

№30
(1250)
27 июля
2022
среда

Телемир

TM
16+

Твоя любимая газета

«Сахалинская оконная компания»
ОКНА и БАЛКОНЫ из ПВХ **БЕСПРОЦЕНТНАЯ РАССРОЧКА ОТ КОМПАНИИ**

Изготовление, установка окон и дверей

Ремонт окон

Замена фурнитуры, стеклопакетов, уплотнителей

БАЛКОНЫ «ПОД КЛЮЧ»

ДЕЙСТВУЮТ СКИДКИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Пер. Дорожный, 19 ☎ 26-09-59

Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 279 А
www.sakhglaz.ru
@sakh_glaz

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

- при снижении зрения
- болях в глазах
- утомляемости глаз
- жжении, сухости, резах в глазах

290-440, 266-220

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № Л041-01185-65/00560890 выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ НА ДОМУ КОДИРОВАНИЕ

ежедневно до 21.00

☎ 25-81-55, 733-222

АНОНИМНО

Лицензия ЛО-65-01-000562 от 09.09.2013 г. выд. мин. здравоохран. Сах. обл.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

ООО «Мегаресурс благополучия человека»

МЕДИЦИНСКИЕ РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ДЕЗИНФЕКЦИОННЫЕ СРЕДСТВА, ПЕРЕВЯЗКА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН

Подлежит обязательной сертификации

ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3
Т.: 22-08-79, 46-82-50
E-mail: mbch_sakh@mail.ru

Бен Аффлек:
«Я совсем не умею танцевать!» **7**



Сегодня весь мир обсуждает свадьбу Дженнифер Лопес и Бена Аффлека. По этому случаю вспоминаем интервью актера для ELLE, которое он дал после выхода криминальной драмы «Закон ночи». Американский актер, кинорежиссер, сценарист, продюсер и лауреат двух премий «Оскар». Через месяц ему исполнится 50, а он снова счастливый молодожен. Накануне выхода криминальной драмы «Закон ночи» Жанна Присяжная поговорила с ее главным героем о личной гордости и танцевальных предубеждениях.

Что делать, когда у тебя, как у Бена Аффлека, все есть? Любовь, популярность, трое очаровательных детей, миллионы долларов на банковском счету и успешный бизнес. А еще самые престижные награды, которые только существуют в профессиональной индустрии - от французского «Сезара» до голливудского «Оскара».

Польза и вред персиков

Подробности на стр. 12 и 13

ООО «ГК «ВОДГЕО», ОГРН 1056500608152, г. Южно-Сахалинск, ул. Комарова, 1

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках



Телефоны:
40-80-80
40-80-40

ПРАЧЕЧНАЯ САМООБСЛУЖИВАНИЯ с промышленным оборудованием

Стирка (от 20 до 50 минут) до 12 кг - 200 р. Сушка - 100 р.

Ул. Тихая, 104 (звезд с ул. Западной) ☎ 47-03-47

МЫ ОТКРЫЛИСЬ! ТЦ «Калинка»!
инкольный этаж, ул. Сахалинская, 65

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ с обсадкой

Гарантия

28-79-37
8-914-758-79-37

Реализация ПЕСКА И ЩЕБНЯ

ДОСТАВКА ОТ 1 КУБА

8-914-648-38-34

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ

СТРОИТЕЛЬСТВО

ДОМОВ, ОФИСНЫХ И ТОРГОВЫХ ОБЪЕКТОВ, БАНЬ, ПРИСТРОЕК, ЗАБОРОВ, ДАЧНЫХ ДОМИКОВ, БЕСЕДОК, ВОРОТ, НАВЕСОВ, ДЕТСКИХ ПЛОЩАДОК

Внутренняя и наружная отделка, ремонт квартир, перепланировка, водоснабжение, водоотведение, проведение электропроводки, проектирование объектов

СКИДКИ

индивидуальный подход

Пр. Мира 56/3, офис 308. Тел.: 444-777

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН **Стиль Купе**

от дизайн-проекта до монтажа

Режим работы:
пн. - пт. - с 10.30 до 17.30,
сб. - с 11.00 до 15.00,
выходной - воскресенье

РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА

г. Южно-Сахалинск, ул. Железнодорожная, 27 (ТЦ «Караван»), 3-й этаж, тел. 5-000-88

СБТ65

Тел. 390-111, сайт: Сбт65.рф E-mail: 278266@mail.ru



ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ

- БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ
- СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ
- АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА
- УСЛУГИ ЭКСКАВАТОРА И ПОГРУЗЧИКА

КОМПАНИЯ «СЕВЕР»

ПИЛОМАТЕРИАЛ

ТЫМОВСКИЙ ЛЕС В АССОРТИМЕНТЕ В НАЛИЧИИ

БРУС, ДОСКА, БРУСОК ель, лиственница (длина 4 м, 5 м, 6 м) И НА ЗАКАЗ РУДСТОЙКИ

28-55-43

АСТВ **Самые оперативные новости Сахалина**

Телефон редакции: 49-15-45
☎ 8 (962) 125-15-15



СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

| одной строкой

ПОСЛЕ жалоб горожан на недостаток автобусов на линию Южно-Сахалинск – Долинск поставили дополнительный автобус.

СЕЙСМОСТАНЦИИ зарегистрировали землетрясение у юго-западного побережья Сахалина. Подземный толчок произошёл в 5:43 25 июля. Эпицентр располагался в 80 километрах от села Шебунино Невельского района.

НЕИЗВЕСТНЫЙ автомобиль сбил 13-летнюю девочку на пешеходном перекрестке в Новоалександровске. По словам матери пострадавшей, за рулём находилась женщина. Удостоверившись, что серьёзных последствий ДТП нет, она уехала с места.

АКЦИЯ «Подари книгу» проходит в арт-резиденции «Маяк» с 21 по 31 июля. Все собранные книги передадут в УФСИН.

СТАЯ собак в Южно-Сахалинске напала на девочку со шпирцем. В результате питомец погиб, ребёнка увезли в травмпункт. Трагедия произошла у дома № 76 на улице Вокзальной.

ДЕВОЧКА-ПОДРОСТОК получила ожог ноги при посещении fumarольного поля вулкана Баранского на Итурупе. Медики назначили школьнице амбулаторное лечение.

В ГОРОДСКОМ парке Южно-Сахалинска 23 июля запустили новый экстремальный аттракцион. «Бумеранг» одновременно может вместить в себя до 10 человек.

ФУТБОЛЬНЫЙ клуб «Сахалин» проиграл первую игру нового сезона сборной Рязанской области со счетом 0:3. Матч проходил на островном стадионе «Спартак».

Школу в Никольском ликвидировать не будут

По инициативе губернатора Сахалинской области Валерия Лимаренко было отменено решение, принятое ранее администрацией Углегорского района. С просьбой не закрывать образовательное учреждение к Валерию Лимаренко обратились жители села и работники школы.

- По поручению главы региона я провела собрание с жителями села, на котором мы обсудили возможные варианты обучения юных островитян, - подчеркнула областной министр образования Анастасия Киктева. - Пришли к выводу, что школу обязательно нужно сохранить. Для этого есть сразу несколько весомых причин. Так, в образовательном учреждении занимаются дети с ограниченными возможностями здоровья – родители боятся, что ребятам будет непросто адаптироваться



к новым условиям. Кроме того, в учреждении имеется дошкольная группа, без которой жителям села будет очень тяжело. Также опасения вызывает нерегулярность транспортного сообщения.

Отметим, в сельской школе обучаются 40 ребят из Никольского, Ольховки и Углегорска. В образовательном учреждении трудятся девять педагогов. Напомним, ранее администрация Углегорского района

разместила постановление о ликвидации общеобразовательной школы в Никольском. Родителям обучающихся предлагалось выбрать между школами Углегорска и Краснополья.

[ЗДОРОВЬЕ]

Лиц. № 77-01-001395 от 10.08.2011 г., выд. Деп. здравоохран. г. Москвы

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ

анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00

ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич

Т.: 41-86-86, 8-984-184-45-25

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Лиц. NO 6502 № 000155 от 25.11.2011 г., выд. Деп. здрав. Сах. обл.

ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ

ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.

ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3
Т.: 22-08-79, 46-82-50
E-mail: virgo_sakh@mail.ru

ТАТУАЖ

губ, глаз, бровей, перделка старых работ, удаление татуажа

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

40-40-76, 8-962-580-40-76

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31

[СТРОЙКА]

ПИЛОМАТЕРИАЛ ТЫМОВСКИЙ ЛЕС

2, 3, 4 СОРТА по СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ ОПТОМ И В РОЗНИЦУ

www.pilomat.tonsakh.ru **267-789**

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА

Остекление, отделка, расширение от 12000 руб.

КАЧЕСТВО

УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ

От 4000 руб.

27-86-32

УСЛУГИ ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА

Работы любой сложности. Выезд, закупка материалов БЕСПЛАТНО. Цены приемлемые. Пенсионерам скидка.

41-41-50 8-962-581-41-30

ТЕПЛИЦЫ

Усиленные с двойной дугой Сотовый поликарбонат

Размеры: 3x4; 3x6; 3x8; 3x10 и т. д.

ПАРНИКИ 1.4x2x1м «ХЛЕБНИЦА» 39-76-08

Ремонт квартир, офисов и домов

603-808

Выставка к юбилею

В Южно-Сахалинске открылась фотовыставка к 140-летию города. Это уже третий авторский вернисаж известного сахалинского фотолюбителя Владимира Чуйко.



Проект «ОБЪЕКТИВная РЕАЛЬНОСТЬ» состоит из двух циклов. Первая экспозиция называется «Мой Южный». Она посвящена 140-летию островной столицы. Выставка объединила работы, сделанные за последние два года. Несколько фотографий стали победителями конкурсов. Один из снимков будет использован в оформлении почтового конверта, посвященного Южно-Сахалинску. А вот смысловым центром стала фотография, давшая название

телевизионной вышки Южно-Сахалинска: Владимир много лет трудится в сфере телерадиовещания. - Живу почти 50 лет в Южно-Сахалинске, - отметил автор. - Последние годы он очень сильно меняется. Накануне пересматривал свой фотоаль-

бом, который издавал в 2012 году. Прошло 10 лет, но это уже такая глубокая история. Город стал совершенно другим. Один из гостей мероприятия Александр Малахов рассказал, что на выставку Владимира Чуйко попал впервые. - Решил наверстать упущен-

ное, прийти, посмотреть работы, чему-то поучиться, задать вопросы, - сказал он. - Очень понравились снимки, сделанные утром и ночью. От имени мэра присутствующих приветствовал управляющий делами администрации Южно-Сахалинска Вячеслав Кожухов. Он поблагодарил Владимира Чуйко за вклад в культурную жизнь областного центра и пригласил к сотрудничеству при создании фотоальбома к юбилею города. Выставка работает в стеклянном павильоне городского парка. Вход свободный. Вторая экспозиция - «Сахалинские пейзажи» - откроется через несколько недель. Напомним, в рамках фотовыставки также будут проводиться краеведческие лекции об истории Южно-Сахалинска.

«Авангард» ждет юных островитян

1300 сахалинских школьников отдохнут в новом патриотическом лагере «Авангард» в этом году. Военно-патриотические центры создаются во всех регионах страны по инициативе президента Владимира Путина. На Сахалине для «Авангарда» выделяют часть территории учебно-тренировочного центра «Восток».



- Первая смена стартует уже в августе, - рассказал губернатор Валерий Лимаренко. - Очень важно обеспечить все условия для занятий и комфортного пребывания старшеклассников. У нас есть для этого обустроенная база, грамотные преподаватели и тренеры, увлеченные ребята. Поэтому работу необходимо развернуть максимально эф-

фективно. На базе «Востока» для юных патриотов выделен жилой и учебный корпус, предусмотрена открытая площадка с полосой препятствий. Ребята будут изучать основы строевой и тактической подготовки, первой медицинской помощи, ориентирование на местности, робототехнику и беспилотные

летательные аппараты. В программе также – посещение музейно-мемориального комплекса «Победа» и исторического парка «Россия – моя история» в Южно-Сахалинске, спортивные соревнования, творческие вечера, выезды на стрельбы. - Смены «Авангарда» будут разной направленности,

- рассказал руководитель агентства по делам молодежи Сахалинской области Дмитрий Смекалов. - 15 августа ожидается заезд 180 ребят практически из всех районов Сахалина и Курил. На протяжении трех недель старшеклассники будут проходить начальную военную подготовку и готовиться к параду 3 сентября в честь окончания Второй мировой войны. С 5 сентября военно-патриотический центр заработает в круглогодичном режиме. Помимо тематических трехнедельных смен, будут проводиться короткие смены и учебные сборы продолжительностью пять дней. Планируется, что в следующем году такую подготовку в «Авангарде» пройдут 3300 старшеклассников.



АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

Аккаунты в социальных сетях: vk.com/yuzhnosakhalinsk_official, facebook.com/yuzhnosakhalinsk, instagram.com/yuzhnosakhalinsk_official



В Южно-Сахалинске борются с борщевиком Сосновского



ФОТО yuzhno-sakhi.ru

Администрация Южно-Сахалинска ежегодно принимает меры по ликвидации борщевика Сосновского на муниципальных земельных участках. В этом году планируется уничтожить опасное растение на 125 гектарах.

Отметим, рекомендации по борьбе с борщевиком разрабатывает филиал Россельхозцентра по Сахалинской области. Большинство методов применяются на территории городского округа. Так, впервые в этом году специалисты подрядной организации использовали способ удаления точки роста борщевика. Подробнее об этой

практике уничтожения сорняков рассказал представитель подрядной организации Владимир Ковальчук.

- Работы у нас много, с борщевиком надо бороться регулярно, - рассказал Владимир Ковальчук. - Эффективным методом борьбы в городской черте является выкапывание корневой системы борщевика на глубине до 20 сантиметров. Это хорошо работает, когда необходимо избавиться от единичных растений.

На больших территориях, захваченных борщевиком, применяют скашивание, этот процесс необходимо проводить неоднократно. Использование свето-

непроницаемого геотекстиля - один из успешных методов, который с недавних пор применяют в Южно-Сахалинске. Об этом сообщила начальник отдела охраны окружающей среды МКУ «Управление охраны окружающей среды и озеленения города Южно-Сахалинска» Алена Гвоздева.

- Метод с использованием мульчирующей пленки мы применили на участке по улице Горького, 25, - рассказала Алена Гвоздева. - На этом месте землю вместе с сорняками накрыли светонепроницаемым геотекстилем. В результате почва на участке прогрелась и рост сорняка прекратился, растения погибли. Самая напряженная ситуация по росту борщевика в северной части города, там мы применяем спецтехнику - трактор с телескопической косой. Хотелось бы напомнить землевладельцам о необходимости предпринимать меры по борьбе с борщевиком на своих участках.

Добавим, ликвидация борщевика силами муниципалитета ведется не только на землях города, но и на участках, где собственность не разграничена. Также используются химические методы борьбы на территориях, где их применение возможно.

Сергей Надсадин проверил ход капремонта Комсомольской



ФОТО yuzhno-sakhi.ru

В Южно-Сахалинске на финальную стадию выходит капитальный ремонт ул. Комсомольской на участке от ул. Емельянова до ул. Пуркаева. Выездное совещание на объекте провел мэр Сергей Надсадин. Участие в рабочем совещании также принял председатель областной думы Андрей Хапочкин.

Улица Комсомольская - одна из центральных артерий города, поэтому в числе основных требований - соблюдение графика выполнения работ и качество.

- Проект для нашего города уникален тем, что впервые работы затрагивают весь створ от фасада домов с одной стороны до фасада с другой, - отметил Сергей Надсадин. - Когда улица будет сдана в эксплуатацию, мы получим совершенно иное качество городской среды в этом районе.

На Комсомольской спроектированы велодорожки, удобная инфраструктура для пассажирского транспорта, безбарьерная пешеходная среда.

Как рассказал главный инженер подрядной организации СКФ «Спецстрой» Кирилл Рогозин, работы на объекте уже вышли на этап благоустройства. Перенесены все коммунальные сети - водопровод, канализация, линия элек-

тропередачи, идет установка дорожных бортовых камней, выполняется обустройство велодорожек, тротуаров и газонов.

Перед подрядчиком стоит задача - открыть участок для проезда ко Дню города. Планируется, что к этому сроку уже будет уложен нижний слой асфальта, проезд можно будет открыть и продолжить оставшиеся работы.

Срок окончания работ по контракту - начало октября. До этого времени будет смонтирована система фото- и видеонаблюдения, выполнена установка опор наружного освещения, автобусных павильонов, скамеек, а также укладка второго слоя асфальтобетонного покрытия на всем участке.

Работы ведутся в соответствии с графиком.



В областном центре прошла ярмарка в честь Дня торговли

Большая ярмарка, посвященная Дню работников торговли, прошла в областном центре. Свою продукцию представили более 40 хозяйствующих субъектов. Традиционно это сельскохозяйственные предприятия, крестьянско-фермерские и личные подсобные хозяйства, садоводы, предприятия пищевой и перерабатывающей промышленности, рыбопромышленного комплекса. В большом ассортименте были представлены овощи, ягода, рыбная и мясная продукция, полуфабрикаты, а также различная выпечка, кондитерские изделия, мёд, цветочная рассада и многое другое.

Как отметила директор департамента продовольственных ресурсов и потребительского рынка Римма Кузенкова, сегодня в сфере торговли занято более 17 тысяч южносахалинцев. Особое внимание уделяется развитию социальных магазинов, точек фирменной торговли. Большим спросом у жителей и гостей города пользуются тематические ярмарки, на которых можно приобрести всю необходимую продукцию, продегустировать блюда национальных кухонь мира, а также интересно провести время семьей.

- Сегодня мы отмечаем День работников торговли, - сказала Римма Кузенкова. - Это ключевая отрасль экономики, и нам есть чем гордиться. Производители неизменно поддерживают высокое качество продукции, радуют покупателей новинками и ассортиментом.

Традиционно на ярмарке была организована работа интерактивных площадок с мастер-классами, играми и развлечениями для детей.

- На ярмарках знакомых встречаем, общаемся, - поделилась впечатлениями горожанка Галина Ивановна. - Это особая атмосфера. И, конечно, здесь всегда можно



ФОТО yuzhno-sakhi.ru

приобрести самую вкусную продукцию. Без покупок не уходим.

Праздничное настроение покупателям также создавали южносахалинские артисты - фольклорный армянский ансамбль «Аракс», рок-группа «Перекресток», вокальная группа «Небо» и другие коллективы. Кроме того, гостей ждали увлекательные конкурсы и призы.



Как стать великим художником

Популярный арт-критик из Нью-Йорка Джерри Сальц в колонке для *Vulture* рассказал, что нужно знать и уметь всем начинающим художникам, если они хотят связать свою жизнь с большим искусством.

Шаг 1: ты дилетант

Первые напутствия тем, кто только начинает.

Урок 1: Не смущайся. Искусство - всегда откровение. Порой это все равно что прилюдно раздеться. И всегда найдутся люди, которые скажут, что это глупо, слишком странно, противно и некрасиво. Не закливайся на их мнении. Искусство не обязано быть абсолютно понятным для всех. Оно даже хорошо быть не обязано.

Урок 2: «Рассказывай свою собственную историю - и ты будешь интересна», - Луиза Буржуа. Не пытайся подстраиваться под чьи-то представления о том, каким должно быть настоящее искусство. Будь собой, твори искренне и от себя. Но помни, что даже твоя индивидуальность еще не гарантия, что на тебя тут же обратят внимание. Начинать с малого и заслужить это внимание.

Урок 3: Не бойся подражать. Все мы начинаем как подражатели. Перенимаем и заимствуем что-то у тех, кто был до нас. Главное - не слепо копировать, а адаптировать чужой опыт под себя. Повторяй, но делай это по-своему. Найди свой материал, свой стиль, внеси собственное «я» в свои работы.

Урок 4: Искусство - это не про понятность. И даже не про мастерство. Оно - про процесс и опыт. Не думай о том, что тебя обязательно должны правильно понять. Смысл искусства не в этом. Воображение - вот что тебе необходимо. Сентиментальность и недостаток эмоциональности - твои враги. Любовь к тому, что ты делаешь, - твой главный помощник.

Урок 5: Работай, работай и еще раз работай. Все мои знакомые художники и писатели уверяют, что работают даже во сне. Я тоже так делаю. И тебе советую. Не отчаивайся и не сдавайся. Если ты постоянно совершенствуешься, рано или поздно у тебя получится то, к чему ты стремишься.

Шаг 2: с чего наконец начать

Инструкция по применению.

Урок 6: Начни с карандаша. Танцуй под музыку искусства: бери карандаш и рисуй все, что угодно. Начни с линий любого размера: попробуй нарисовать их разной толщины, рисуй разными руками, на камнях, дереве, салфетках - где угодно. Экспериментируй и ощути отдачу от того, что ты делаешь. Укрась кружку своими рисунками и спроси увидевших ее, какие эмоции у них вызывает предмет твоего искусства. И не думай о правильности своих действий, расслабься.

Теперь рисуй не линии, а предмет напротив тебя. По-разному: реалистично и абстрактно. Так ты почувствуешь пространство, свет, тень и текстуру.

Урок 7: Практикуйся. Рисуй то, что видишь. Едешь в автобусе - сделай зарисовку рук пассажира, который сидит рядом с тобой или стоит неподалеку. Можешь нарисовать части своего лица, смотря в зеркало. Главное - играй с масштабом и рисуй. Много. Пробуй все подряд.

Урок 8: Переопредели навыки. Шедевральность и художественное мастерство не имеют ничего общего с точностью и техническим мастерством. Это то, как ты видишь. Как только ты умеешь показать. Шедеврально то, что оригинально.

Урок 9: «Заклужи мысль в материю», - Роберта Смит. Что это значит? Объект должен выражать идею, а искусство должно содержать эмоции. И эти идеи и эмоции должны быть доступными для понимания.



Вот пример. Зимой 1917 года 29-летний Марсель Дюшан купил писсуар в J.L. Mott Iron Works на Пятой Авеню. Подписал его «R. Mutt 1917» и назвал композицию «Фонтан». И представил его на выставке Общества независимых художников. «Фонтан» - художественный эквивалент Слова во плоти, объект и идея одновременно. Он говорит: что угодно может быть искусством. Сегодня его считают одним из самых значимых произведений искусства двадцатого века.

Урок 10: Найди свой собственный голос. Если кто-то говорит тебе, что твои работы похожи на чьи-то еще и поэтому тебе пора остановиться, не слушай его. Не останавливайся. Продолжай в том же духе. Повтори то же тысячу раз. Если и после этого кто-то, кому ты доверяешь, скажет, что твои произведения слишком напоминают чужие, попробуй найти другой путь.

Урок 11: Слушай безумные голоса в твоей голове. У меня в голове целая команда врагов, друзей, критиков и советчиков - все они делают замечания и дают советы. И никто из них не бывает жестоким. Я часто использую музыку. Например, решаю: «Начну эту работу с большим «бух!», как Бетховен...» или «Этой хорошо пойдет под Led Zeppelin».

Выдающиеся авторы настоящего и прошлого, любимые исполнители... Эти голоса всегда помогут, когда становится трудно.

Урок 12: Знай, что ты ненавидишь. Спойлер: почти наверняка это ты.

Составь список из трех художников, которые тебе категорически не нравятся. К каждому из них добавь по пять вещей, которые у них особенно неприятны. Очень часто в таких списках оказывается то, что есть у тебя самой.

Урок 13: Собирай отбросы. Энди Уорхол говорил: «Я люблю работать с тем, от чего отказались другие, что они посчитали недостойным». Самобитность и новизна не исчезли, даже если кто-то убеждает, что «все уже было». Нужно лишь найти их. Забытые идеи и образы, которые кто-то забраковал, могут стать твоим открытием.

Шаг 3: научись думать как художник

Это самая веселая и интересная часть.

Урок 14: Сравнивай кошек и собак. Позови собаку - и она подойдет к тебе и положит голову на колени. Позови кошку - и она придет посмотреть на тебя, но к тебе может так и не прикоснуться. Кошкам не нужен прямой контакт. Они общаются не напрямую, а абстрактно, посредством чего-то третьего. Художники - как кошки. И их тоже нельзя приручить.

Урок 15: Пойми, что искусство не только для того, чтобы на него смотрели. Последние лет сто искусство преподносится нам в белых, почти стерильных помещениях с хорошим светом. Люди смотрят на картины и проходят дальше. Но искусство - это действие! Оно должно вызывать чувства!

Какое произведение искусства доводило тебя до слез? Вспомни, что именно в нем вызвало у тебя все эти эмоции. Запиши - и повесь список в своей студии.

Урок 16: Осознай различие между материей предмета и его содержанием. Один из самых важных уроков. Когда будешь смотреть на произведение искусства, первым делом обрати внимание на материал, а затем перестань его видеть. Постарайся понять содержание произведения. Оно чувственное или интеллектуальное? О чем, по-твоему, думал автор? Почему эта картина или скульптура должна быть в музее? Почему нет? Хотела бы ты жить с этим произведением?

Задавай себе вопросы - и отвечай на них. Сравнивай разные картины с похожими сюжетами, находи в них различия...

Урок 17: Научись видеть, как можно больше. Критики смотрят так: они отходят, подходят поближе, присматриваются, оценивают всю выставку, сравнивают работы друг с другом, припоминают прошлые работы автора, его успехи, провалы, способности и достижения.

