

**ПРОГНОЗ ПОГОДЫ** на три месяца

тв 4–10 сентября 2023 № 35 Москва

2 в 1: журнал и телегид

# антенна

теле**с**емь

Гороскоп на неделю



Владимир  
Бутенко

Евгения  
Лоза

Дмитрий  
Пчела



**100 И 1 ПРЕМЬЕРА**  
*осени*

**+ ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ КРАСОТЫ**  
на сентябрь

**ГОТОВИМ ДОМА • ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ • ДАЧА**

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЦЕНА 47,00 РУБ.



ISSN 2412-7299

23035

9 772412 729770

# «Силы меня оставили»

Бывшая возлюбленная Тимати **Алена Шишкова** призналась, что победила анорексию и булимию.

**П**осле рождения дочери Алисы (девочке сейчас 9 лет) модель начала стремительно худеть. Оказалось, на то были серьезные причины. Недавно 30-летняя вице-мисс Россия – 2012 сделала признание в социальных сетях.

– После моих появлений на ТВ-шоу «Наследники и самозванцы», «Звезды в Африке» полилась массовая критика. Я не комментировала все эти выпады в мой адрес, потому что проблема действительно была. Точнее, две. И называются они булимия и анорексия. Восемь лет я потратила на их решение.

Я много лет «возвращала» еду, не потому что боялась лишнего веса (я очень хотела поправиться). А потому что еда и жидкость вызывали

к утру отеки. Наутро съемки, а я недовольна своим лицом. А потом еще и начала пить мочегонные таблетки. Дошло до того, что я возвращала даже воду. Отеки стали моей фобией, которую подпитывали комментарии под фото. Здоровье ухудшалось. Не хотелось выходить в свет, кому-то показываться. Стала меньше фотографироваться, так как знала, что мою внешность критически оценивают. Силы меня оставили совсем.

В апреле ситуация стала критической, я падала в обмороки. Решилась обратиться в Центр

изучения расстройств пищевого поведения. Поступила с весом 45 кг при росте 176 см. В центре пробыла два с половиной месяца на парентеральном питании (ежедневные капельницы) и в контакте с лечащим врачом, диетологом и психологом. Пройдя полный курс, я вернулась к обычной жизни. Врачам удалось перезапустить мой организм и побороть зависимость от мочегонных.

**– Я падала в обмороки, у меня были судороги, в основном я только лежала.**

В результате лечения набрала 15 кг, вес распределился неравномерно. Потребовалась помощь хирурга, он перераспределил жир из одних мест в другие, вернул пропорциональные формы. Сейчас прохожу реабилитацию. Со мной все хорошо.

– Нервная анорексия – это преднамеренное снижение массы тела, – говорит психотерапевт Евгений Смирнов. – А нервная булимия – приступы переедания в сочетании с контролем веса. Это приводит к тому, что человек намеренно избавляется от съеденного. Анорексия и булимия имеют схожие синдромы. Это дисморфофобия – навязчивое переживание по поводу неких своих изъянов. А также дисморфомания – когда человек уверен в своем несовершенстве и пытается исправиться всеми способами, вплоть до голодания и вызова рвоты.

*Венера Ерофеева  
programs@antennatv.ru*



С дочкой Алисой.



Перед тем, как я попала в ЦИРПП

В таком состоянии Алена попала в клинику.

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

# Морковная ботва для рассола



**СЕРГЕЙ БАБАЕВ:**  
– Из-за того, что мне нечасто удается съездить на дачу, у меня вырастают очень большие огурцы. Но нашел такое решение – мариновать их колечками.

Самое время заниматься домашними заготовками. Вдохновение можно почерпнуть у звезд, они поделились фирменными рецептами.

