

#### ОСТАННІ НОВИНИ

**13:27** Закон про мито на декоративний камінь дає поштовх розвитку переробки та створенню нових робочих місць — експерти

**13:24** Союз проти України: Китай тисне на розвідників російських військових до бойових дій

**12:58** Зірка культового «Дзвінка» померла у 35 років: це було своєрідним смертю «найстрашнішої дівчинки у світі»

**12:37** Затримано коригувальницю ударів росіян у Дніпру

**12:23** «Після 2022 року я по-ношому надіюсь на історію України», — зірка серіалу «Пригоди козака Виговського» Артем Пльондер

**11:59** Дешево та сердито: п'ять вигод від використання борошна на горіди

**11:26** За 15 кілометрів від Кремля: <

## «Жартую, що у мене все, як у людей. І шлюб, і діти, і розлучення»: інтерв'ю з багаторазовою призеркою Паралімпійських ігор Світланною Трифоновою



Лариса КРУГІНА, «ФАКТИ»

Цього року «ФАКТИ» відзначитимуть 25-річчя історії. За цей час на сторінках нашого видання публікувалося безліч газет. За про до людей і надзвичайні та парадоксальні ситуації, в яких вони опинялися. В рубриці «25 років потому» ми розповімо вам читачам, як складалося життя героїв цих публікацій.

У 13 років лікарі поставили їй невірний діагноз. Не помітили пухлину на хребті…

— Коли споквалася, зробили операцію. — загадує Світлана Трифонова. — За рік до випуску. Щоб встигла «проходитися» та прийшла на бал хоча б на милиця. Я обурвалася: «Ще чого! Прийду туди на своїх двоих!» Але навіть на милиця прийти не змогла.

Довго не хотіла змиритися, що все скінчено. Пройшла через усі можливі й неможливі лікувальні санаторії. Але через декілька років зрозуміла, що покращень немає. Пам'ятаю, сказала: «Раз так, буду робити з лимона лимонаді»

Правда, тоді вона зовсім не уявляла, як саме.

### «Свій вік не афішую. Мені ще заміж виходити»

Світлана не змінилася. Майже. Якою я запам'ятала 20 років тому біля рестораничка на КРЕСІ (район в рідному місті спортсменки Кривому Розі), де ми записували інтерв'ю, такою й знайшла. Свіжою та вічно молодого. Відьма вона, не інакше…

— Якоюсь мірою так, — сміється Світлана.

— Вік називаємо? — запитує я, вдвілюючись в екран монітора під час розмови по скайпу.

— Я його не приховую, але й не афішую. Мені це заміж виходити.

— Як?! В пресі ж нічого про розлучення не було.

— Так що ви казали про мою вічну молодість, Ларисо?

— Отже, не бажаєте говорити про розлучення… Тоді про пластику розкажіть. Це моя помста.