Художники смотрят иначе: они подходят максимально близко к произведению, изучают

каждую деталь, текстуру, материал, обработку, они прикасаются руками, рассматривают края и заглядывают за изнанку произведения.

Что они делают? Художники скажут: изучают, как это сделано. Я скажу: воруют. И правильно делают! Даже плохое искусство учит не меньше, чем хорошее. Может, даже больше.

Урок 18: Любое искусство - личное. Потому что любое произведение искусства создает человек. Есть художники, которые заявляют, что искусство должно быть полезным для нас. Но им нужно понять, что есть так же много способов быть полезным, как и самих произведений искусства.

Урок 19: Все искусство когда-то было современным. Не забывай, что все создается для своего времени и в ответ ему. Возможно, эта мысль поможет тебе быть более открытой и лучше понимать то, что ты видишь. Поступай так же.

Шаг 4: войди в мир искусства

Гид по выживанию в змеиной яме.

Урок 20: Смирись с тем, что денег у тебя, скорее всего, будет мало. Мы видим эти баснословные суммы, за которые продают картины, и думаем, что все художники купаются в роскоши и гламуре. Лишь единицам из множества действительно удается заработать на своем творчестве. Ты можешь чувствовать себя недооцененной и недопризнанной. Печально. Перестань жалеть себя. Ты не ради славы этим занимаешься.

Урок 21: Определение успеха. Самые очевидные ответы: деньги, счастье, свобода, признание, «делаю что хочу». Но не все успешные люди счастливы. Успех и счастье часто вообще не идут вместе.

Истинное счастье - всегда иметь время на любимое занятие.

Но нужно ведь на что-то жить. И вот ты целыми днями сидишь в офисе, чтобы заработать денег. У тебя нет времени на творчество. Ты начинаешь хандрить... Но ты ведь креативный человек и наверняка найдешь возможность творить. Раз



в неделю. Два дня в неделю. Ты можешь найти работу с частичной занятостью.

И вот ты уже не хандришь. У тебя больше времени на творчество и общение. Ты уже на пути к успеху. А теперь принимайся за работу. Или уходи из художников.

Урок 22: Нужно всего несколько человек, чтобы сделать карьеру. Один человек, который в тебя очень верит и помогает в продвижении, - дилер. Пять-шесть коллекционеров, стабильно покупающих твои работы. Два-три критика твоего возраста, которым важно твоё искусство. И всего несколько кураторов, которые бы устраивали выставки с твоими работами.

Урок 23: Учись писать. Художнику нужно уметь донести свою мысль. Только без пафоса. Будь проще, «глупее». Забудь о жаргонизмах и заумных словах. Не цитируй великих. Они все крутые ребята, но не надо их цитировать. Создай свою теорию. Людям, которые заявляют, что ненавидят теорию или обходятся без нее. Это и есть ваша теория, болваны!

О важных вещах сложно говорить. Если у тебя получается что-то высокопарное - лучше не пиши вообще.

Шаг 5: Как выжить в мире искусства

Психические стратегии борьбы с уродством (внутри и снаружи).

Урок 24: Художники обязаны быть вампирами. Ходи на открытия, мероприятия и вечеринки, где ты можешь общаться с себе подобными. Лучше общаться лично, но и онлайн можно. Вы будете сражаться и любить вместе, изобретать новые языки, поддерживать друг друга и делиться силами идти дальше. Именно так ты сможешь изменить мир и свое искусство.

Урок 25: Научись справляться с отказами. Самый популярный роман Стивена Кинга «Керри» в издательствах возвращали 30 раз. The Beatles отказали в Decca Records, где считали, что «группы с гитарами выходят из моды». Картины Мане называли вульгарными.

Важно быть восприимчивой к критике, но нарастить толстую кожу, чтобы замечания не ранили тебя. Может, ты опережаешь свое время и современники пока не готовы тебя понять.

Обычно я своим критикам говорю: «Вы можете быть правы».

Урок 26: Сделай зависть своим врагом. Зависть ослепляет и мешает творить, убивая в тебе художника. Не смотри на других с завистью, а просто работай и твори.

Урок 27: Иметь семью - это хорошо. Многие в искусстве, особенно женщины, верят в правило: семья и дети вредят карьере. Это глупо. Быть родителем в каком-то смысле все равно что быть художником. Постоянный хаос и счастье, сумбур и масса эмоций.

Шаг 6: Обрети галактический мозг

Космические эпиграммы Джерри.

Урок 28: То, что тебе не нравится, так же важно, как то, что тебе нравится. Никогда не говори «никогда»! То, что не нравилось тебе вчера, может понравиться тебе завтра.

Урок 29: Искусство - форма познания себя. Искусство не менее и не более важно, чем философия, религия, экономика или психология.

Урок 30: «Художники не владеют смыслом своего творчества», - Роберта Смит. Запомни: каждый увидит в твоём произведении - в любом произведении - что-то свое. Не пытайся доказывать и навязывать свое видение.

Урок 31: Все искусство субъективно. Каждое прочтение книги может открывать в ней что-то новое. Каждый раз, глядя на одну и ту же картину, ты можешь увидеть что-то, на что раньше не обращала внимания. Произведения искусства постоянно меняются, и ты всякий раз ловишь себя на мысли: «Как я раньше это не замечала?»

Это самое удивительное свойство искусства: оно статично, но никогда не бывает одинаковым.

Урок 32: Ты должна ценить уязвимость. Твои работы могут раскрывать самые потайные ящички из твоей жизни, даже если ты «против». Ты готова к этому?

Урок 33: Разрешай себе бредить. Демоны постоянно разговаривают с нами. Они могут отговаривать тебя от многих творческих идей, твердить, что ты недостаточно хороша и твои работы ничего не достойны.

Инвентарь начинающего художника

Краски. Масляные краски бывают стандартными, работают с ними разбавителем, а бывают водорастворимыми. Они отличаются лишь тем, что во вторые добавлена специальная жидкость, которая позволяет взаимодействовать воде и маслу. Для многих художников такой тип масляных красок - дикость. Но на самом деле это очень хорошая альтернатива для тех, кто не хочет иметь дела с разбавителями.

Важно знать из чего же делают масляные краски. Обычно это пигмент, масло и скипидар. Пигменты бывают натуральными и синтетическими, конечно же, в зависимости от вида варьируется как цена, так и насыщенность цвета. Масло также имеет свои разновидности - ореховое, льняное, конопляное, софлоровое и маковое.

Новичкам лучше всего выбрать синтетические, чтобы опробовать себя в этой технике и понять, пойдет ли дело дальше.

Кисти. Этот пункт является одним из самых важных. Это идеальное орудие для идеального выражения задумки автора и текстуры картины. Именно от кисти зависит, будет ли ложиться краска так, как нужно, сможете ли вы выделить мелкие детали и сделать картину более глубокой, живой.

Из какого материала бывают кисти:

- из синтетического волокна;
- из натурального волокна (грубой свиной щетины, а также из пушных животных, таких как соболь).

Натуральные кисти относительно дорогие. Но их качество говорит само за себя - кисточка сохраняет форму с набранной краской и принимает точно такую же после мазков.

Какой формы бывают кисти:

- плоские кисти - длина больше ширины, имеют прямоугольную форму. Если смотреть сбоку - выглядят плоскими. Являются самыми практичными: можно сделать широкий, треугольный при скручивании мазок и узкую линию. Также это основная кисть для смешивания красок;

- полукруглые плоские - кисточки, которые первоначально были сделаны круглыми, а потом стали расплюснутыми. Позволяют контролировать точность контура, если его форма необычная и неправильная;

- ретушные - плоская кисть с подрезанным под углом кончиком. Обычно делают из синтетического волокна. Используются для цветных планов, эскизов, так как делают четкие острые углы. Отлично справляются с цветовыми переходами, делая их менее грубыми;

- веерные - также плоские, имеют не очень густой пучок, похожий на веер. Необходимы для создания тонких цветовых растяжек, можно использовать для снижения контраста между контурами и фактурой;

- «кошачий язык» - плоская кисть купольной или овальной формы. Можно писать как обычной плоской кистью, а в перпендикулярном положении к поверхности - как круглой. Лидер среди кистей в переходах от одного цвета к другому;

- трафаретные - кончик носа такой кисти тупой и плоский, а мазки нужно наносить на холст вертикальными ударами;

- линейные - вариация круглых кистей с тонким и длинным волосом. Идеально подходят для

тонких линий, длинных мазков и для нанесения надписей.

Палитра. Палитра - важная вещь для художника, в ней смешивают краски и получают новые нужные цвета. Её можно держать в руке или положить рядом на стол, как удобно. В продаже есть в трех вариациях - стекло, плексиглас (оргстекло) или дерево.

Нужно помнить о том, что уход за палитрой зависит именно от материала, из которого она сделана. Деревянную палитру перед использованием обязательно нужно протереть льняным маслом и вытереть насухо. Сразу после использования промыть, натереть маслом и опять же вытереть.

Стекло более легко в использовании - не обязательно удалять остатки красок сразу же после рисования, так как с него они счищаются даже в засохшем виде.

Палитру из плексигласа также желательно сразу очистить, несоблюдение этого правила приведет к тому, что вы можете поцарапать материал, пытаясь отделить от него засохшую краску.

Разбавитель. Эта жидкость нужна для того, чтобы сделать краски менее густыми для комфортного процесса.

Используют обычно один из трех - льняное масло, петролеум или же тройник. Петролеум станет незаменим для аллергиков, а также для тех, кто попросту не переносит резких запахов, так как эта жидкость его не имеет.

Холст. Собственно материал, на котором художник пишет картину. В наше время имеется огромное разнообразие холстов, которые могут озадачить и смутить любого новичка. Но не стоит пугаться. На самом деле все просто - обычно они изготавливаются из льна либо хлопка. Именно свойство материала придает им зернистость, бывают мелкозернистые, среднезернистые, крупнозернистые.

Если нужно четко прорисовывать каждую деталь - лучше приобрести мелкозернистый холст, этот вид также позволяет делать плавные переходы от одного цвета к другому. Если же вы решили рисовать большими мазками и просто прорисовывать контуры объектов - подойдут крупнозернистые и среднезернистые холсты.

Также холсты продаются на картоне или сразу в подрамнике, что очень упрощает процесс превращения обычной картины в картину, крепящуюся к стене.

Средство для снятия краски с кисточек. Нужно помнить о том, что после процесса рисования необходимо тщательно очищать не только палитру, но и кисти. Своевременная забота об этом важном орудии обеспечит вам комфорт при следующем занятии живописью.

Для этого можно купить растворитель уайт-спирит для масляных красок, либо делать это тем растворителем, которым вы разбавляли краски. Кроме того, на этикетке тюбика краски может быть указано, чем именно её нужно растворять.

Посудина для мытья кистей. Можно либо купить в лавке художника специальное маленькое ведерко для этого дела, либо взять то, что есть под рукой: маленькую баночку либо старую ненужную чашку.

Прекрасное настроение. Картины, которые рисует художник, всегда идут из души. Этот процесс таинственный и прекрасный. Заниматься живописью означает принадлежать самому себе и всему миру одновременно. Поэтому обязательно подходите к этому замечательному занятию с хорошим настроением, расслабленными, одухотворенными. И тогда вы получите результат, который покорило любое воображение.



Губернатор встретился с жителями Долинска



В Долинском районе благоустроят поликлинику, приобретут оборудование для акушерского отделения и построят ФАП. Об этом стало известно во время встречи губернатора Сахалинской области Валерия Лимаренко с жителями района. Здравоохранение традиционно стало одной из ключевых тем мероприятия.

Жительница Долинска Любовь Прокопович поинтересовалась сроками благоустройства городской поликлиники. По поручению главы региона территорию учреждения приведут в порядок в течение трех месяцев.

- Сегодня был на объекте, увидел все недочеты, - подчеркнул губернатор Валерий Лимаренко. - Конечно, в таком состоянии территорию оставлять нельзя. Поставил задачу - в кратчайшие сроки провести благоустройство.

- Рабочие уложат новый асфальт, в том числе на автомобильной парковке, - рассказал областной министр

здравоохранения Владимир Кузнецов. - Предусмотрят гидроизоляцию и дренажную систему - это позволит полностью устранить проблему плохого отвода воды, которая возникает во время дождей. Рядом со зданием появятся лавочки. В 2023 году планируется отремонтировать фасад поликлиники.

Заведующая акушерским отделением Долинской ЦРБ рассказала о необходимости приобретения современного оборудования - аппарата УЗИ и фетального монитора. Техника появится в подразделении до первого октября. Также в ходе мероприятия стало известно о строительстве фельдшерско-акушерского пункта в Углезаводске. Объект будет возведен уже в этом году.