**ЛАРИСА РУБАЛЬСКАЯ, ПОЭТЕССА:**

– Как раз последнее время только и занимаюсь тем, что делаю заготовки на зиму. Мариную помидоры и делаю салаты из зеленых томатов. В этом году выдался большой урожай. В состав салата входят зеленые помидоры, перец, морковь, лук, сахар, соль, чеснок и масло. Компоты не закрываю, а варенье варила моя помощница. Ягод у нас немного, в основном овощи – помидоры да огурцы. А чтобы банки не взрывались, советую залить их кипятком и подождать, пока вода остынет. Потом этот же кипяток превратить в рассол и опять залить в банки. В прошлом году было много кабачков, делала икру. Смотрю разные рецепты в Интернете. Люблю для вкуса в кабачковую икру добавить кетчупа. А так в рецепте масло, уксус и много сахара. Очень вкусно получается.

**СЕРГЕЙ БАБАЕВ, ТЕЛЕВЕДУЩИЙ:**

– Я в этом году делал много всякого варенья, начиная от ревеневое, которое заготовил еще в мае и июне, и заканчивая клубничным, малиновым и вишневым. У меня есть свой секрет: на килограмм ягод добавляю поменьше сахара – 800 г.



**ЛАРИСА РУБАЛЬСКАЯ:**  
– Мариную томаты, делаю салаты – полный дом банок!



# Карина Андоленко: любовь раз и на всю жизнь

«Антенна» обратилась к экспертам, чтобы узнать больше об актрисе, играющей главную роль в сериале «Спасская».

## НУМЕРОЛОГ

**Ольга Перцева**

Дата рождения: 20.09.1987.

– Карина – утонченная

женщина с изысканным вкусом, манерами, невероятным обаянием и детскостью.

Такая комбинация делает актрису всегда разной, интересной и дает возможность другим наслаждаться ее метаморфозами. Кроме того, Андоленко в своей матрице имеет составляющую «вечной молодости», поэтому актерская профессия прекрасно ей подходит, так как актеры – дети, которые не захотели повзрослеть.

35-летняя Карина относится к тем людям, у которых в буквальном смысле есть инстинкт стремиться в отношения и создавать семью. Отмечу, что у артистки все происходит с опозданием, поэтому еще не пришло ее время. У Андоленко много критериев, ко всему прочему ей важны эстетичность, изящность. Она хотела бы найти мужчину, который будет это ценить. По гороскопу Дева и в принципе однолюб, поэтому ей сложно решиться на чувства. Карина из тех женщин, которым хочется раз и на всю жизнь, то есть нет желания размениваться.



## ЭКСТРАСЕНС

**Зираддин Рзаев, эзотерик, финалист шестого сезона «Битвы экстрасенсов»:**

– Карина – ярко выраженный трудоголик. Работа ее вдохновляет, питает и помогает освобождаться от лишней эмоциональной энергии, которая может «съедать». При всей внешней мягкости и женственности имеет стойкий характер – строга и требовательна. Актриса добилась многого благодаря борьбе со страхами, особенно со стеснительностью. В ее жизни однозначно присутствуют везение и знаки, которые она умеет считывать. От природы наделена мудростью и терпением.

Карина Андоленко предпочитает мужчин не из актерской среды. Ей важно оберегать счастье от чужих глаз и посторонней энергии. Нынешний избранник определенно не из когорты артистов. Он сумел покорить ее своей честностью, спокойствием и ощущением уверенности. Вижу, что актриса всерьез задумается об официальном замужестве где-то через три года.



## ГРАФОЛОГ

**Сергей Ланг:**

– Петля, которая выделяется в самом начале автографа, указывает на властолюбие.

Связанность элементов говорит о логичном характере и активной мыслительной деятельности. Вертикальные линии (их насчитываем три) означают барьер, медлительность перехода от идеи к ее реализации и трудности в завершении дел. Такому человеку необходимы стимулы и поддержка извне. Угловатость знаков раскрывает артистку как личность, которая может проявлять упрямство. В середине подписи есть некое наложение элементов друг на друга – признак буйной фантазии. Также, возможно, актриса пытается найти подход к себе, своей душе, чтобы разобраться с внутренними переживаниями.



Лиза Барская, [kino@antennatv.ru](mailto:kino@antennatv.ru)

## КАРИНА АНДОЛЕНКО

**НА ТВ «СПАССКАЯ. НОВЫЕ СЕРИИ» (16+)**

«Россия 1»

Понедельник – четверг, 21:20