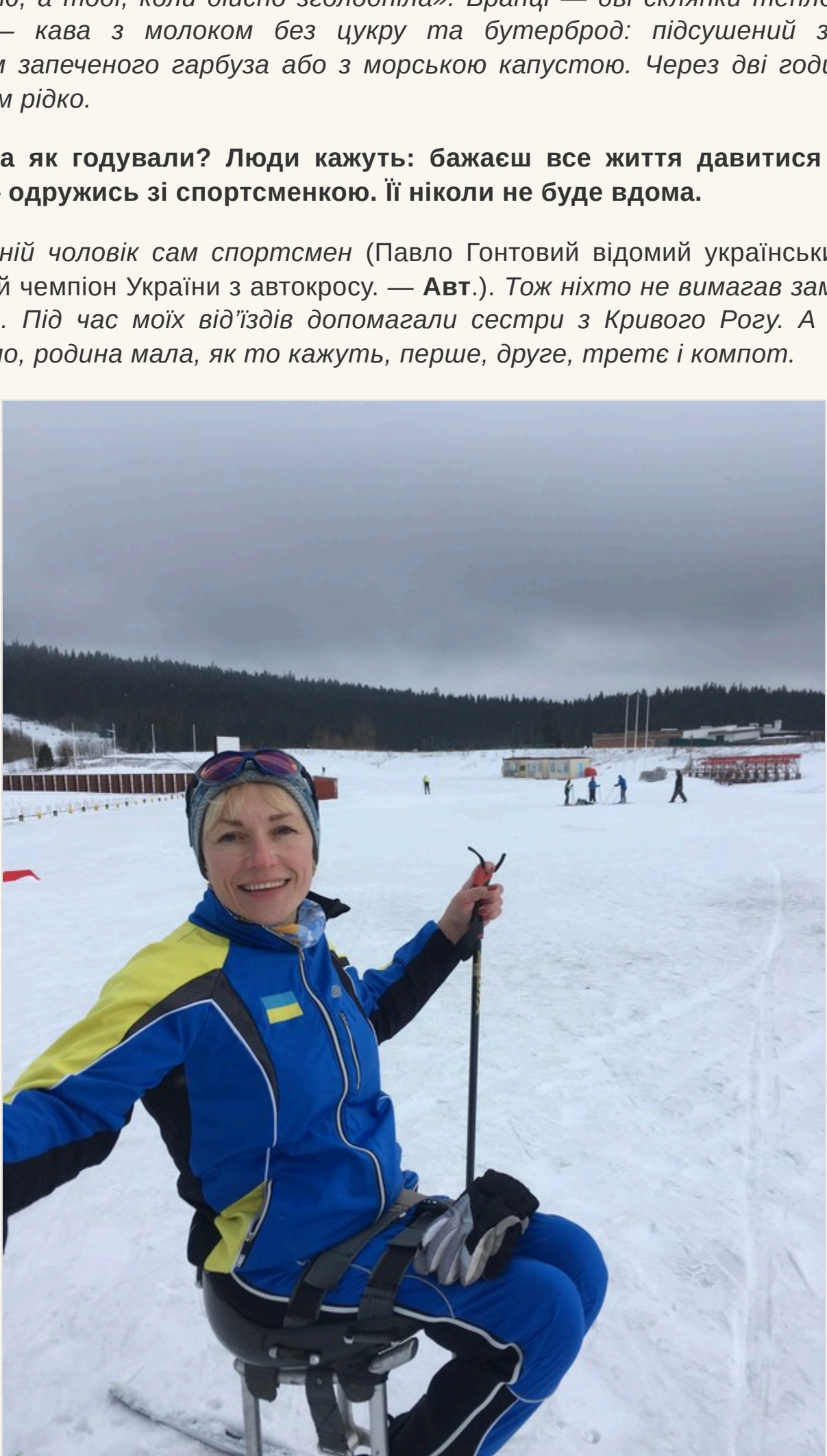
— Та не було пластики, не було. Всі мої три старші сестри й мама вилядають молодшими за свій вік. Генетика! Масажи обличчя також не роблю. Виключно креми. Плюс спорт у мене. 20 років — тільки у професіональному. Звикала багато рухатися. Ну й контролювати себе в їжі.

— Діти?

— Жодних дітей, хоч я схильна до повноти. Головний принцип: «Істи не від нудьги, не за комплімо, а тоді, коли дійсно зголоділа». Вранці — дві склянки теплої води. Через пів години — кава з молоком без цукру та бутерброд: підсушений зерновий хліб з шампанським заличеною гарбуза або з морською капустою. Через дві години — легкий обід… М'ясо їм рідко.

— А чоловіка як годували? Люди кажуть: бажаш все життя даватися пельменями з крамничі — одружись зі спортсменкою. Й ніколи не буде вдома.

— Мій колишній чоловік сам спортсмен (Павло Гонтовий відомий український спортсмен, десятиразовий чемпіон України з автофору — Авт.). Тож нікто не вимагав замість змагань варшви борю. Під час моїх від'їздів допомагали сестри з Кривого Розу. А коли змагань і зборів не було, родина мала, як то кажуть, перше, друге, третє і компот.



Світлану називали "перлиною української збірної"

— Шкода, що така гарна й відома пара розійшлася. Пам'ятаю, як в одному з інтерв'ю «ФАКТАМ» ви розповідали, що Павло, заливаючись до вас, ніколи не приходив без сюрпризів і гостинців. Завжди привозив з Києва… товстолобків.

