

Πεταλούδες στο... στομάχι

ΡΕΠΟΡΤΑΖ

πρωταθλητισμό, και στη γυμναστική και στον στίβο αργότερα, η διατροφή ήταν πολύ σημαντικό κομμάτι της προετοιμασίας. Από πάρα πολύ μικρή ηλικία έχω μάθει να προσέχω τη διατροφή μου με έναν πολύ συγκεκριμένο τρόπο, που έγινε τρόπος ζωής και με ακολουθεί μέχρι σήμερα, παρότι δεν αθλούμαι σε επίπεδο πρωταθλητισμού. Η σωστή διατροφή είναι μέρος της ζωής μου, οπότε για εμένα είναι καθημερινότητα, δεν είναι κάτι που κάνω για συγκεκριμένες περιόδους. Από τις εγκυμοσύνες και μετά, έχω καθιερώσει το λίγο από όλα και δεν στερούμαι τίποτα, απλώς δεν τρώω μεγάλες ποσότητες», εξηγεί.

Ακόμα αποκαλύπτει το στοιχείο που έχει κερδίσει από την ενασχόλησή της με τον αθλητισμό. «Η πειθαρχία είναι ένα πολύ σημαντικό στοιχείο. Δεν έχω καταλήξει ακόμα αν τελικά ο πρωταθλητισμός φέρνει την πειθαρχία ή αν η πειθαρχία στον χαρακτήρα ενός ανθρώπου φέρνει τον πρωταθλητισμό. Η πειθαρχία, η επιμονή και η προσήλωση στους στόχους είναι στοιχεία στα οποία εκπαιδεύεσαι πολύ καλά στον αθλητισμό. Αυτό βοηθά σε πολλούς τομείς της ζωής μας».

Ως μητέρα, το θέμα της υγιεινής διατροφής προσπαθεί να το περάσει και στα παιδιά της. «Φροντίζω τα παιδιά να τρώνε όσο πιο σωστά γίνεται. Και στο σπίτι μαγειρεύουμε με αυτόν τον τρόπο, αλλά και όταν θα φάνε έξω το έχω στον νου μου. Τα αγόρια είναι στην εφηβεία, θα φάνε και παραπάνω, δεν θα τους στερήσω κάτι».

Επιλέγει συνειδητά να απέχει φέτος από το θέατρο. «Την πρώτη σεζόν του χειμώνα δεν θα κάνω κάτι άλλο. Τα γυρίσματα

“Κανείς δεν θέλει να ζει μόνος του και, αν μου προκύψει κάτι τέτοιο, με μεγάλη μου χαρά... Αν είναι να 'ρθει, θε να 'ρθεί. Ο έρως είναι κινητήριο δύναμη”

του “Game of chefs” είναι απαιτητικά και δεν θα υπήρχε χρόνος να κάνω κάτι ταυτόχρονα. Έχω και τον μεγάλο γιο μου, που δίνει πανελλίνιες φέτος, και ήταν ανάγκη μου να έχω τον ελεύθερο χρόνο για να είμαι δίπλα του, να τον βοηθήσω, να τον στηρίξω», μας λέει. Αραγε, με δύο αγόρια στην εφηβεία πώς τα καταφέρνει; «Δεν έχω ιδιαίτερες εφηβικές εντάσεις, για να πω την αλήθεια. Είναι πλέον αντράκια και πραγματικά είμαι τόσο υπερήφανη για τα παιδιά μου! Οσο μεγαλώνουν, αυτό πολλαπλασιάζεται», απαντά.

Ο καθένας στη θέση του

Οι αποκαλύψεις που κλόνισαν τον καλλιτεχνικό χώρο, όπως ήταν φυσικό, δεν την άφησαν ανε-