На встрече были подняты вопросы развития энергетической сферы. Так, жители Стародубского поинтересовались сроками газификации села и строительством новой современной котельной.

- Уже построен межпоселковый

газопровод, - рассказал областной министр энергетики Михаил Гузенко. - Проектная документация готова. Она передана в «Газпром». В 2023 году компания начнет строить внутрипоселковые сети.

- В следующем году на месте старой построим новую модульную газовую котельную, - добавил глава района Александр Тугарев.

Работник спортивной школы Долинска обратился с просьбой обустроить городской стадион - установить лавочки и раздевалки. Соответствующий проект уже подготовлен. В ближайšie два года на популярном у местных жителей спортивном объекте появятся трибуны, система освещения, беговая дорожка и оборудование для воркаута.

Житель Стародубского Юрий Печкин рассказал о четырех участках дороги, на которых скапливается вода.

- Эти участки находятся возле магазинов, ларьков, на остановке, - уточнил житель села. - Хотелось бы узнать, какие меры будут приняты

для скорейшего устранения этой проблемы?

- В самое ближайшее время мы проведем специальное совещание по этому вопросу, - заверил областной министр транспорта и дорожного хозяйства Валерий Спиченко. - Недочеты устраним до зимы.

Во время мероприятия за помощью к губернатору обратились сразу несколько малообеспеченных семей. Было решено включить их в специальную программу, в рамках которой специалисты областного министерства социальной защиты помогают сахалинцам выбраться из сложной жизненной ситуации и улучшить материальное положение. Островитянам оказывают поддержку в открытии собственного дела, получении образования, трудоустройстве и решении юридических вопросов.

В ходе встречи обсуждались вопросы ЖКХ, социальной защиты, ценообразования, лекарственного обеспечения и дорожного хозяйства.

Прозвучало более 30 вопросов. Все они взяты в работу. По каждому поручению установлены сроки и исполнители.

Отметим, на мероприятии жителям Долинского района были торжественно вручены памятные знаки, посвященные 75-летию Сахалинской области. Награду получили индивидуальный предприниматель Денис Гага, директор муниципальной спортивной школы Андрей Гринчак, начальник пожарной части № 25 Углезаводска Виктор Анисимов, учитель истории первой школы Долинска Ольга Мартынова и участник боевых действий на острове Даманском Александр Хайлов.

Кроме того, почетными грамотами правительства Сахалинской области награждены директор ООО «Мираж» Дмитрий Климович, директор Дома детского творчества села Стародубского Ирина Продан, тракторист-машинист СПК «Соколовский» Виктор Соловьев, а также коллектив детского сада «Чебурашка».

Инспекция в дом-интернат

«Серебряные волонтеры» проинспектировали дом-интернат для престарелых и инвалидов в Южно-Сахалинске. Активисты движения по просьбе главы региона встретились с постояльцами социального учреждения, чтобы у каждого лично узнать о пожеланиях.

- Я предложил отправиться в дом для престарелых и инвалидов, чтобы волонтеры напрямую пообщались с постояльцами, - отметил Валерий Лимаренко. - Люди пожилые зачастую просто стесняются обратиться с какими-то просьбами и пожеланиями. Может быть, есть вопросы по питанию, условиям проживания, по техническому инвентарю. Может, они хотят выезжать в музеи, театры. Вот такой личный контакт, на мой взгляд, как раз лучший способ получить обратную связь.

По словам координатора движения «Серебряные волонтеры» по социальному направлению Натальи Новопашиной, в целом нареканий к вопросу обслуживания в учреждении у постояльцев нет, люди довольны работой персонала дома для престарелых и инвалидов.

- Мне понравилось в учреж-



дении, - рассказала Наталья Новопашина. - Чисто, светло, уютно. Но люди хотят больше общения. Куда-то почаще выезжать. Люди там зачастую с ограниченными физическими возможностями. Поэтому на это стоит обратить внимание. Еще просят продумать вопрос с газетами и журналами в магазине, который работает на территории учреждения. Один человек обратил внимание, что у него не очень удобная коляска. Еще нужен дополнительный врач.

В учреждении есть вторая ставка врача, но дополнительного специалиста пока нет. Валерий Лимаренко поручил Минздраву решить этот вопрос. Министерству социальной защиты, в чьем ведении находится учреждение, поставили задачу - проработать вопрос с

разнообразием питания. Мужчине-колясочнику подберут новый инвентарь.

- Организуем для постояльцев посещение кино, музеев, театров, - отметила министр социальной защиты Сахалинской области Ольга Орлова. - Для перевозки маломобильных граждан у нас есть специальный автотранспорт. А в плане общения уже не только «Серебряные волонтеры» выразили желание помочь, но и молодежные организации.

Как подчеркнул губернатор Валерий Лимаренко, такая обратная связь должна быть налажена со всеми социальными учреждениями региона. «Серебряные волонтеры» в ближайшее время намерены посетить постояльцев и в других районах области.

Отдых продолжается

Свыше 350 юных сахалинцев уже приняли участие в летнем этапе региональной программы детского социального туризма. В этом году по инициативе губернатора Валерия Лимаренко возможности проекта были расширены.

Для ребят из Южно-Сахалинска и районов области на бесплатной основе стали доступны водные развлечения в самом большом на Дальнем Востоке аквапарке «Аква Сити» и участие в интеллектуальной игре «Мозгобойня». Кроме того, дети традиционно могут посетить музеи Южно-Сахалинска. Планируется, что в 2022-м участниками познавательных и оздоровительных мероприятий в общей сложности станут более 16 тысяч сахалинских школьников.

- В этом году по поручению Валерия Лимаренко было значительно увеличено финансирование важной социальной программы, - рассказала первый заместитель министра туризма Сахалинской области Наталья Пахолова. - Это позволяет нам охватить и наиболее отдаленные районы области. Принципиально, что такие поездки для школьников бесплатные. Наш регион первый в стране реализует детский социальный проект на таком уровне. Ну и самое главное, что от ребят получаем восторженные отзывы.

Всего с начала года экскурсии посетили уже более 10 тысяч школьников. В летнем этапе программы участие принимают школьники из Южно-Сахалинска и отдаленных муниципалитетов, находящиеся в пришкольных лагерях дневного отдыха и оздоровительных лагерях. Программа выстроена так, что дети имеют возможность посетить островную столицу, побывать в одном из музеев на обучающем квесте, весело провести время в аквапарке и стать участником интеллектуальной игры «Мозгобойня». Обязательной



составляющей является питание. Таким образом, ребята получают настоящее приключение одного дня, включающее в себя образовательный, развлекательный и оздоровительный блоки.

- В музее было очень интересно, - поделился эмоциями отдыхающий из оздоровительного центра «Лесное озеро» Артемий Романов. - Здорово, что мы не просто ходили, а соревновались командами. В аквапарке побывал в первый раз, но уже хочу вернуться сюда снова с родителями. Уверен, что им понравится.

Напомним, что программа детского социального туризма в Сахалинской области реализуется за счет бюджета. В этом году на нее выделено уже свыше 60 млн рублей. Для участия в программе родителям необходимо оформить ребенку Карту сахалинца или электронный социальный сертификат на сайте министерства социальной защиты.

Проект осуществляется по инициативе губернатора и правительства области. Координирует его реализацию министерство туризма Сахалинской области при участии региональных министерств культуры, образования и социальной защиты.

Сегодня весь мир обсуждает свадьбу Дженнифер Лопес и Бена Аффлек. По этому случаю вспоминаем интервью актера для ELLE, которое он дал после выхода криминальной драмы «Закон ночи».

Американский актер, кинорежиссер, сценарист, продюсер и лауреат двух премий «Оскар». Через месяц ему исполнится 50, а он снова счастливый молодожен. Накануне выхода криминальной драмы «Закон ночи» Жанна Присяжная поговорила с ее главным героем о личной гордости и танцевальных предрасположенностях.

Что делать, когда у тебя, как у Бена Аффлек, все есть? Любовь, популярность, трое очаровательных детей, миллионы долларов на банковском счету и успешный бизнес. А еще самые престижные награды, которые только существуют в профессиональной индустрии - от французского «Сезара» до голливудского «Оскара» (и даже шутилка «Золотая малина»), - пылятся на книжной полке. Как тут не приуныть от недостатка новых амбициозных целей в жизни? Но, даже несмотря на вальяжную внешность и показную нерасторопность, Бен не из тех, кто может спокойно усидеть на одном месте. Это один из самых деятельных представителей современной киноиндустрии, который уже попробовал себя во всех возможных амплуа: был и режиссером, и сценаристом, и продюсером, и, само собой, актером. Настоящий человек-оркестр, даже нечего к этому списку добавлять. Встречайте! Бэтмен, гангстер и покоритель женских сердец Бен Аффлек. До чего же хорош!

- В новом фильме «Закон ночи» вы вновь выступаете один в четырех лицах - представляете картину как сценарист, режиссер, продюсер и актер. Как вам удается совмещать все эти амплуа сразу? Тяжело приходится?

- На самом деле нет. Главное, собрать команду профессионалов, которым ты полностью доверяешь. Надо нанимать лучших из лучших, и тогда все получится. Например, один из моих продюсеров, Дженнифер Тодд, брала на себя невероятное количество работы. Она трудилась каждый божий день, с утра до вечера, без остановок. Боб Ричардсон, оператор, приходил на площадку с такими гениальными идеями, что, кроме искренних слов похвалы, мне больше нечего было добавить! А первый ассистент режиссера Дэвид Вэбб - просто золотой человек! То же самое в принципе я могу сказать обо всех ребятах в коллективе. К примеру, специально для съемок актер Крис Мессина набрал 20 килограммов веса! Как вам такое? Нам действительно повезло, что у нас в команде оказались люди, которые настолько преданно относились к делу. С ними нетрудно быть и режиссером, и актером, и продюсером, и сценаристом. Я мог запросто на любого из них положиться.

- Всех похвалили, никого не забыли. Складывается такое ощущение, что вы просто приходили на площадку, заявляли, что сегодня не хотите быть режиссером, и всю работу команда делала за вас...

- Так все и было! (Смеется.) Я просто кричал «Камера! Мотор!» и отправлялся восвояси.

- А если серьезно: каково это быть вновь актером после того, как попробовал себя в роли режиссера, причем очень успешно?

- После всей проделанной работы я понял, как мало у актера ответственности на съемках. Все, о чем приходится думать, - как убедительнее сыграть героя, когда камера направлена на тебя. Не нужно волноваться о постановке кадра, о световой композиции, о том, что кто-то из команды пришел на работу в стельку пьяным. (Смеется.) Так что это прекрасно - быть только актером, как будто находишься в отпуске!

- После успеха фильма «Операция «Арго» (в 2013 году режиссер и продюсер Аффлек получил за нее второй «Оскар» в карьере. - Прим. ELLE), насколько сильно вы ощущали на себе давление и определенный груз ответственности? Ведь теперь надо разбиться в лепешку, но повторить этот триумф.

- Я знал, что «Операция «Арго» - история, которая происходит раз в жизни. Понимаете, о чем я? Такой успех приходит только однажды - осознание этого момента освободило меня от лишних страхов и переживаний. Конечно, когда мы работали над новой картиной, мне приходилось постоянно ссылаться на успех «Арго», повторяя: «Поверьте мне - это точно сработает, как тогда!» Да и актеров подбирать было легче - они



Бен Аффлек: «Я совсем не умею танцевать!»

гораздо быстрее соглашаются со мной работать. Теперь, когда съемки закончились, остается только ждать, что зрители по достоинству оценят «Закон ночи».

- Фильм основан на книге Денниса Лихэйна. Это не первый раз, когда вы беретесь экранизировать тексты этого автора.

- Да, мне кажется, всем уже стало ясно, что я настоящий фанат его произведений. Обожаю подход Денниса к делу: «Я пишу книги и не умею снимать фильмы. Поэтому, если вы покупаете права на экранизацию, делайте с текстом что хотите!» Помню, как показывал ему черновики сценария: он мне сказал свое мнение, я все записал, и после этого мы больше ничего с ним не обсуждали. Только когда разобрались со съемками и закончили первый монтаж, он смог увидеть результаты. Лихэйн не из тех парней, которым надо сидеть у монитора и отсматривать каждый кадр.

- Вам в жизни приходилось сталкиваться с криминальным миром? Как вы исследовали эту тему для фильма? Консультировались у

потомков тех самых гангстеров?

- В прошлом мне приходилось общаться с людьми, сидевшими в тюрьме. Многое мне рассказывал дедушка, хотя даже он не застал эпоху гангстеров. Но его истории про войну на тихоокеанских островах, про жестокость тех лет отразились на моей актерской игре. Ну и потом, я же вдохновлялся книгой Денниса Лихэйна! А она, поверьте мне, очень фактурная.

- Фильм рассказывает о далеких временах сухого закона. Неужели вам кажется, что поколению миллениалов это будет интересно? Вы хотели этой картиной научить чему-то новое поколение?