— Так. Величезних. Живих. Я навчалася в Дніпропетровському інституті фізкультури і спорту. За рік до сінейської Паралімпіади зотувалась у Дніпрі до ївю. Тоді займалась плавиріфікацією. Почуварилась по квартирах та котельні, часто залишалась у подружч — колежанці зі спорту. Її друг познайомив нас тоді з Пашею, який жив у Києві, але часто проїздом був у Дніпрі. Тоді Павло й надумав привезити цих товстолобків, яких ми з подругою смажили пів ночі на кухні.

Паша був не тільки чоловіком, але й соратником. Чудово було сходитися в цілях, завданнях, цілностях. Коли я зайнялася лижними змаганнями, Паша напередодні Паралімпіади в Солт-Лейк-Сіті знайшов майстра, який зробив так, щоб мій боб (спеціальні санчата, на яких руваються паралімпійці у лижному спорті. — Авт.) з вулеластіку, максимально легкий та стійкий, допоміг мені завоювати перу і срібла в лижних перегонах і бронзу в біатлоні. Це був мій зірковий час. Найкращий результат у команді.

— Пам'ятаю, ЗМІ вас це називали «перлиною української збірної».

— І ось «перлина» задумалась: чи не час мені стати мамою? Адже час спливає…



Про визнання українську паралімпійку «ФАКТИ» вперше розповіли у квітні 2002 року

### «Першого малюка народила майже в 36 років, другого — майже в сорок. Відкладати не хотіло куди»

— Лікарі в один голос казали: «Якщо ви не захите, вам народжувати не можна», — продовжує Світлана. — Вважалось, що пологи можуть погіршити здоров'я жінки, яка переживає у візочку. Такий стереотип необґрунтований. І я зробила по-своєму. Не тільки завагітніла, але ще й до останнього дня вела активний спосіб життя. Перші три місяці була на зборах. Просто занадто не перенавтажувала себе. За три тижні до пологів їздила на море. За добу до пологів плавала у басейні, в сауні трошки посиділа. Машину до останнього водила. Тільки коли почалися перейми, за кермо сів чоловік. У день народження нашого доведочікуваного первістка ми явраз куштували будинок за містом в Київській області. Тож наш син прийшов у максимально облаштованій для нього світ.

— Були якісь проблеми під час пологів?

— Жодних. Більшість лікарів наполягали на кесаревому. Але в мене немає деформації тазостегнових суглобів, і я вирішила народжувати сама. Малюк вагою 3600 і зростом 51 сантиметр народився у 2003 році, після Паралімпіади в Солт-Лейк-Сіті, в мої майже 36 років. А після Паралімпіади в Турині, де я завоювала бронзу й срібло в біатлоні, ми народили другого синопчка. В мої майже сорок.

Це був 2007 рік, чоловік поїхав у відрадження, і я, посадивши сестру в машину, погнала в пологовий. У мене вже були перейми. Сестра ладилася народити, злякавшись за мене. Добре, що була неділя і шляхи були наповорожні. І я народила — теж, до речі, фізіологічним шляхом. Потім кажу лікарю: «А де тут найближча парковка? Мені треба машину перенести. Я її біля пологового залишила». Лікар ледь не впав.

Приміала полози та ж сама чудова команда лікарів у 7-му пологовому будинку в Києві, на Предславинській.

**Читайте також: «Дев'ять років тому я думала, що життя закінчене»: що сталося з героїнею «ФАКТИВ» Машою Куликівською, якій невідомий благодійник подарував будинок**

— Мабуть, ваші пологи стали для багатьох несподіванкою в ті часи…

— Левною мірою. Жінки, які переживають у візках, побачили, що все можливо. У нас таке саме тіло, так само протікає вагітність. І не так вже треба пугитися, як ми всі з переляку думасмо. (Сміється.) Деякі потім наслідували мій приклад.