πηρεαστη. «Δεν γνώριζα το μέγεθος... Λέγεται ότι ακούγαμε κάποια πράγματα, αλλά εγώ δεν ήξερα αυτά που έχουν γίνει, για εμένα ήταν σοκαριστικά. Χαίρομαι που, με την αρχή που έκανε η Σοφία Μπεκατώρου, πήραν δύναμη γυναίκες και άνδρες και βγήκαν μπροστά και μίλησαν. Το θεωρώ πάρα πολύ θαρραλέο, αξιοθαύμαστο, αξιοσεβαστό αυτό που έκαναν και εύχομαι να δώσουν δύναμη και σε άλλους να μιλούν γι' αυτά τα θέματα. Είναι το μόνο πράγμα που μπορεί να βοηθήσει για να μπαίνει ο καθένας στη θέση του και να παίρνει ο καθένας ό,τι του αξίζει. Πρέπει να καταλάβουν κάποιοι, όποιοι, ότι δεν μπορούν να κάνουν ό,τι θέλουν, να λένε ό,τι θέλουν και να χρησιμοποιούν την εξουσία τους στη δουλειά - όχι μόνο στον δικό

μας χώρο. Θαυμάζω τις γυναίκες που βγήκαν και μίλησαν!», τονίζει.

Ο έρως περνά από το στομάχι

Σε ό,τι αφορά τον έρως, η Ντορέττα ξεκαθαρίζει ότι είναι ένα κεφάλαιο που δεν έχει κλείσει για εκείνη. «Κανείς δεν θέλει να ζει μόνος του και, αν μου προκύψει κάτι τέτοιο, με μεγάλη μου χαρά... Αν είναι να 'ρθει, θε να 'ρθεί. Ο έρως είναι κινητήριο δύναμη. Υπό την επίρεια του έρως, πραγματικά αισθάνεσαι ότι μπορείς να μετακινήσεις βουνά. Είναι πολύ σημαντικός. Εγώ είμαι πολύ δοτικό άτομο όταν βρίσκομαι σε ανάλογη κατάσταση», λέει χαμογελώντας και παραδέχεται ότι ο έρως περνά από το στομάχι: «Σίγουρα ένα ωραίο δείπνο στην αρχή μιας γνωριμίας είναι ένας ωραίος τρόπος να σπάσει ο πάγος».

Αξέχαστη συνεργασία

Συγκινημένη θυμάται τη συνεργασία της με τον αξέχαστο **Τόλη Βοσκόπουλο** στην παράσταση «Μαριχουάνα stor»: «Ήταν μια συνεργασία που δεν πρόκειται ποτέ να ξεχάσω. Ήταν μια ευλογημένη στιγμή που θα θυμάμαι για πάντα. Πραγματικά, ο Τόλης ήταν ένας θαυμάσιος άνθρωπος και μεγάλος καλλιτέχνης. Δεν ξέρω αν θα βρεθεί ξανά στη ζωή μου συνεργασία που να μου κάνει μέσα μου τόσο μεγάλη διαφορά όσο αυτή με τον Τόλη. Ήταν πολύ επικοινωνιακός με όλους τους ανθρώπους του θιάσου, πάντα με το χαμόγελο, με αδιανόητο χιούμορ. Αν η αρχοντιά είχε όνομα, σίγουρα θα είχε το όνομα του Τόλη. Όταν έβγαινε στη σκηνή, το κοινό σπκωνόταν όρθιο και τον χειροκροτούσε για δέκα λεπτά».

Η ΤΕΛΕΥΤΑΙΑ ΘΡΥΛΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ

ΜΙΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ

ΟΜΟΡΦΗ ΠΟΛΗ

ΑΠΟΔΟΣΗ - ΣΚΗΝΟΘΕΣΙΑ
ΓΙΩΡΓΟΣ ΒΑΛΑΡΗΣ

Κοιτάζω μια γραμμή στο πεντάγραμμο
Που έχω μπροστά μου και σκέφτομαι
'Ότι αυτή και μόνο φτάνει για να σαρώσει
Σαν χάρτινο

29 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2021 / 9μ.μ.

ΚΑΤΡΑΚΕΙΟ ΘΕΑΤΡΟ

3 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2021 / 9μ.μ.

ΘΕΑΤΡΟ ΒΕΑΚΕΙΟ

ΠΡΟΠΩΛΗΣΗ ΕΙΣΙΤΗΡΙΩΝ
www.ticketservices.gr



realfm97.8
το αληθινό ραδιόφωνο



Realnews
Η ΑΛΗΘΙΝΗ ΕΞΗΜΕΡΕΣΙΑ

Real.gr

ΣΥΜΜΕΤΕΧΕΙ

Η ΛΑΪΚΗ ΟΡΧΗΣΤΡΑ
«ΜΙΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΑΚΗΣ»