

ОСТАННІ НОВИНИ

- 22:01** Незвичайна намазка: ідеальна до чорного хліба із салом
- 21:33** На своє 80-річчя Дональд Трамп отримав бій у клітці та подарунок з Німеччини: що готує канцлер Фрідрих Мерц
- 21:03** Міф про порожній шлунок перед їною зруйновано: чи радять в'єни
- 20:58** Боронив Україну чотири роки й нещодавно зданався, що ставе батьком: на фронті поліг воїн з Рівненщини
- 20:06** Україна жорстоко відповіла США на нові звинувачення щодо «біолабораторій»
- 20:00** Ситний суп з реберець та молоді капусти: смачна вечеря для всієї родини
- 19:53** Майже 7 гривень за квадрат: в Україні запроваджені платнік

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

6:20 — 29 січня 2022



Лариса КРУПІНА, «ФАКТИ»

Цього року «ФАКТИ» відзначатимуть 25-річчя історії. За цей час на сторінках нашого видання публікувалося безліч газет. — Це до нас люди й надзвичайні та парадоксальні ситуації, в яких вони опинялися. В рубриці «25 років потому» ми розповідаємо читачам, як складалося життя героїв цих публікацій.

У 13 років лікарі поставили їй неврівнян діagnoз. Не помітили пухлину на хребті...

— Коли спокхвалитися, зробили операцію, — згадує Світлана Трифоновна. — За рік до випускного. Щоб вистіла «розходитися» та прийшла на бал хоча б на миліцях. Як обурювалася: «Ще чого! Прибув туди на своїх дахах!» Але навіть на миліцях прийти не змогла.

Довго не хотіла змиритися, що все скінчено. Проїшла через усі можливі й неможливі лікувальні санаторії. Але через декілька років зрозуміла, що покращення немає. Памятаю, 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 молодю. Відьма вона, не інкаше...

— Якоюсь мірою так, — сміється Світлана.

— Вік називаємо? — запитую я, вдивляючись в екран монітора під час розмови по скайпу.

— Я бою не приховую, але й не афішую. Мені ще заміж виходити.

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

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

— 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! Масажі обличчя також не роблю. Виключно креми. Плюс спорт у мене. 20 років — тільки у професіональному. Звілька багато рухатися. Ну й контролювати себе в їжі.

— Діти?

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

— А чоловіка як годували? Люди кажуть: бажаєш все життя давитися пельменями з крамниці — одружись зі спортсменкою. Й ніколи не буде вдома.

— Мій колишній чоловік сам спортсмен (Павло Гонтювий відомий український спортсмен, деситиразовий чемпіон України з автокросу. — Авт.). Тож ніхто не вимагав замість змагань варити борщ. 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.



Світланну називали "перлиною української збірної"

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

— Так. Велічезних. Живих. Я навчалася в Дніпропетровському інституті фізкультури і спорту. За рік до сіонейської Паралімпіади готувалась у Дніпрі до Ігор. Тоді займалася паверліфтингом. Поневерялася по квартирах та готелях, часто залишалася у подорож — колежанки зі спорту. Її друг познайомив нас тоді з Пашею, який жив у Києві, але часто проїздом був у Дніпрі. Тоді Павло й надував привозити цих товстолобиків, яких ми з подорожю смажили пів ночі на кухні.

Паша був не тільки чоловіком, але й соратником. Чудово було сходитися в цілях, завданнях, цінностях. Коли я зайнялася лижними перегонами, Паша напередодні Паралімпіади в Солт-Лейк-Сіті знайшов майстра, який зробив так, щоб мій боб (спеціальні санчата, на яких рухаються паралімпійці у лижному спорті. — Авт.) з вузелястаску, максимально легкий та стійкий, допоміг мені завоювати три 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» задумалася: чи не час мені стати мамою? Адже час сливаєе...