- Нет! Я не собирался никого и ничему учить. Я лишь старался показать, что в жизни всегда приходится платить за совершенный выбор. И потом, не стоит так плохо думать о миллениалах - они могут оценить не только те фильмы, где есть много гаджетов. Новому поколению интересно любое по-настоящему сильное кино: так что поживем - увидим!

- Так, кинематографом вы давно занима-

етесь, телевизионными проектами - тоже. А как насчет театра? Не тянет еще на Бродвей?

- О нет, совсем не тянет. (Смеется.) Даже если это когда-то и случится, то точно не в ближайшей перспективе!

- А что для вас важнее: гонорар, коммерческий успех картины или признание коллег и критиков?

- Мне важно снимать такие фильмы, на которые будут реагировать зрители. Хорошо, конечно, если это сопровождается финансовым успехом и солидным гонораром, но гораздо приятнее, когда на улице ко мне подходят люди и говорят, что получилось крутое кино. «О Бен, это было что-то!», «Чувак, ты снял отличную картину!» Здорово, что мои дети видят такую реакцию на мою работу. Я очень хочу, чтобы они мной гордились. Вот что меня действительно волнует.

- Вы вообще успеваете хоть чуть-чуть отдыхать?

- Силы появляются сами собой, если работа интересная. Когда актер теряет страсть к профессии, это смерть не только для отдельной роли, но и для всей картины.

- В фильме есть сцена, где Зои Салдана предлагает вам потанцевать, но вы отказываетесь. Почему? Не нравится кубинская музыка?

- Я совсем не умею танцевать! Ох уж эти сукины дети, которые танцуют так же божественно, как Крис Мессина!

Восемь фактов о Бене Аффлек

Потомок эмигрантов в четвертом поколении? Как бы не так! Мать Бена родом из Ирландии, а отец - из Шотландии.

Аффлек - воплощение американской мечты «из грязи в князи». Он не раз признавался, что в детстве его семья часто оказывалась на грани нужды, и поэтому долгое время деньги и слава были для него единственной целью в жизни.

На съемочную площадку герой впервые попал в 12 лет. Спасибо телесериалу канала PBS «Путешествие Мими» и прозорливым продюсерам.

Свой первый «Оскар» он получил в 1998 году за сценарий к фильму «Умница Уилл Хантинг», написанный в соавторстве с Мэттом Деймоном. А вот о том, что Мэтт - друг детства Бена, вы, наверное, слышали.

Есть у Бена один публичный грех - он заядлый игрок и обожает покер. Как-то раз в Калифорнии он выиграл 356 400 долларов за удачную партию. Как после этого не верить выражению «деньги к деньгам»?

Это сегодня Бен не самый прилежный, но все-таки семьянин, женатый на умнице-актрисе Дженнифер Гарнер. До своего брака он слыл голливудским мачо, который разбил сердце Гвинет Пэлтроу, Сандре Буллок и Дженнифер Лопес.

Если встретите актера на улице, наемните ему, что ваш любимый фильм - «Друзья Эдди Койла» режиссера Питера Йетса. Вам определенно будет о чем поговорить.

Больше всего в жизни наш герой боится летать. Даже на частных самолетах аэрофобию никто не отменял.





Гороскоп на неделю

с 1 по 7 августа



Овен. Овнам, состоящим в браке, в начале недели удастся найти взаимопонимание с партнёром. В середине недели усиливается стремление к романтическим отношениям и творчеству. Внесите в свою жизнь разнообразие.



Весы. Весам звезды советуют использовать начало недели для самообразования. В середине недели вас может увлечь дружеское общение. В конце недели бережнее относитесь к своему здоровью, берегитесь инфекции.



Телец. У Тельцов в начале недели наступит благоприятное время для решения некоторых материальных проблем. В середине недели вы почувствуете улучшение психологического микроклимата в семье.



Скорпион. Скорпионам в начале и середине недели можно проводить плановые хирургические операции: организм прекрасно справится с нагрузками. Также возрастает потребность в получении острых впечатлений.



Близнецы. В начале недели звезды советуют Близнецам внести коррективы в свой имидж. Усилится потребность в новых впечатлениях. Для этого рекомендуется чаще проводить время с друзьями.



Стрелец. В начале этой недели тяга к далеким странствиям поведет многих из вас в дорогу. В середине недели улучшатся супружеские отношения у тех, кто состоит в браке. Берегите покой в своей семье.



Рак. В начале недели возрастает ваша потребность в одиночестве. В середине недели у вас будет достаточно финансовых ресурсов для того, чтобы сделать условия своей жизни более комфортными.



Козерог. В начале недели, скорее всего, захочется что-то решительно изменить в своём доме. В среду или четверг можно начинать какие-либо лечебные процедуры либо закаливание. Опасайтесь обмана.



Лев. Львам в начале недели звезды советуют больше времени проводить в поездках и в общении с друзьями. Середина недели благоприятствует посещению спортивных стадионов и тренажерных залов.



Водолей. Усилится потребность в общении с нестандартными творческими людьми. Середина недели придаст новый импульс вашей любви. Не следует доверять людям, с которыми вы познакомитесь в поездке.



Дева. В начале недели типичные Девы захотят заняться расследованием некоторых таинственных вопросов, которые волновали их в последнее время. Середина недели складывается благоприятно.



Рыбы. В начале недели наступит благоприятное время для покупки компьютерной техники и электроники. Середина недели позволит вам успешно избавиться от недугов. Осторожнее с острыми предметами!

понедельник, 1 августа

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 17.00, 20.00 Новости 09.10 «АнтиФейк» (16+) 09.55 «Жить здорово!» (16+) 10.40 Эдита Пьеха. «Я отпустила свое счастье» (12+) 11.35 «Высоцкий. Где-то в чужой незнакомой ночи...» (16+) 12.15 «Высоцкий. Где-то в чужой незнакомой ночи...» (16+) 12.40 «Айвазовский. На гребне волны» (12+) 13.35 «Цари океанов» (12+) 14.30 «Цари океанов. Фрегаты» (12+) 15.15 «Цари океанов. Фрегаты» (12+) 15.30 «Цари океанов. Путь в Арктику» (12+) 16.30 X/ф «Торпедоносцы» (12+) 17.30 X/ф «Торпедоносцы» (12+) 18.45 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Отчим» (16+) 23.45 «Большая игра» (16+) 00.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 00.20 Т/с «София» (16+) 01.25 Т/с «Королева бандитов» (12+) 03.10 Т/с «Женщины на грани» (16+) УСЛУГИ Ремонт стиральных и посудомоечных машин, духовых шкафов, варочных панелей и водонагревателей. Т. 8-984-136-84-89.	06.00 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 14.30 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 Т/с «Береговая охрана» (16+) 17.50 «За гранью» (16+) 18.55 «ДНК» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 22.40 Т/с «Под напряжением» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 02.50 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 20.00, 20.30, 21.00, 22.00, 22.30, 23.00, 00.00, 00.30, 01.00, 02.00, 02.30, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.20, 08.20, 09.20, 10.20, 11.20, 12.20, 13.20, 14.20, 15.20, 16.20, 17.20, 18.20, 19.20, 20.20, 21.20, 22.20, 23.20 Держи краба (12+) 07.28, 08.28, 09.28, 10.28, 11.28, 12.28, 13.28, 14.28, 15.28, 16.28, 17.28, 18.28, 19.28, 20.28, 21.28, 22.28, 23.28, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 ДВ-блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Опрос дня (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.58, 01.58, 02.58, 03.58, 04.58, 05.58, 06.58 Фэн-шуй прогноз (12+) 11.50, 23.50 Сахалин в цифрах (12+) 19.30, 21.30, 23.30, 01.30, 03.30, 05.30 Спичка. Ничего интересного (16+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостя (12+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Наши в Ютуб (12+) 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Yandex всплески (12+)	06.00 Т/с «Стрелок» (16+) 07.50 Т/с «Стрелок-2» (16+) 10.55 Т/с «Стрелок-3» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.35 Новости 11.10 Т/с «Стрелок-3» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Игра в кино» (12+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Слабое звено» (12+) 22.05 «Слабое звено» (12+) 22.55 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Назад в будущее» (16+) 00.25 «Всемирные игры разума» (12+) 00.55 «Всемирные игры разума» (12+) 01.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 01.55 X/ф «Видок» (16+) 03.50 «Культ личности» (12+) 04.10 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	06.50 Т/с «Кадеты» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.40 X/ф «Пятеро с неба» (12+) 11.30 Д/с «Из всех орудий» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.45 «Легенды армии и Александром» (12+) 14.30 Т/с «Батя» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым» (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 X/ф «Слушать в отсеках» (12+) 01.10 X/ф «Пятеро с неба» (12+) 02.40 X/ф «Моонзунд» (12+) 05.00 Д/ф «Раздвигая льды» (12+)	07.30 «Преступления страсти» (16+) 08.00 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.25 «Давай разведёмся!» (16+) 11.20 «Тест на отцовство» (16+) 13.30 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 «Преступления страсти» (16+) 20.00 Т/с «Моя чужая дочка» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.20 «Знахарка» (16+) 00.50 «Верну любимого» (16+) 01.20 «Понять. Простить» (16+) 02.10 «Тест на отцовство» (16+) 03.50 «Давай разведёмся!» (16+) 06.20 «6 кадров» (16+) 06.45 «По делам несовершеннолетних» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Т/с «Любимцы» (16+) 06.30 Т/с «Любимцы» (16+) 06.50 «Пятница News» (16+) 07.20 «Адская кухня» (16+) 09.00 Т/с «Комиссар Рекс» (18+) 10.00 Т/с «Комиссар Рекс» (16+) 10.50 «На ножах» (16+) 11.50 «На ножах» (16+) 12.50 «Адская кухня» (16+) 15.00 «На ножах» (16+) 15.50 «На ножах» (16+) 17.00 «На ножах» (16+) 17.50 «На ножах» (16+) 18.50 «На ножах» (16+) 20.00 «Тревел-баттл» (16+) 21.00 «Черный список-3» (16+) 21.50 «Черный список-3» (16+) 22.20 «Черный список» (16+) 23.10 «Черный список-3» (16+) 00.00 «Молодые ножи» 01.00 X/ф «Голодные игры» (16+) 03.10 «Пятница News» (16+) 03.40 Т/с «Прятки» (16+) 04.30 Т/с «Прятки» (16+) 05.10 «Пятница News» (16+) 05.40 Т/с «Любимцы» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25 Т/с «Пасечник. Старые долги Макарыча. Часть 2» (16+) 07.05 Т/с «Пасечник. Пропаший пистолет. Часть 1» (16+) 07.50 Т/с «Пасечник. Пропаший пистолет. Часть 2» (16+) 08.40 Т/с «Чужой район-2. Жених» (16+) 09.40, 10.30 Т/с «Чужой район-2. Долги» (16+) 11.00 Т/с «Чужой район-2. Защита» (16+) 12.00 Т/с «Чужой район-2. Справедливость» (16+) 13.00 Т/с «Чужой район-2. Дружина» (16+) 14.30 Т/с «Пасечник. Черные риелторы. Часть 1» (16+) 15.20 Т/с «Пасечник. Черные риелторы. Часть 2» (16+) 16.20 Т/с «Пасечник. Дезертир. Часть 1» (16+) 17.15 Т/с «Пасечник. Дезертир. Часть 2» (16+) 18.15, 19.00 Т/с «Пасечник. Блеск мёда. Часть 1» (16+) 19.40 Т/с «Пасечник. Блеск мёда. Часть 2» (16+) 20.40 Т/с «След. Трасса» (16+) 21.25 Т/с «След. Все относительно» (16+) 22.00 Т/с «След. Райское место» (16+) 22.50 Т/с «След. Репетитор» (16+) 23.25 Т/с «След. Секреты мозга» (16+) 00.10 Т/с «Свои-3. Вызов» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. С чужого плеча» (16+) 02.15 Т/с «След. Очень нервный доктор» (16+) 02.50 Т/с «След. Неудачное стечение обстоятельств» (16+) 03.25 Т/с «След. Стук сердца» (16+) 04.05 Т/с «Детективы. У синой реки» (16+) 04.35 Т/с «Детективы. НЛО» (16+) 05.10 Т/с «Детективы. Бюстик гёте» (16+) 05.35 Т/с «Детективы. Неупловимый» (16+)

Женщина 40 лет познакомится с мужчиной (русским или корейцем) старше 40 лет. Для встреч.
600-969

В автокомплекс в Луговом ТРЕБУЮТСЯ
* ВОДИТЕЛИ кат. С
* ВОДИТЕЛИ кат. СЕ
* СТОРОЖА
* АВТОМОЙЩИКИ
* АВТОСЛЕСАРЬ
790-242 ☎ 28-65-54

