, в стиле «Спасателей Малибу», иногда черный. Главное — чтобы было удобно плавать, прыгать, бегать. Моя подготовка к пляжному сезону минимальна: покупаю солнцезащитный крем, и на том все. Если хочется, то ем пирожные и прибавляю 3 кг; когда есть настроение на спорт, то слежу за питанием, могу придерживаться интервального голодания, но в целом я комфортно чувствую себя в любом теле.

## открытая тема

### ИННА МАЛИКОВА

— Я люблю минимализм, — делится артистка. — Как правило, это раздельный купальник, максимально лаконичный, однотонный, не пестрый, без рюшей и других украшений. Также в последнее время мне нравится, как смотрится комбинация, когда верх одного цвета, а низ — другого, например черного и белого. Если отправляюсь в короткий отпуск, допустим, на три дня, то беру не больше двух купальников, а когда отдых долгий, недели две, кладу в чемодан все, что есть.



ли моим фетишем. Просто обожаю их. Для меня купальник — это не аксессуар для плавания, а полноценный наряд. При выборе руководствуюсь одним-единственным принципом: нравится мне вещь или нет. Подразделяю их разве что на более и менее удобные для загара и предпочитаю менять в течение дня, чтобы на коже не оставалось следов от завязок. Придерживаюсь ли я определенной цветовой гаммы? В моем гардеробе вся палитра, хотя когда-то я считала, что есть оттенки, которые мне не идут. К примеру, всю жизнь исключала для себя розовый, думала, что с рыжими волосами он сочетается невероятно плохо, но примерила и поняла, как ошибалась! Сейчас фуксия — мой самый любимый яркий оттенок. Так что все надо пробовать.

Мы этим летом уже были в Турции, правда, летала я туда только с Ваней (мальчику год восемь месяцев, его старшему брату Артемию 7 лет. — Прим. «Антенные»), а Тема остался с папой, потому что сломал мизинец на ноге. Но мы обязательно выберемся к морю всей семьей, Теме перед школой нужно накупаться.

«Антenna – Телесемь» № 28



### ОЛЬГА ОРЛОВА

За недельный отпуск Орлова меняет купальники по семь раз, и ее можно понять, ведь певице нечего скрывать, она стройная и с удовольствием носит бикини.



### НЮША

Для певицы купальник временно стал повседневной одеждой, ведь еще прошлой осенью она с семьей перебралась в Арабские Эмираты, где в декабре родила сына. →

## память

Ирина:

- Илюша так торопился творить... Многие в подобных случаях говорят: «Как будто чувствовал». Нет, он хотел и стремился долго жить. И спортом какое-то время занимался, старался держать себя в форме. Прожив на этом свете только 65 лет, он очень многое оставил.



# «Илюша стал для меня подарком судьбы»

Народному артисту, создателю программы «Городок» **Илье Олейникову** 10 июля исполнилось бы 75 лет. О том, как он творил и что умел в быту, вспоминают его жена Ирина Викторовна, прожившая с Олейниковым 38 лет, и единственный сын – певец **Денис Клявер**.

**-И**РИНА ВИКТОРОВНА, ВАША ПЕРВАЯ ВСТРЕЧА С БУДУЩИМ МУЖЕМ ПРОИШЛА В 1974 ГОДУ НА КОНЦЕРТЕ. ИЛЬЯ ЛЬВОВИЧ ПОКОРИЛ ВАС ЕЩЕ СО СЦЕНЫ?

– Будучи в командировке в городе Славянске, мы с коллегой как-то пошли на концерт заезжих гастро-

леров из Молдавии. Знаете, находясь в зрительном зале и следя за выступлением ведущего (им как раз был Илья), я вначале испытала даже какой-то негатив по отношению к этому с виду очень симпатичному артисту, который с первых минут расположил к себе хохочущий



Маленький Илья с мамой Кларой Борисовной.