«Першого малюка народила майже в 36 років, другого — майже в сорок. Відклатити не було куди»

— Лікарі в один голос казали: «Якщо ви не ходите, вам народжувати не можна», — продовжує Світлана. — Вважали, що пологи можуть погіршити здоров'я жінки, яка переживається у візничу. Такий стереотип ніобуритишований. І я зробила по-своєму. Не тільки завваїтнула, але ще й до останнього дня вела активний спосіб життя. Перші три місяці була на зборах. Просто замало не перевантажувала себе. За три тижні до пологів їздила на море. За добу до пологів плавала в басейні, в сауні трошки поспідила. Машину до останнього водила. Тільки коли почалися перейми, за кермо сів чоловік. У день народження нашого довогоочкуваного первістка ми якраз кутували будинок з містом в Київській області. Тож наш син прийшов у максимально облаштований 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 від'їздження, і я, посадивши сестру в машину, поехала в пологів. У мене вже були переходи. Сестра ледве не знепритомніла, злякавшись за мене. Добре, що була недалеко і шлюхи були напівпорожні. І я народила — теж, до речі, фізіологічним шляхом. Потім кажу лікарю: «А де тут найближча парковка? Мені треба машину перевантати. Я її біля пологового залишила». Лікар ледь не впав.

Приймала пологи 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 Куліковською, якій невідомий благодійник подарував будинок**

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

— Певною мірою. Жінки, які переживали у візках, побачили, що все можливо. У нас таке саме тіло, так само протікає вагітність. І не, так вже треба бувати, як ми всі з переляку думаємо. (Сміється.) Дев'ять років наслідували мій приклад.

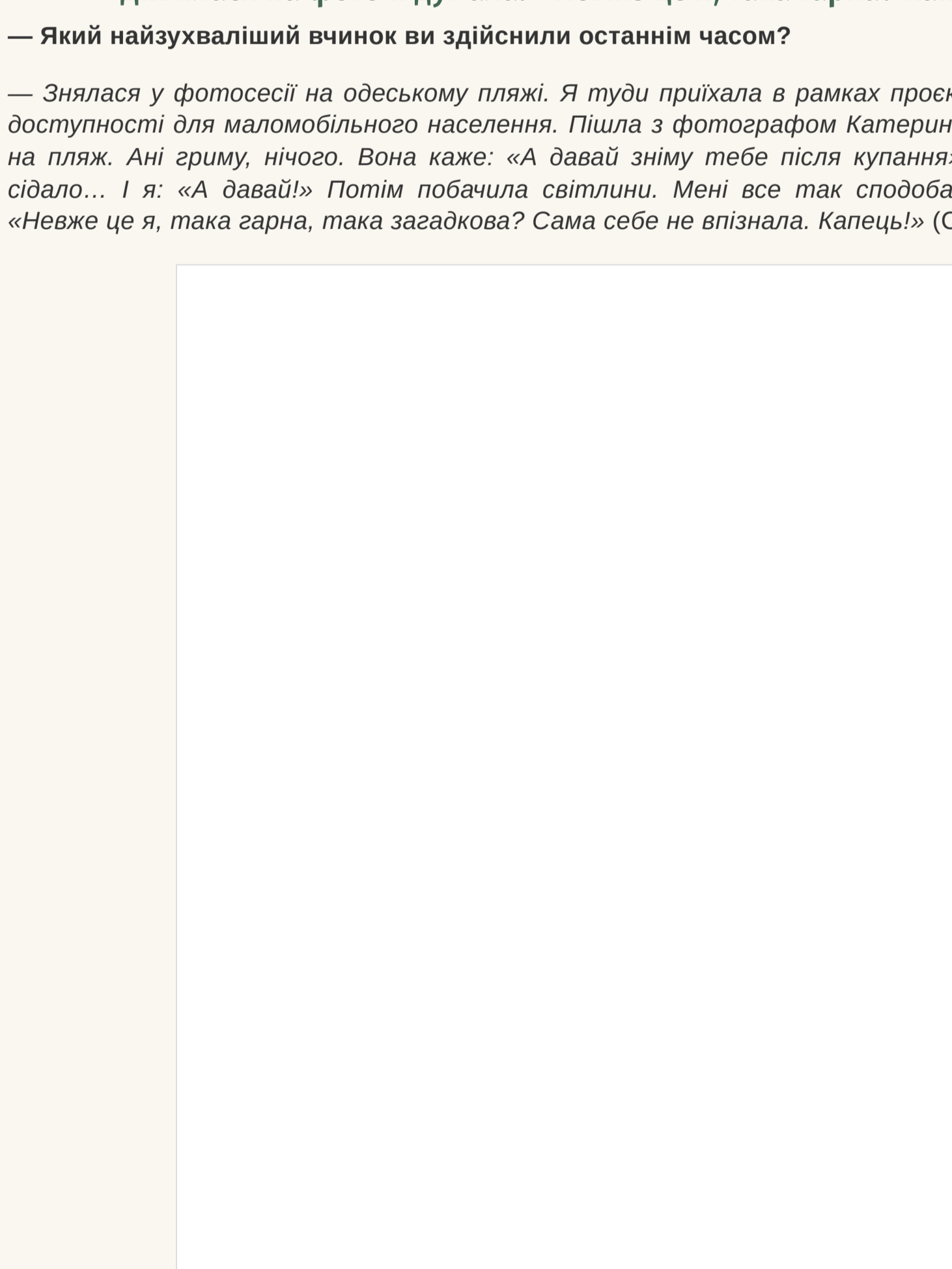
— Ви, мабуть, незворушна мама? Спортсменка все ж таки. І з залізним характером і витримкою.

