

# «LA RICETTA DELLA FELICITÀ? NON BERE, NON FUMARE E FARE IL PANE IN CASA»

«Amo la macrobiotica e curo il benessere di corpo e mente», dice la showgirl

Intervista di **Luciano Manzotti**

Roma - Maggio

**L**a sua *Domenica in... Amori* è ormai in dirittura d'arrivo e porta con sé un successo inaspettato. Il suo spazio dedicato ai sentimenti, con le lettere dei telespettatori e i commenti di Luca Giurato, hanno trovato un notevole riscontro di pubblico. E il merito è pure della bella e raffinata Sonia Grey, 42 anni, milanese, dopo tanti anni di conduzione televisiva, è stata riconfermata come "signora della domenica" anche per la prossima stagione.

## «Molti amano le nostre storie»

«Un risultato che ci riempie tutti di gioia», spiega la Grey. «Era una scommessa per tutti noi, soprattutto per gli autori che ci hanno messo veramente l'anima. Inizialmente, infatti, il nostro programma sembrava uno spazio atipico e invece c'è una grossa fetta di pubblico che ama le storie che raccontiamo».

**Hai raccontato tante storie d'amore, da Fellini e la Masina a quella della Loren con Ponti, passando per Grace**

**Kelly e il Principe di Monaco: qualcuna ti ha colpito in modo particolare?**

«Mi ha colpito soprattutto constatare che ci sono state tante donne che hanno vissuto all'ombra di mariti così importanti, cercando di essere presenti, ma senza esporsi troppo. Donne che, in nome dell'amore, hanno saputo stare al loro posto, con grande dignità».

**Da grande esperta di amori, impossibile non chiederti come vedi la coppia del secolo, William e Kate?**

«Rimango sempre sconvolta da come il loro popolo riesca ad appassionarsi alle loro vicissitudini personali con un'enfasi eccessiva. Ma quella coppia mi piace: sono giovani, carini, hanno personalità. Sono sicura che ci sorprenderanno per le loro scelte atipiche. Magari più avanti, mi piacerebbe fare una bella puntata su di loro».

**Nel frattempo, ti abbiamo visto come opinionista a *Ciak si canta*: com'è stata l'esperienza?**

«Ho molto feeling con Bellen e Francesco Facchinetti: sono simpatici e spontanei. Ma quest'esperienza è stata emozionante soprattutto perché mi





**LA SQUADRA** Sono i magnifici tre di *Domenica in* Lorella Cuccarini (45, sopra a sinistra), Massimo Giletti (49) e Sonia Grey. Confermata alla guida anche della prossima stagione, Sonia Colone, vero nome della Grey, ha cominciato la sua carriera Tv nel 1988, con la trasmissione *Dibattito* di Gianni Ippoliti su Italia 1, ma la fama è arrivata due anni dopo, quando Antonio Ricci l'ha scelta come prima infermiera sexy di *Striscia la notizia*.

## CHE FISICO!

Roma. È in splendida forma Sonia Grey (42 anni), la conduttrice *Domenica in... Amori*. Il suo segreto, come lei stessa ammette, è l'allenamento e l'alimentazione sana.

ha permesso di rivedere dei personaggi che sono stati dei miti della mia adolescenza. Umberto Tozzi in primis, conoscevo tutte le sue canzoni a memoria e riscoltarlo mi ha fatto cavalcare l'onda della nostalgia.

### Che ricordi hai della tua adolescenza?

«Provengo da una famiglia di origini operaie. In vita mia, prima di conoscere il mondo dello spettacolo, ho fatto anche lavori umili: la commessa, l'ambulante ai mercati. Ma tutto mi è servito, non rinnego nulla».

**Sul tuo sito, le cifre parlano chiaro: quasi mille puntate in diretta, undici varietà come di showgirl, 3623 ore di conduzione televisiva. Soddisfatta della tua carriera?**

«Sì, mi ritengo una donna fortunata. Tutto ciò che ho fatto è stato importante perché mi ha aiutato a crescere. Non

ci sono cose che non rifarei: in quel momento, quelli erano gli strumenti e le possibilità. Oggi mi sento pienamente appagata, anche sentimentalmente. Inutile chiedermi se ho dei sogni nel cassetto, semplicemente vorrei che tutto continuasse così come sta andando».

### Sei mamma di un bambino di dieci anni: come riesci a conciliare questo ruolo con la Tv?

«Sono una madre che cerca di crescere insieme al proprio figlio. Lo osservo con attenzione, cerco di essere molto presente senza essere ingombrante».

### Sei una patita della forma fisica: quali sono i segreti del tuo corpo perfetto?

«Per me si tratta di una vera e propria missione, ho sposato la teoria del benessere fisico. Lo sport è fondamentale: mi alleno e sono attentissima all'alimen-

tazione. In passato, sono stata vegana, ma per motivi di ordine pratico (con il lavoro che faccio era impossibile esserlo), ho accettato il compromesso, diventando vegetariana. Non bevo alcolici, non fumo, ho la passione per la macrobiotica. Mi faccio addirittura il pane in casa. Non mi costa fatica: quello che cerco è l'equilibrio, il benessere del corpo e della mente».

### Per questo, hai stretto una collaborazione con l'Osservatorio Sanità e Salute?

«Spesso vengo chiamata per moderare diverse conferenze. Ora, sto anche per laurearmi in Scienze della Comunicazione. E vi confesso che se un giorno questa mia favola nello mondo dello spettacolo dovesse finire e la mia vita dovesse cambiare, ho piani e progetti alternativi che mi renderebbero comunque molto felice...».

5