

МАКСИМ

МАЙ 2006 4.95 лв.

СВАТБЕН СЕЗОН Е!

302

и сеи
за празника

ексклузивно!
АЛБЕНА
и МАКСИМ
за живота си
извън
спорта

КОНСТАНТИН

роден
под щастлива
звезда

ЛЮБОВТА НА
ЗВЕЗДИТЕ
СЪС ИЛИ БЕЗ БРАК?



Новият дом
на Деси
Банова

КАК ДА "редактираме"
ГАРДЕРОБА СИ

СТРОЙНА ФИГУРА БЕЗ ГЛАД

Лилия Стамболова, текст
Мони Франсес, снимка

ОТСКОРО В БЪЛГАРИЯ НАШУМЯ ЕДНА НОVA СИСТЕМА НА ХРАНЕНЕ, БАЗИРАНА НА СЕРИОЗНИ И ИНДИВИДУАЛНИ ИЗСЛЕДВАНИЯ. ПО НЕЯ СЕ ЗАПАЛИХА МНОГО ИЗВЕСТНИ ЛИЧНОСТИ. АКТРИСАТА НЕЛИ ТОПАЛОВА Е ЕДНА ОТ ТЯХ.

„Имах известен период минулата година, когато започнах да напълнявам. Хапвам нещо малко и като се кача на кантара, се оказва, че съм с половин килограм повече. Беше адски депресиращо – започва разказа си Нели. – Тогава срещамо случайно моя позната, която беше отслабната неузнаваемо и изглеждаше много добре. Тя ми разказа за този хранителен тест.“

Докато си говорим, наблюдавам Нели. За първи път я виждам без грим. Кожата ѝ е свежа и блестяща, тук-там посипана с малки лунички. Отслабната ѝ е изглежда енергична и отпочинала. Прави ми впечатление, че пие чай, но где шоколадови сладки. Последното е в абсолютно противоречие с всякакви известни диети и хранителни режими. „О – коментира тя – ако ти кажа, че изядам и по един шоколад на ден, но такъв, чито съставки са полезни за мен и въпреки това слабея!“ Това не ми звучи особено правдоподобно, честно казано, но е факт, че чинийката със сладки до края на разговора почти съвръща, а Нели си седи пред мен, отслабната.

Оказва се, че се е подложила на хранителния тест NOVO by Immogenics. Това е лазерно изследване на кръвта, което се прави в лабораториите Immogenics в Холандия, представени у нас от „Нютрон България“ ЕООД. Там анализират индивидуалната реакция на имунните кръвни клетки към екстракти от 180 храни.

ЧЕРВЕН СПИСЪК

СПИСЪКЪТ НА НЕЛИ

„Оказа се, че мога да ям страшно много неща – продължава актрисата. – Анюша, бекон, пашек и телешко месо, риба тон, много плодове, млечни продукти: чедър, пармезан, ементал, макарони, сладка царевица. А виж, пиянешкото месо, което по принцип се смята за по-димично, ми е в жълтия списък – тоест то е по-малко препоръчително за мен. В моя червен списък се включват, тоест



абсолютно забранени са ми фъстъците, сусамът, скаридите, мандарините, портокалите, крушите и аспержите. Не мога да ям и зелени салати, и киви. Представи си колко е полезно по принцип кивито, пълно с витамин С, а за мен се оказа токсично. Не искам да си спомням колко тонове киви съм изяла в живота си, мислейки си, че отслабвам и се грижа за здравето си."

ЕФЕКТ

Първото, което ще ви направи впечатление, е, че започвате да отслабвате. „Една седмица от началото на режима започнах да се вталявам – потвърждава моята събеседница. - Не спортувам, ям много сладко, но тъката ми се трансформира, поне така твърди моят масажист.“ Другите положителни резултати са, че се подобрява метаболизъмът ви и се активизират процесите за превръщането на мазнините в енергия, повишава се способността на организма да преработва и асимилира хранителните вещества, осигурява се изчистването му от токсини и работата на имунната система. „Чувстваш се зареден с енергия“, твърди Нели.