— Та ні. Я була спочатку просто крейзі-мамою. Але потім зрозуміла: стільки мами кожної секунди синам не потрібні. Та ще й у 2010 році пішла зі спорту та стала сумувати за сином, лижками за перемозами та об'їждом, коли стоїш на підборах 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 передачу «Жити на ривках», а потім я ще й вела «Щоденник Паралімпійських ігор», весь час відчувала: «Це воно!»

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

— Який найзухваліший вчинок ви здійснили останнім часом?

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



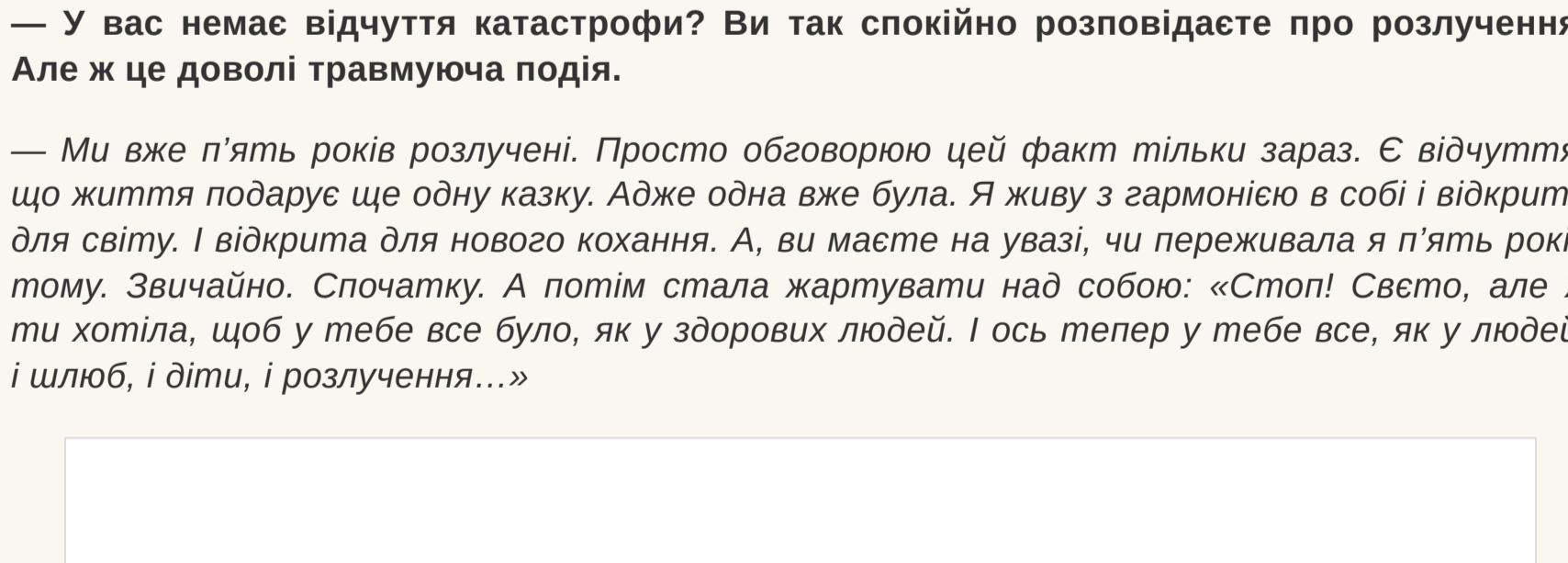
Та сама знаменита фотосесія Катерини Крючкової на одеському пляжі. "Я себе тут не впізнала. Вримо спорт з кіно! Жінка-загадка", - посміхається відома спортсменка та телеведуча

— Ваш колишній чоловік влаштував особисте життя?

— Я не володію інформацією. П'ять років тому ми не змігли пережити чергову сімейну кризу. Вирішили певний час пожити окремо. І... ніхто не захотів повертатися назад. Ратом виявилось, що це найкращий вихід. Звичайно, діти мріяли, щоб батьки жили разом. Але я їм кажу, що трапляється у таке, що прекрасні люди розлучаються, але продовжують любити своїх дітей. Не менше. І навіть більше. У мене ростуть чудові сини. Старшому — 18 з половиною, він вчиться в юридичному коледжі, займається фехтуванням. Молодшому — 14. Він м'якийш, Хазяїновийш, практичний. Йому добувається 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 довгий 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 відкрита для світу. І відкрита для нового кохання. А, ви маєте 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 двох дітей чудово вписалася у Всеукраїнський проєкт ETHNO FASHION BY POTLOVA "Миру тобі, Україно!" (фото Катерини Потлової)

“ **З дось «ФАКТИВ»**

Світлана Трифоновна — українська паралімпійська лижниця, заслужений майстер спорту України з лижних перегонів. Лижними перегонами стала займатись у 1997 році. Брала участь у шістьох Паралімпійських іграх. Призові місця: на Паралімпійських іграх у Нагано з біатлону та лижних перегонів (1998) і Солт-Лейк-Сіті (2002), у Турині (2006). Лауреат Всеукраїнської премії «Жінка III тисячоліття» (2015 рік). Нагороджена орденом Княгині Ольги III ступеня, орденом «За заслуги» II і III ступеня. Викладає реабілітологію в університеті фізкультури і спорту.

На фото у заголовку Світлана з синами Тимофієм (ліворуч) та Микитою (фото Катерини Крючкової)

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

Читайте нас у Facebook

ПОПУЛЯРНЕ

- Батько лише Гуцульському стільки грошей, що той побудував шестиповерховий будинок у київщині: вийшла книга про українську інфляцію початку XX століття
 - 30 травня 2026
- «Мене називають «перлиною» суддя, яка працювала на ФБС, отримала 15 років ув'язнення за дерзкяду в умовах воєнного часу
 - 6 червня 2026
- «Наше завдання — поверти у вертикаль» — прокуполіцейні положення і без папераса: 70-річний інструктор ЛФК про боротьбу з поганою генетикою та грижами
 - 7 червня 2026
- Вбачив мав з собою два зображення Петлюри, але спитав: «Ви Петлюра?» — і після ствердної відповіді почав стріляти: 100 років тому загинув лідер УНР
 - 25 травня 2026
- «Ми захоплює на позиці, які знищуються в нуль»: з'яна «Ти Тіма» Володимир Кравчук про роки на фронті
 - 28 травня 2026

© Фотобанк Фотостарт на історико-географічній мапі

Понедіа 13.08.26, вівтор

Київ

температура: 67°K мін: 24°K мак: 16°K

Вітер: 1 м/с, західний

Погода на 10 днів від synoptik.ua

БІЛЬШЕ У РОЗДІЛІ

«Мені сказали: зайвих дітей треба видаляти. Двох. А краще трохи», — опричорди лікарів, подурку з Гріншайдті завважилось народити четвертю

Мене назвали гуманідром, — українська топмодель з фантастично великими очима Маша Тельня розповіла про пережите

«Як ти живеш у світ скелетів з нурдогмайт?», Виктория Чабаненко, яка бачить людину наскрыз, розповіла про роботу діагностом

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

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