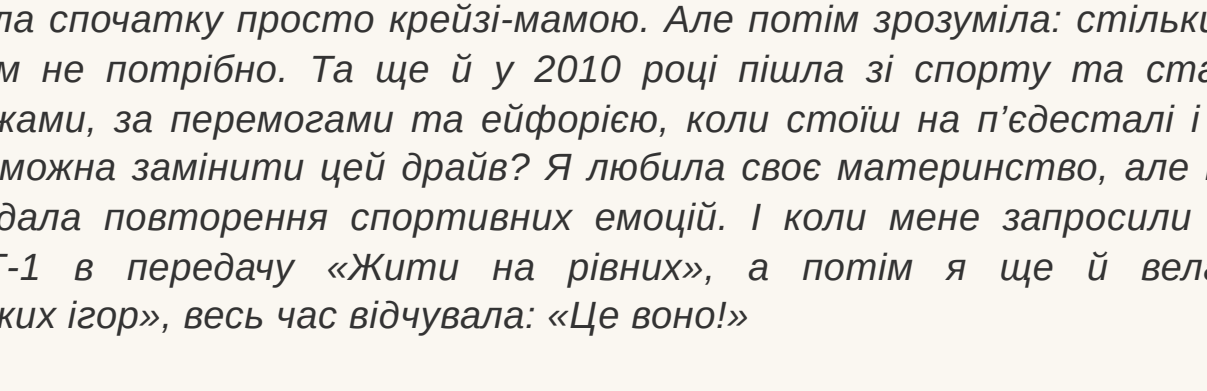
— Ви, мабуть, незворушна мама? Спортсменка все ж таки. Із залізним характером і витримкою.

— Та ні. Я була спочатку просто крейзі-мамою. Але потім зрозуміла: стільки мамі кожної секунди синам не потрібно. Та ще й у 2010 році пішла зі спорту та стала сумувати за снігом, лижами, за перемогами та ейфорією, коли стоїш на п'єдесталі і звучить Гімн України. Чим можна замінити цей драйв? Я любила своє материнство, але інша частина моєї душі жадала повторення спортивних емоцій. І коли мене запросили телеведучою на канал УТ-1 в першому «Жити на рівно», а потім я ще й вела «Щоденник Паралімпійських ігор», в мене час відчувала: «Ці воно!»

### «Дивилася на фото й думала: «Невже це я, така гарна? Капець!»

— Який найухваліший вчинок ви здійснили останнім часом?

— Знялася у фотосесії на одеському пляжі. Я туди приїхала в рамках проекту з підняття доступності для маломобільного населення. Пішла з фотографом Катериною Крюковою на пляж. Ані гриму, нічого. Вона каже: «А давай зніму тебе після купання». І вже сонце сідало… І я: «А давай!» Потім побачила світліни. Мені все так сподобалося! Думала: «Невже це я, така гарна, така загадкова? Сама себе не визнала. Капець!» (Сміється.)



Та сама знаменита фотосесія Катерино Крюкової на одеському пляжі. Я саме тут не впізнала. Перний кадр з жиної Жінка-загадка», - посміається відома спортсменка та телеведуча

— Ваш колишній чоловік влаштував особисте життя?

— Я не володію інформацією. П'ять років тому ми не зуміли пережити чергову сімейну кризу. Вирішили певний час пожити окремо. І… нікто не захотів повертатися назад. Разом виявилось, що це найкращий вихід. Звичайно, діти мріяли, щоб батьки жили разом. Але я їм кажу, що трапляється й таке, що прекрасні люди розлучаються, але продовжують любити своїх дітей. Не менше. І навіть більше. У мене ростуть чудові сини. Старшому — 19 з половиною, він вчилася в юридичному коледжі, займається фехтуванням. Молодшому — 14. Він м'якший. Хазяйновитий, практичний. Йому подобається готувати. Я їх дуже люблю. Вони вже дорослі хлопці, які все розуміють. Вони — моє щастя.

— У вас немає відчуття катастрофи? Ви так спокійно розповідаєте про розлучення. Але ж це доволі травмуюча подія.

— Ми вже п'ять років розлучені. Просто обговорюю цей факт тільки зараз. Є відчуття, що життя подарує ще одну казку. Адже одна вже була. Я живу з гармонією в собі і відкриття для світу. І відкрита для нового кохання. А, ви масте на увазі, чи переживала я п'ять років тому. Звичайно. Спочатку. А потім стала жартувати над собою: «Стоп! Свето, але ж ти хотіла, щоб у тебе все було, як у здорових людей. І ось тепер у тебе все, як у людей: і шлюб, і діти, і розлучення…»



Заслужений майстер спорту України та мама двоох дітей чудово вписалася у Всеукраїнський проект ETHNO FASHION BY POTLOVA «Миру тобі, Україні» (фото Катерини Крюкової)