## ДОСЬЕ

**Родился:** 10 июля 1947 года в Кишиневе.

**Образование:** Московское государственное училище циркового и эстрадного искусства.

**Карьера:** Работал артистом в Москонцерте и Ленконцерте, снимался на телевидении, был участником эстрадного дуэта «Казаков и Олейников» с Романом Казаковым. С 1968 года снимался в кино, сыграл в фильмах «Трембита», «Тонкая штучка», «Мастер и Маргарита», «Тайский вояж Степаныча», «Ржевский против Наполеона», «Молодожены» и других. В 1993 году с Юрием Стояновым создал программу «Городок», где снимался до 2012 года. Играли в спектакле «Идеальное убийство» в Театре сатиры. Автор мюзикла «Пророк».

**Семья:** с 1974 года был женат на Ирине Олейниковой. Сын Денис Клявер (47 лет), певец, музыкант. Троє внуков.

**Умер:** 11 ноября 2012 года в Санкт-Петербурге. Похоронен на Казанском кладбище в г. Пушкине.

над его шутками весь зрительный зал. Весь зал, кроме меня. А все потому, что свои шутки он рассказывал именно мне, сидящей в литературном ряду девушке, и как-то очень панибратски, самоуверенно держался при этом, заигрывая. Мне подобная навязчивость стала очень неприятной. Потом, после концерта, когда вошли случая мы познакомились и разговорились, этот негатив потихоньку растворился в его обаянии и легкости общения. Находясь под гипнозом сильного, талантливого, красивого мужчины, знающего себе цену,

- Я, обычный парень со двора города Воронеж, попал в советское кино, которое крайне отличается от сегодняшнего, и когда я там оказался, то подумал, что это просто рай.

# «Возможно, у меня лицо такое, что достаются боевики и драмы»

«В 1995 году все развалилось, я начал новую жизнь, далекую от кино. Еду можно было добывать просто, например, если подвезти кого-то на машине», – вспоминает **Олег Васильков**.

**-0**лег, в прокат выходит фильм «Одержанная», где вы исполняете роль следователя, не первого в своей карьере.

У вас в фильмографии в принципе преобладают боевики, разного рода драмы, а вот комедии встречаются значительно реже. Почему?

– Я просто очень злой, негативный человек! Со мной даже в актерском вагончике никто не сидит, ну максимум минут десять. А если серьезно, то вопрос скорее к режиссерам. Возможно, лицо у меня такое, поэтому и проекты подобные достаются.

**- Вы этим довольны?**

– А почему нет? Я всем доволен. Актеры, которые на что-то жалуются, как мне кажется, лукавят. Никто же не мешает поменять профессию.

**- У вас 142 работы в кино, внушительная цифра. Правда, что попали в эту профессию совершенно случайно?**

– В жизни все случайно, а потом выясняется, что нет. Тогда, году в 1989-м,

время было сложное, и я очень сильно не захотел жить так, как предполагали обстоятельства. Хотелось что-то поменять, однако, как это сделать, не представлял. Но все разрешилось само собой. Я тогда служил в Вооруженных силах, к нам приехал режиссер **Хусейн Эркенов** и предложил мне сниматься в его картине «Сто дней до призыва». На этом фильме я познакомился со многими людьми, которые учились в театральном институте в разных мастерских. Они посоветовали и помогли мне поступить на курс к **Сергею Соловьеву** во ВГИК.

**- Окончили институт вы в 1995 году. Тогда всем было, мягко говоря, не до кинематографа. Что же вы делали со своим дипломом артиста?**

– Что касается диплома, он мне понадобился один раз, когда я оформлял пенсию. Вот и все. А если говорить абстрактно, я тогда начал

**- Я не захотел жить так, как предполагали обстоятельства.**

новую жизнь, далекую от кино, потому что в 1995 году развалилось все. Я, как и все, занимался чем угодно, добывал деньги на пропитание. Мне было 25 лет, в этом возрасте человек не мыслит в негативном ключе, даже если вокруг все плохо. У него находится очень много розовой краски, ее прямо девять некуда. Еду можно было добывать просто, например, подвезти кого-то на машине. Году в 1997-м я торговал на «Горбушке» видеокассетами. Не как продавец, в мои обязанности входило найти продавцов, чтобы утром стояли палатки, приехала машина с товаром, все разгрузилось, продалось. Я за это получал

неплохие деньги. Потом постепенно подтянулась и работа в кино.