Солнце ТВ
07.00 Сахалинская неделя (16+)
13.00 Сахалинская неделя (16+)
20.00 Сахалинская неделя (16+)

РОССИЯ 24
09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
13.00 Вести. События недели
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Уримал Бансон
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Интервью

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31



вторник, 2 августа

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.45 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Отчим» (16+) 23.45 «Большая игра» (16+) 00.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 23.55 Т/с «София» (16+) 01.05 Т/с «Королева бандитов» (12+) 02.50 Т/с «Женщины на грани» (16+)	05.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 14.30 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 Т/с «Береговая охрана» (16+) 17.50 «За гранью» (16+) 18.55 «ДНК» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 22.40 Т/с «Под напряжением» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 02.55 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 08.00, 08.30, 09.00, 10.00, 10.30, 11.00, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.24, 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.30, 09.30, 11.30, 13.30 Спичка. Ничего интересного (16+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 Наши в Ютуб (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57 Yandex воплески (12+) 07.58, 08.58, 09.58, 10.58, 11.58, 12.58, 13.58, 14.58, 15.58, 16.58, 17.58, 18.58, 19.58, 20.58, 21.58, 22.58, 23.58, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фан-шуй прогноз (12+) 20.22, 21.22, 22.22, 23.22 Правила здоровья (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.25 Т/с «Братство десанта» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 Т/с «Братство десанта» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Игра в кино» (12+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Слабое звено» (12+) 22.05 «Слабое звено» (12+) 22.55 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Назад в будущее» (16+) 00.25 «Всемирные игры разума» (12+) 00.55 «Всемирные игры разума» (12+) 01.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 01.55 Х/ф «Девушка спешит на свидание» (12+) 03.05 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.30 Т/с «Батя» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.40 Х/ф «Голубые молнии» (12+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Специальный репортаж» (16+) 14.05 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+) 14.30 Т/с «Батя» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 Д/ф «2 августа - День воздушно-десантных войск» (16+) 19.40 «Улика из прошлого» (16+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 Х/ф «Черный океан» (16+) 00.15 Х/ф «Голубые молнии» (12+) 01.40 Х/ф «Лекарство против страха» (12+) 03.10 Х/ф «Пирожки с картошкой» (16+) 05.00 Д/ф «ВДВ: жизнь десантника» (12+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.25 «Давай разведёмся!» (16+) 11.20 «Тест на отцовство» (16+) 13.30 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 «Преступления страсти» (16+) 20.00 Т/с «Меня зовут Саша» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.20 «Знахарка» (16+) 00.50 «Верну любимого» (16+) 01.20 «Понять. Простить» (16+) 02.10 «Тест на отцовство» (16+) 03.50 «Давай разведёмся!» (16+) 06.20 «6 кадров» (16+) 06.45 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25, 07.30 Х/ф «Шерлок Холмс и доктор Watson» (12+) 08.40 Т/с «Чужой район-2. Ловушка» (16+) 09.40, 10.30 Т/с «Чужой район-2. Письмо» (16+) 11.05 Т/с «Чужой район-2. Царь воды» (16+) 12.00 Т/с «Чужой район-2. Расплата» (16+) 13.00 Т/с «Чужой район-2. Побег» (16+) 14.30 Т/с «Пасечник. Летальное такси. Часть 1» (16+) 15.20 Т/с «Пасечник. Летальное такси. Часть 2» (16+) 16.20 Т/с «Пасечник. Джекет для ма... Часть 1» (16+) 17.15 Т/с «Пасечник. Джекет для ма... Часть 2» (16+) 18.10, 19.00 Т/с «Пасечник. Двойная подстава. Часть 1» (16+) 19.40 Т/с «Пасечник. Двойная подстава. Часть 2» (16+) 20.35 Т/с «След. Крысобои» (16+) 21.20 Т/с «След. Святые и грешные» (16+) 22.05 Т/с «След. Мертвая свадьба» (16+) 22.50 Т/с «След. Кровь на руках» (16+) 23.25 Т/с «След. Ошибочка вышла» (16+) 00.10 Т/с «Свои-3. Выжить будет роскошно» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Смертельный сон» (16+) 02.10 Т/с «След. Темный ангел» (16+) 02.50 Т/с «След. История на миллион долларов» (16+) 03.30 Т/с «След. Белый туннель» (16+) 04.05 Т/с «След. Детективы. Личный киллер» (16+) 04.35 Т/с «След. Детективы. Восточная Любовь» (16+) 05.00 Т/с «След. Детективы. Свадебный угар» (16+) 05.35 Т/с «След. Детективы. Таксист» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

Солнце ТВ

07.00 Сахалинская неделя (16+)
13.00 Сахалинская неделя (16+)
20.00 Сахалинская неделя (16+)

среда, 3 августа

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.45 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Отчим» (16+) 23.45 «Большая игра» (16+) 00.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 23.55 Т/с «София» (16+) 01.05 Т/с «Королева бандитов» (12+) 02.50 Т/с «Женщины на грани» (16+)	05.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 14.30 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 Т/с «Береговая охрана» (16+) 17.50 «За гранью» (16+) 18.55 «ДНК» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 22.40 Т/с «Под напряжением» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 03.05 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.22, 08.22, 09.22, 10.22, 11.22, 12.22, 13.22, 14.22, 15.22, 16.22, 17.22, 18.22, 19.22 Правила здоровья (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ-блиц (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фан-шуй прогноз (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостята (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Наши в Ютуб (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.25 Т/с «Братство десанта» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.20 Новости 11.10 Т/с «Братство десанта» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Игра в кино» (12+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Слабое звено» (12+) 22.05 «Слабое звено» (12+) 22.55 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Назад в будущее» (16+) 00.25 «Всемирные игры разума» (12+) 00.55 «Всемирные игры разума» (12+) 01.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 01.55 Х/ф «Антон Иванович сердится» (12+) 03.35 «Чемпионы Евразии» (12+) 03.55 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.30 Т/с «Батя» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.25 Х/ф «Живет такой парень» (12+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Специальный репортаж» (16+) 14.15 Т/с «Чистая проба» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Секретные материалы» (16+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 Х/ф «Командир корабля» (12+) 00.40 Х/ф «Живет такой парень» (12+) 02.15 Х/ф «В небе «ночные ведьмы» (12+) 03.35 Х/ф «Лекарство против страха» (12+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.25 «Давай разведёмся!» (16+) 11.20 «Тест на отцовство» (16+) 13.30 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 Т/с «Моя чужая дочка» (16+) 20.00 Т/с «Скажи только слово» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.20 «Знахарка» (16+) 00.50 «Верну любимого» (16+) 01.20 «Понять. Простить» (16+) 02.10 «Тест на отцовство» (16+) 03.50 «Давай разведёмся!» (16+) 06.20 «6 кадров» (16+) 06.45 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.40 Т/с «Пасечник. Летальное такси. Часть 1» (16+) 07.20 Т/с «Пасечник. Летальное такси. Часть 2» (16+) 08.05 Т/с «Пасечник. Джекет для ма... Часть 1» (16+) 09.00 Т/с «Пасечник. Джекет для ма... Часть 2» (16+) 10.30, 11.25, 12.15, 13.05 Т/с «Прощаться не будем» (16+) 14.30 Т/с «Пасечник. Бойфренд-разбойник. Часть 1» (16+) 15.20 Т/с «Пасечник. Бойфренд-разбойник. Часть 2» (16+) 16.20 Т/с «Пасечник. Месть по удо. Часть 1» (16+) 17.15 Т/с «Пасечник. Месть по удо. Часть 2» (16+) 18.10, 19.00 Т/с «Пасечник. Прицельная зачистка. Часть 1» (16+) 19.40 Т/с «Пасечник. Прицельная зачистка. Часть 2» (16+) 20.35 Т/с «След. Смерть ради смеха» (16+) 21.20 Т/с «След. 200 лишних шагов» (16+) 22.00 Т/с «След. С прибором» (16+) 22.45 Т/с «След. Опилки судьбы» (16+) 23.25 Т/с «След. Легенда о любви» (16+) 00.10 Т/с «Свои-3. Раритет» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Честь дороже жизни» (16+) 02.10 Т/с «След. Между двух огней» (16+) 02.40 Т/с «След. Сапер ошибается однажды» (16+) 03.20 Т/с «След. Когда отказали тормоза» (16+) 04.00 Т/с «След. Детективы. Бессеребряник» (16+) 04.30 Т/с «След. Детективы. Любовь здесь больше не живет» (16+) 05.00 Т/с «След. Детективы. Секретки» (16+) 05.35 Т/с «След. Детективы. Вот такая Любовь» (16+)

В связи с утерей прошу считать недействительным аттестат № 06524004230075, выданный 25.06.2018 г. МАОУ СОШ № 26 на имя Человечкова Александра Сергеевича.

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА»
49-16-06

Солнце ТВ

08.00 Репортаж (16+)
08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Репортаж (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Репортаж (16+)
21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

РОССИЯ 24

09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Интервью
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Интервью

ПЯТНИЦА!

06.00 Т/с «Любимцы» (16+)
06.30 Т/с «Любимцы» (16+)
06.50 «Пятница News» (16+)
07.20 «Адская кухня» (16+)
09.00 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
10.00 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
10.50 «На ножах» (16+)
12.00 «На ножах» (16+)
13.00 «Адская кухня» (16+)
15.00 «На ножах» (16+)
16.00 «На ножах» (16+)
17.00 «На ножах» (16+)
18.10 «На ножах» (16+)
19.10 «На ножах» (16+)
20.20 «На ножах» (16+)
21.00 «Битва шефов» (16+)
22.50 «Битва шефов» (16+)
01.00 Х/ф «Голодные игры: сойка-пересмешница. Часть 1» (16+)
02.50 «Пятница News» (16+)
03.20 Т/с «Прятки» (16+)
04.00 Т/с «Прятки» (16+)
05.00 «Пятница News» (16+)
05.20 Т/с «Любимцы» (16+)
05.50 Т/с «Любимцы» (16+)

четверг, 4 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.45 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Отчим» (16+) 23.45 «Большая игра» (16+) 00.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 23.55 Т/с «София» (16+) 01.05 Т/с «Королева бандитов» (12+) 02.50 Т/с «Женщины на грани» (12+)	05.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 14.30 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 Т/с «Береговая охрана» (16+) 17.50 «За гранью» (16+) 18.55 «ДНК» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 22.40 Т/с «Под напряжением» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 03.00 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостя (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Наши в Ютуб (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 20.20, 21.20, 22.20, 23.20 Частный эксперт (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 08.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 09.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 09.55 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.25 Новости 11.10 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 12.00 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 12.50 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 13.40 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Игра в кино» (12+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Слабое звено» (12+) 22.05 «Слабое звено» (12+) 22.55 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Назад в будущее» (16+) 00.25 «Всемирные игры разума» (12+) 00.55 «Всемирные игры разума» (12+) 01.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 01.55 Х/ф «Частная жизнь Петра Виноградова» (12+) 03.40 «Дословно» (12+) 04.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.10 Т/с «Чистая проба» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.25 Х/ф «Любовь земная» (16+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Специальный репортаж» (16+) 14.15 Т/с «Чистая проба» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Код доступа» (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 Х/ф «Наградить (посмертно)» (12+) 00.20 Х/ф «Любовь земная» (16+) 01.55 Х/ф «Призрак и тьма» (16+) 03.40 Х/ф «Шел четвертый год войны...» (12+) 05.05 Д/ф «Вторая мировая война. Возвращая имена» (12+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.25 «Давай разведёмся!» (16+) 11.20 «Тест на отцовство» (16+) 13.30 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 Т/с «Меня зовут Саша» (16+) 20.00 Т/с «Из Сибири с любовью» (16+) 23.30 «Порча» (16+) 00.00 «Знахарка» (16+) 00.35 «Верну любимого» (16+) 01.05 «Понять. Простить» (16+) 02.00 «Тест на отцовство» (16+) 03.40 «Давай разведёмся!» (16+) 06.10 «6 кадров» (16+) 06.45 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25 Т/с «Пасечник. Бойфренд-разбойник. Часть 1» (16+) 07.05 Т/с «Пасечник. Бойфренд-разбойник. Часть 2» (16+) 07.50 Т/с «Пасечник. Месь по удо. Часть 1» (16+) 08.40 Т/с «Пасечник. Месь по удо. Часть 2» (16+) 09.35, 10.30, 11.05, 12.00, 13.00 Т/с «Холостяк» (16+) 14.30 Т/с «Пасечник. Прицельная зачистка. Часть 1» (16+) 15.25 Т/с «Пасечник. Прицельная зачистка. Часть 2» (16+) 16.20 Т/с «Пасечник. Новогодний чёс. Часть 1» (16+) 17.20 Т/с «Пасечник. Новогодний чёс. Часть 2» (16+) 18.15, 19.00 Т/с «Пасечник. Жадность и порок. Часть 1» (16+) 19.40 Т/с «Пасечник. Жадность и порок. Часть 2» (16+) 20.40 Т/с «След. Дурная энергетика» (16+) 21.25 Т/с «След. Карантин» (16+) 22.10 Т/с «След. Парашютисты» (16+) 22.55 Т/с «След. Сложное решение» (16+) 23.25 Т/с «След. По следу мясника» (16+) 00.10 Т/с «Свои-3. Формула смерти» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Брак под небесами» (16+) 02.10 Т/с «След. Выкуп за невесту» (16+) 02.40 Т/с «След. Райское место» (16+) 03.20 Т/с «След. Вторая половина» (16+) 04.00 Т/с «Детективы. Успеть за ночь» (16+) 04.30 Т/с «Детективы. Железное колечко» (16+) 05.00 Т/с «Детективы. Пусть мама услышит» (16+) 05.30 Т/с «Детективы. НЛО» (16+)

В связи с утерей прошу считать недействительным приложение к диплому, выданному 15.06.2001 г., ДВС 1349282 (регистрационный номер 16470 от 22 июня 2001 г.), выданному Сахалинским государственным университетом г. Южно-Сахалинска на имя Цветковой Ирины Владимировны.