**Читайте також: «Колі дізналися з чоловіком, що буде хлопчик, жартували, що назвемо Остапом: Остап Бенда — було б забавно»**

Читайте нас у Facebook

6025

До змісту спецтеми

Побачили помилку? Виділіть її та натисніть CTRL+Enter

Друкувана версія

Лист редакторам

Поскаржитися

f
Поділитися
0
↩
Поділитися
🐦
Твітнути

#### ЗАРАЗ ЧИТАЮТЬ

Урадиноми жукоту, уклядіння вигоди на пенсію: у лагодіння загорові про нересту жукоту	Вердела — «Дзвоник» та дременний вайбір. Тельцями — «Туз Пентаквін» і шашки на угні. Таро: прогноз на 18 червня	Біломура загорову нервовий зрив, а Левам не варто витратити гроші: гороскоп на 18 червня	Зелень не зігне навіть через жердочки: лайфхак від шеф-кухаря
---	---	--	---

#### Новинні матерієві

<b>Мапа сайту</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Новина</li> <li>Україна</li> <li>Політика</li> <li>Глобал</li> <li>Подія</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Світ</li> <li>Співні</li> <li>Футбол</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Культура</li> <li>Шоу-бізнес</li> <li>Філура життя</li> <li>Судовість</li> <li>Стиль життя</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Кіноа реаліте</li> <li>Люди та звіри</li> <li>Життя історії</li> <li>25 років потому</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Історія сучасності</li> <li>Наука та технології</li> <li>Клуб спілкування</li> <li>Залишайте у Фейсб</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Міжнародні дєя</li> <li>Гороскоп</li> <li>Курс валют</li> <li>Фотоподїя</li> <li>Погода</li></ul>
-------------------	--	--	--	--	--	---

Реклама | [Підписка](#) | [Контакти](#) | [Привітання](#) | [Спецтеми](#) | [Правила користування сайтом](#) | [Угода](#)

© 1997–2026 «ФАКТИ та коментарі»

Усі права на матеріали сайту опорочені у відношенні до законності України. Матеріали на робочих майданчиках «Гороскоп», «Життя», а також позачергові випуски [Публікуються](#) у якості рекламної та мають інформаційно-розважальний характер.

#### ПОПУЛЯРНЕ

**1** Українські пенсіонери не чекають на свої пенсії 40 років: суд скасував рішення крапую у справі: суд скасував постанову уряду

11 червня 2026 **12:54**

**2** Археологічна сенсація: унікальні шалка та пояс скіфської доби, яким більше 2500 років, знайдені на Більшовській горідоці

14 червня 2026 **12:24**

**3** «Вона мучить мене вже багатороків»: таємниця загибелі Діна Руда, який кинув виклик США і СРСР, не розрита і через 40 років

12 червня 2026 **12:26**

**4** «Я стравляю по машині з літерою „З“, але вигдад, що там були цвєлілки, аби тільки примилити мене катуваннями»: колишній полонений «азовець» написав книгу «Окрядець»

13 червня 2026 **12:26**

**5** «Після влучання „Шхведка“ з-від завалив ми витягли десь 15 собак і котів»: волонтери спільноти «Київські жидани» допомагають постраждалим людям

9 червня 2026 **12:24**

\* Річний фотоконкурс «Світла і Темнота»

Погода
Київ
вольності:
Погода:
тиск:
вітер:

Погода на 10 днів від зіпноків.ua

#### БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

«Мені сказали: зайвих дітей треба видалити. Двох. А я враще традох», — опіри лікарів, подружжя з Прикарпаття завжилося народити четвертю

19 вересня 2021 **06:16**

Мене назвали гуманідоом, — українська модель з фантастично великими очима Маша Тельна розповіла про пережите

27 серпня 2021 **14:24**

«Як ти кинеш у світ сюжетів з нуртоціями?» Вікторія Чабаненко, яка бачить людину наскрізь, розповіла про роботу діаністом

15 серпня 2021 **06:30**

«Після того як отримала новий ніс, мене тільки й запитували: «Ну що, мужик є?»

4 липня 2021 **14:21**

«Дев'ять років тому я думала, що життя закінчене»: що сталося з героїнею «ФАКТИВ» Машою Куликівською, якій невідомий благодійник подарував будинок

13 червня 2021 **06:54**