**- Почему вы выбрали для себя только кино и не играете в театре?**

– С театром у меня сразу не срослось, да и Сергей Александрович Соловьев не особо приучил. На мой взгляд, в театре больше условностей и неправды, а еще ездить туда нужно каждый день. Идти в театр в 1995 году было просто бес-

## звезные новости



Главным  
пожеланием  
Татьяны  
Брухуновой была  
несспешная потеря  
веса без вреда  
здоровью.

# Сбросить лишнее

Татьяна Брухунова предпочитает медленное похудение, а Анна Старшенбаум перешла на сыроедение.

— Пять лет назад я задумала скинуть 12 кг. Обратилась за помощью к специалисту, который отправил меня сдать неимоверный объем крови, чтобы найти причину прибавки в весе. Тогда мы быстро разобрались, и вес за полгода ушел. Уходил неспешно, как известно, быстрый сброс чреват последствиями. Сегодня я все чаще вижу посты молодых роскошных девушек и женщин, которые бесконечно худеют. Да и на здоровье, как говорится. Но они же демонстрируют свой рацион (минимум трижды в день), отчитываются, сколько до и после утреннего туалета осталось килограммов, торжественно демонстрируя острые конечно-



Анна  
Старшенбаум  
тщательно  
следит за своим  
рационом.

## СЛОВО ЭКСПЕРТУ

Диетолог Анна  
Коробкина

ПРОКОММЕНТИРОВАЛА  
диеты звезд.

— Врач в начале процесса

похудения назначает

пациенту пройти биохимический

анализ для оценки органов

с целью того, чтобы не дать  
большую белковую нагрузку.

Порой человек думает,  
что съедает мало калорий,  
потому что заказал паровую  
рыбу. А на самом деле  
ее вываривают в бульоне  
или сливочном масле.

Человек может предполагать,  
что у него непереносимость  
определенного продукта  
и его исключение исправит  
ситуацию. Но возможна  
простая психосоматика,  
которая выражается  
отеками. Рекомендую

средиземноморскую диету,

в которую включены витамины  
омега-3, с ограничением  
рафинированных

продуктов.

Необходимы рыба,  
морепродукты, мясо,  
птица, ежедневно

500 г овощей и 300 г  
фруктов. Она полезна  
для профилактики  
атеросклероза,  
онкологических  
заболеваний и болезней

сердечно-сосудистой системы.

Что касается второго варианта  
с сыроедением, есть такое  
понятие, как преемственность  
поколений. Такое питание  
никогда не использовалось  
в нашей полосе. Минусы  
сыроедения — в отсутствии  
термообработки, которая  
помогает избавиться  
от возможных паразитов. Его  
можно применять на неделю,  
но на постоянной основе  
вредно. Противопоказания —  
заболевания ЖКТ, в частности  
желчного пузыря. Если  
быть сыроедом или веганом  
постоянно, то организму будет  
недостаточно витаминов  
и элементов. Например, железо  
необходимо для кроветворения.  
Иначе есть риск анемии.  
Сыроедение не так здорово.  
Но кто во что верит, то может  
быть в его случае и полезно.

сти на электронных весах. Неужели люди до сих пор не в курсе, что вес не имеет значения? Здоровье — это исправно работающий кишечник, чистая кожа, качественный сон, а уж точно не цифры. Их оставьте для себя. Они действительно неинтересны. По крайней мере, мне.

«Важно думать о здоровье,  
а не о цифрах на весах», —  
считает Брухунова.

Анна Старшенбаум предпочла другой способ — она придерживается сыроедения. При этом актриса периодически проводит так называемые детоксы, очищающие организм.

— Меня ждут три недели чистого сыроедения под присмотром специалистов. Я периодически провожу такие очистительные периоды сама и чувствую себя просто отлично.

Олеся Волкова, [programs@antennatv.ru](mailto:programs@antennatv.ru)