В связи с утерей прошу считать недействительным аттестат об образовании № 65 АБ 0007510, выданный СОШ № 26 на имя Акмурзиной Д. Е.



07.00 Сахалинская неделя (16+)
13.00 Сахалинская неделя (16+)
20.00 Сахалинская неделя (16+)



09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Интервью
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Интервью

пятница, 5 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.10 «АнтиФейк» (16+) 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.35 Информационный канал (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «Человек и закон» (16+) 19.45 «Поле чудес» 21.00 «Время» 21.45 «Две звезды. Отцы и дети» (12+) 23.40 Информационный канал (16+) 01.10 «Двое. Рассказ жены Шостаковича» (12+) 03.15 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Х/ф «Салют-7» (12+) 23.30 Х/ф «Кандагар» (16+) 01.25 Х/ф «Воин» (12+) 02.55 Х/ф «Молчун» (16+)	05.50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Сегодня» 09.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 14.30 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 Т/с «Береговая охрана» (16+) 17.50 «За гранью» (16+) 18.55 «ДНК» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 22.45 Х/ф «Ловушка» (16+) 00.25 «Живи спокойно, страна!» 02.10 «Их нравы» (0+) 02.25 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день (16+) 07.20, 08.20, 09.20, 10.20, 11.20, 12.20, 13.20, 14.20, 15.20, 16.20, 17.20, 18.20, 19.20 Частный эксперт (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ-блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55, 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. Итоги (16+) 00.20, 02.20, 04.20, 06.20 Держи краба (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостя (12+) 01.20, 03.20, 05.20 Наши в Ютуб (12+) 01.25, 03.25, 05.25 Сахалин в цифрах (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 08.00 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 08.50 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 09.40 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 12.00 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 12.50 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 13.40 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 19.45 Х/ф «Блондинка за углом» (16+) 21.25 Х/ф «Выйти замуж за капитана» (16+) 23.05 Х/ф «Ларец Марии Медичи» (12+) 00.45 Х/ф «Дяди, или Всемирная история отравлений» (16+) 02.35 Х/ф «Белый клык» (16+) 03.55 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.35 Т/с «Чистая проба» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Х/ф «Судьба» (16+) 12.30 Д/с «Освобождение» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Специальный репортаж» (16+) 14.30 Т/с «Викинг» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Время героев» (16+) 19.00 Д/с «Освобождение» (16+) 19.30 Х/ф «Золотая мина» (12+) 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+) 23.00 «Музыка+» (12+) 23.50 Х/ф «Судьба» (16+) 02.35 Х/ф «Наградить (посмертно)» (12+) 04.00 Х/ф «Волшебника вызывали?» (6+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.25 «Давай разведёмся!» (16+) 11.20 «Тест на отцовство» (16+) 13.30 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 Т/с «Скажи только слово» (16+) 20.00 Т/с «Отпуск в сосновом лесу» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.20 «Знахарка» (16+) 00.50 «Верну любимого» (16+) 01.20 «Понять. Простить» (16+) 02.10 «Тест на отцовство» (16+) 03.50 «Давай разведёмся!» (16+) 05.30 «6 кадров» (16+) 05.50 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25 Д/ф «Живая история. Ленинградские истории. Оборона Эрмитажа» (12+) 07.05 Х/ф «Щит и меч. Без права быть собой» (12+) 08.25, 10.30 Х/ф «Щит и меч. Приказано выжить.» (12+) 11.00 Х/ф «Щит и меч. Обжалованию не подлежит» (12+) 12.35 Х/ф «Щит и меч. Последний рубеж» (12+) 14.30 Т/с «Дознаватель. Пикник» (16+) 15.25 Т/с «Дознаватель. Белые ночи» (16+) 16.25 Т/с «Дознаватель. Поединок» (16+) 17.25 Т/с «Дознаватель. Командировка» (16+) 19.00 Т/с «Дознаватель. Лекарство» (16+) 20.00 Т/с «Дознаватель. Судьба» (16+) 20.55 Т/с «След. Даму сдавали в багаж» (16+) 21.45 Т/с «След. Пассажир катафалка» (16+) 22.35 Т/с «След. Безнаказанность» (16+) 23.20 Т/с «След. Егерь и волки» (16+) 00.10 «Светская хроника» (16+) 01.10 «Они потрясли мир. Джони Делп и Эмбер Херд. Любовь на грани» (12+) 02.00 Т/с «Страсть. Наваждение» (16+) 02.25 Т/с «Страсть. Надежда на счастье» (16+) 02.50 Т/с «Страсть. Стажировка» (16+) 03.20 Т/с «Свои-3. Вызов» (16+) 03.55 Т/с «Свои-3. Выжить будет роскошью» (16+) 04.30 Т/с «Свои-3. Раритет» (16+) 05.10 Т/с «Свои-3. Формула смерти» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31



08.00 Репортаж (16+)
08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Репортаж (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Репортаж (16+)
21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)



09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Интервью
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Уримал Бансон

суббота, 6 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» 09.45 «Слово пастыря» (0+) 10.00, 12.00 Новости 10.15 «Поехали!» (12+) 11.10 «Видели видео?» (0+) 12.15 «Видели видео?» (0+) 13.40 X/ф «В зоне особого внимания» (12+) 15.35 X/ф «Освобождение» (12+) 18.00 Вечерние новости 18.20 «На самом деле» (16+) 19.25 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.35 «Сегодня вечером» (16+) 23.15 К 85-летию Андрея Кончаловского. X/ф «Первый учитель» (12+) 01.10 «Наедине со всеми» (16+) 03.00 «Россия от края до края» (12+)	05.00 «Утро России. Суббота» 08.00 «Вести.Сахалин-Курилы» 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00, 20.00 Вести 12.00 «Доктор Мясников» (12+) 13.05 Т/с «Я всё помню» (12+) 18.00 «Привет, Андрей!» (12+) 21.00 X/ф «Второй шанс» (12+) 00.50 X/ф «Лучший друг семьи» (16+) 04.00 X/ф «Поздняя Любовь» (12+)	05.35 Т/с «Дельта» (16+) 09.00, 11.00, 17.00, 20.00 «Сегодня» 09.20 «Поедем, поедим!» (0+) 10.25 «Едим дома» (0+) 11.20 «Главная дорога» (16+) 12.00 «Живая еда» (12+) 13.00 «Квартирный вопрос» (0+) 14.05 «Однажды...» (16+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.00 «Следствие вели...» (16+) 17.20 «Следствие вели...» (16+) 20.35 Т/с «Десант есть десант» (16+) 23.30 «Маска» (12+) 02.30 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. Итоги (16+) 07.20, 09.20, 11.20, 13.20, 15.20, 17.20, 19.20, 21.20, 23.20, 01.20, 03.20, 05.20 Наши в Ютуб (12+) 07.25, 09.25, 11.25, 13.25, 15.25, 17.25, 19.25, 21.25, 23.25, 01.25, 03.25, 05.25 Сахалин в цифрах (12+) 07.28, 08.27, 09.28, 10.27, 11.28, 12.27, 13.28, 14.27, 15.28, 16.27, 17.28, 18.27, 19.28, 20.27, 21.28, 22.27, 23.28, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Опрос дня (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.20, 02.20, 04.20, 06.20 Держи краба (12+) 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 07.00 Мультфильмы (0+) 07.30 X/ф «Яды, или Всемирная история отравлений» (16+) 09.15 X/ф «Ларец Марии Медичи» (12+) 11.10 X/ф «Выйти замуж за капитана» (16+) 12.50 Т/с «Кулинар» (16+) 17.00, 19.30 Новости 17.15 Т/с «Кулинар» (16+) 19.45 Т/с «Кулинар» (16+) РОССИЯ 24 16.00 Дальний Восток ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06	05.30 X/ф «Кольца Альманзора» (6+) 06.30 X/ф «Во бору брусника» (12+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 X/ф «Во бору брусника» (12+) 09.35 «Легенды кино» (12+) 10.15 «Главный день» (16+) 11.00 «Война миров» (16+) 11.45 «Не факт!» (12+) 12.15 «СССР. Знак качества» с Гариком Сукачевым (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Легенды музыки» (12+) 13.40 Т/с «С чего начинается Родина» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.25 Т/с «С чего начинается Родина» (16+) 21.55 X/ф «Душа шпиона» (16+) 23.50 X/ф «Во бору брусника» (12+) 02.25 X/ф «Кольца альманзора» 03.25 X/ф «С ног на голову» (16+) 05.30 Д/с «Атака мертвецов» (12+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.50 Т/с «Сваты» (16+) 09.40 X/ф «Миллионер» (16+) 11.45 Т/с «Под каблуком» (16+) 19.45 «Скажи, подруга» (16+) 20.00 Т/с «Великолепный век» (16+) 23.40 X/ф «Белое платье» (16+) 01.35 Т/с «Под каблуком» (16+) 05.00 «Преступления страсти» (16+) 06.35 «6 кадров» (16+) 07.10 Т/с «Сваты» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Т/с «Любимцы» (16+) 06.30 «Пятница News» (16+) 06.50 «Кондитер-3» (16+) 07.50 «Кондитер-3» (16+) 09.00 «Кондитер-3» (16+) 10.10 «Кондитер-5» (16+) 11.30 «Кондитер-6» (16+) 12.50 «Четыре свадьбы-2» (16+) 14.00 «Четыре свадьбы-2» (16+) 14.50 «Четыре свадьбы-2» (16+) 16.10 «Четыре свадьбы-3» (16+) 17.20 «Четыре свадьбы-3» (16+) 19.00 «Четыре свадьбы-3» (16+) 20.30 «Четыре свадьбы-3» (16+) 22.10 «Четыре свадьбы-3» (16+) 00.00 «Рабы любви» (16+) 01.40 X/ф «Сплит» (16+) 03.30 «Пятница News» (16+) 04.00 «Черный список» (16+) 04.50 «Черный список-2» (16+) 05.20 «Пятница News» (16+)	06.00 Т/с «Такая работа. Возмездие. Часть 1» (16+) 06.35 Т/с «Такая работа. Возмездие. Часть 2» (16+) 07.10 Т/с «Такая работа. Семья» (16+) 07.45 Т/с «Такая работа. Письмо» (16+) 08.30 Т/с «Такая работа. Замочная скважина» (16+) 09.15 Т/с «Такая работа. Одноклассники» (16+) 10.00 «Светская хроника» (16+) 11.00 «Они потрясли мир. Вячеслав Тихонов и Нонна Мордюкова. Лед и пламя» (12+) 11.55, 13.35 X/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Двадцатый век начинается» (12+) 15.05, 16.40 X/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Сокровища Агры» (12+) 18.05 Т/с «След. Друзья по несчастью» (16+) 19.00 Т/с «След. Операция мусор» (16+) 19.45 Т/с «След. Отбивные с кровью» (16+) 20.35 Т/с «След. Секретная миссия» (16+) 21.20 Т/с «След. Мусоровоз для мусора» (16+) 22.05 Т/с «След. Одно к одному» (16+) 22.55 Т/с «След. Ехидна» (16+) 23.40 Т/с «След. Демиург» (16+) 00.25 Т/с «След. Спящая красавица» (16+) 01.15 Т/с «След. Репетитор» (16+) 01.55 Т/с «След. Такие разные игры» (16+) 02.25 Т/с «Прокурорская проверка. Магазин в двух шагах» (16+) 03.20 Т/с «Прокурорская проверка. Сладкий сон» (16+) 04.10 Т/с «Прокурорская проверка. Добрая бабушка» (16+) 05.05 Т/с «Прокурорская проверка. В мире животных» (16+)

воскресенье, 7 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.05 Т/с «Отчаянные» (16+) 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 Т/с «Отчаянные» (16+) 07.00 «Играй, гармонь любимая!» (12+) 07.45 «Часовой» (12+) 08.15 «Здоровье» (16+) 09.20 «Непутевые заметки» (12+) 10.15 «Парни с квартала» (16+) 11.20 Т/с «Андреевский флаг» (16+) 12.15 Т/с «Андреевский флаг» (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 Т/с «Андреевский флаг» (16+) 21.00 «Время» 22.35 «Выбор агента Блейка» (12+) 00.45 «Наедине со всеми» (16+) 02.35 «Россия от края до края» (12+)	05.35 X/ф «Полынь трава окаянная» (12+) 07.15 «Устами младенца» 08.00 Местное время. Воскресенье. «Вести. События недели» 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00, 20.00 Вести 12.00 «Доктор Мясников» (12+) 13.05 Т/с «Я всё помню» (12+) 18.00 «Песни от всей души» (12+) 22.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.00 X/ф «Допустимые жертвы» (16+) 02.35 X/ф «Полынь трава окаянная» (12+)	05.35 Т/с «Дельта» (16+) 09.00, 11.00, 17.00, 20.00 «Сегодня» 09.20 «У нас выигрывают!» (12+) 11.20 «Первая передача» (16+) 12.00 «Чудо техники» (12+) 13.00 «Дачный отчет» (0+) 14.00 «Наш Потребнадзор» (16+) 15.00 «Своя игра» (0+) 16.00 «Следствие вели...» (16+) 17.20 «Следствие вели...» (16+) 20.50 Т/с «Десант есть десант» (16+) 23.40 «Маска» (12+) 02.25 «Их нравы» (0+) 02.50 Т/с «Братаны» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день. Итоги (16+) 07.20, 09.20, 11.20, 13.20, 15.20, 17.20, 19.20, 21.20, 23.20 Наши в Ютуб (12+) 07.25, 09.25, 11.25, 13.25, 15.25, 17.25, 19.25, 21.25, 23.25 Сахалин в цифрах (12+) 07.28, 08.27, 09.28, 10.27, 11.28, 12.27, 13.28, 14.27, 15.28, 16.27, 17.28, 18.27, 19.28, 20.27, 21.28, 22.27, 23.28, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Опрос дня (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.20, 01.20, 02.20, 03.20, 04.20, 05.20, 06.24 Держи краба (12+) 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. Итоги (16+) 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черный Сахалин (12+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 ДВ-блиц (12+) 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Т/с «Кулинар» (16+) 07.55 Мультфильмы (0+) 09.00 X/ф «Блондинка за углом» (16+) 10.30 «Фазенда-Лайф» 11.00, 17.00 Новости 11.10 Т/с «Кулинар-2» (16+) 17.15 Т/с «Кулинар-2» (16+) 05.45 Мультфильмы (0+) ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06 Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». ТВ-программа содержит знаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей. 0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей. Перечетка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».	06.00 X/ф «Постарайся остаться живым» (12+) 07.10 X/ф «Командир корабля» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Д/с «Оружие победы» (12+) 09.30 Д/ф «7 августа - День железнодорожных войск» (16+) 09.55 «Военная приемка» (12+) 10.40 «Скрытые угрозы» (16+) 11.25 «Код доступа» (12+) 12.10 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+) 12.55 Д/с «Освобождение» (16+) 13.25 «Специальный репортаж» (16+) 14.30 Т/с «Викинг-2» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+) 19.45 Д/с «Легенды советского сыска» (16+) 22.50 X/ф «Золотая мина» (12+) 01.15 Д/с «Освобождение» (16+) 01.45 Т/с «С чего начинается Родина» (16+) РОССИЯ 24 16.00 События недели 16.33 Интервью	07.30 Т/с «Сваты» (16+) 10.45 X/ф «Белое платье» (16+) 12.40 Т/с «Из Сибири с любовью» (16+) 16.15 X/ф «Отпуск в соновом лесу» (16+) 20.00 Т/с «Великолепный век» (16+) 23.40 X/ф «Миллионер» (16+) 01.40 Т/с «Под каблуком» (16+) 05.00 «Преступления страсти» (16+) 07.25 «6 кадров» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Т/с «Любимцы» (16+) 06.20 «Пятница News» (16+) 06.50 «Кондитер» (16+) 07.50 «Кондитер» (16+) 09.00 «Черный список-2» (16+) 09.40 «Черный список-2» (16+) 11.00 «Зовите шефа» (16+) 11.40 «Зовите шефа» (16+) 12.20 «На ножках» (16+) 13.20 «На ножках» (16+) 14.20 «На ножках» (16+) 15.20 «На ножках» (16+) 16.30 «На ножках» (16+) 17.30 «На ножках» (16+) 18.30 «На ножках» (16+) 19.40 «На ножках» (16+) 20.30 «На ножках» (16+) 21.40 «На ножках» (16+) 22.40 «На ножках» (16+) 23.40 «На ножках» (16+) 01.00 X/ф «Еще по одной» (16+) 02.50 X/ф «Взаперти» (16+) 04.20 «Пятница News» (16+) 04.50 «Черный список» (16+) 05.40 Т/с «Любимцы» (16+)	06.00 Т/с «Улицы разбитых фонарей. Испорченный телефон» (16+) 06.45 Т/с «Улицы разбитых фонарей. Операция чистые руки (Часть 1)» (16+) 07.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей. Операция чистые руки (Часть 2)» (16+) 08.30 Т/с «Чужой район-2. Кредит» (16+) 09.20 Т/с «Чужой район-2. Ранение» (16+) 10.15 Т/с «Чужой район-2. Клеймо» (16+) 11.15 Т/с «Чужой район-2. Подстава» (16+) 12.15 Т/с «Чужой район-2. Граффити» (16+) 13.15 Т/с «Чужой район-2. Похищение» (16+) 14.10 Т/с «Чужой район-2. Мечта» (16+) 15.10 Т/с «Чужой район-2. Коллега» (16+) 16.05 Т/с «Чужой район-2. Вера» (16+) 17.05 Т/с «Чужой район-2. До самой смерти» (16+) 18.00 Т/с «След. Другие люди» (16+) 18.50 Т/с «След. Горячая Надежда» (16+) 19.40 Т/с «След. Кушать подано» (16+) 20.30 Т/с «След. Она по волоке ходила» (16+) 21.15 Т/с «След. Уйди, жиренчик!» (16+) 22.05 Т/с «След. Охотники и собиратели» (16+) 22.50 Т/с «След. Все относительно» (16+) 23.25 Т/с «След. За тремя зайцами» (16+) 00.05 Т/с «След. Контакт» (16+) 00.45 Т/с «След. Мертвая свадьба» (16+) 01.30 Т/с «След. Смерть ради смеха» (16+) 02.10 Т/с «Дознаватель. Пикник» (16+) 03.00 Т/с «Дознаватель. Белые ночи» (16+) 03.45 Т/с «Дознаватель. Поединок» (16+) 04.30 Т/с «Дознаватель. Командировка» (16+) 05.15 Т/с «Дознаватель. Лекарство» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49 16 31



Волшебство «персидского яблока»

Персик не просто любят и с удовольствием едят в свежем и в консервированном виде. В некоторых странах персиковое дерево и его плоды почитают как дар богов, способный наполнить жизненными силами, вылечить от множества болезней, отогнать злых духов и принести в дом счастье и благополучие. А современные учёные исследования подтверждают его многочисленные полезные и лечебные свойства.

Состав и калорийность

Белки - 0,91 г.
Жиры - 0,25 г.
Углеводы - 9,54 г.
Вода - 88,87 г.
Зола - 0,43 г.

Плоды персиковых деревьев содержат флавоноиды, каротиноиды, сахара, доля которых в некоторых сортах может достигать 15-20%, органические кислоты (винную, яблочную, хинную, лимонную), эфирное масло, витамины, соли различных минералов.

Наиболее значительно (из числа минералов) присутствие в персиковых плодах калия. В 100 граммах свежих фруктов содержится около 15% суточной потребности человека в этом минерале. А в 100 граммах сушёного персика – порядка 80-85%. Есть в этих фруктах также железо, магний, фосфор, цинк, но их присутствие в 100 г свежего продукта ограничивается 3-4% суточной потребности. При этом кожица фрукта превосходит мякоть по содержанию и минеральных солей, и флавоноидов.

Среди витаминов наибольшее значение имеет содержание в персике витамина С и витамина Е (до 10% суточной потребности в 100 г), но хорошо представлены в плодах также витамины группы В (В2, В6, В3/РР, В1 – до 4% с. п.).

Семена косточки содержат жирные масла (до 57%), эфирное масло, амигдалин, ряд кислот (олеиновую, нонакозановую, пальмитиновую и др.), соли калия и железа.

Лечебные свойства

К лечебным эффектам, связанным с употреблением персиков, относят способность плодов усиливать секрецию пищеварительных желёз, нормализовать нарушения сердечного ритма, проявлять мочегонные и слабительные свойства. Судя по регулярно пополняющемуся списку исследований персика, экстракты из различных частей персикового дерева в будущем могут стать лекарственной основой для лечения болезней и коррекции ряда патологических состояний:

- проблемы желудочно-кишечного тракта. Ряд исследований показывает, что персиковые препараты улучшают работу ЖКТ. Так, в эксперименте *in vitro* («в пробирке»), проведённом на ткани кишечника крысы, было подтверждено активизирующее действие экстрактов цветков персика на моторную активность пищеварительного тракта. Эти же экстракты препятствовали антиперистальтическим сокращениям гладкой мускулатуры;

- раковые заболевания. Полифенолы персика могут при определённых условиях снижать жизнеспособность клеток рака молочной железы, не влияя на нормальные клетки. Также показано было, что экстракт ядра косточки тормозит разрастание клеток рака толстой кишки человека. А кора нескольких видов персиковых деревьев способна предупреждать развитие доброкачественной гиперплазии предстательной железы;

- сердечно-сосудистые патологии. Экстракты семян персиков тормозят процесс объединения и слипания (агрегацию) тромбоцитов, тем самым замедляя образование тромбов и закупорку сосудов. Кроме того, сразу несколько видов



персиков продемонстрировали сосудорасширяющее действие. Причём схожим свойством, позволяющим эффективно снижать повышенное артериальное давление, обладают и экстракты ветвей персикового дерева;

- диабет. Хотя диабет входит в перечень противопоказаний при употреблении сладких плодов персика в пищу, другие компоненты растения могут помочь диабетикам контролировать уровень глюкозы. Так, экспериментально было установлено, что листья персикового дерева содержат вещество, которое действует как мощный ингибитор абсорбции глюкозы в тонком кишечнике мышей. Лиственный экстракт, способствующий уменьшению всасываемости глюкозы, может быть полезен в функциональных продуктах и лекарствах при гипергликемии для предотвращения абсорбции глюкозы после еды.

Некоторые работы позволяют предположить, что гликозиды, выделенные из семян персика в виде метального экстракта, способны оказывать противоаллергическое и противовоспалительное действие.

В медицине

В современной научной медицине персиковые составляющие используются в качестве сырьевого компонента лечебных косметических средств, а также применяются для создания масляной основы некоторых лекарств. Так, из семян, добываемых из косточек плодов, готовят персиковое масло, применяемое в фармацевтике для растворения водонерастворимых веществ, приготовления инъекционных растворов, создания основы жидких мазей (линиментов).

Экстракты плодов персика в качестве растительной биологически активной добавки представлены на рынке широко и рекомендуются производителями для укрепления сердца и сосудов, для приведения в норму кровяного давления, для повышения уровня гемоглобина и выведения «лишней» жидкости.

Экстракты листьев позиционируются как общеукрепляющие препараты комплексной защиты организма. Производители отмечают, что это персиковое средство способно увеличивать физическую выносливость, улучшать пищеварение, нормализовать функции эндокринных желёз и уменьшать негативные последствия стрессов.

В перечне показаний к применению экстрактов: сердечно-сосудистые заболевания; интоксикация; быстрая утомляемость и нарушения сна;

- проблемы с пищеварением;
- заболевания органов дыхания;
- гинекологические патологии;
- обильные менструации и нарушения цикла, фиброзно-кистозная мастопатия, гормонозависимые патологии и доброкачественные разрастания тканей (эндометриоз, миома матки) и др.;
- анемия; патологии щитовидной железы.

Такого рода препараты, согласно инструкции, рекомендуется принимать для профилактики раз в день по 2-4 капли. В ходе лечения болезни доза обычно увеличивается в 5-7 раз.

В народной медицине

В народной медицине приготовленные разным способом плоды, цветки, семена, листья персика применяются для лечения:

- сердца и сосудов;
- геморроя; мочевыводящих путей;
- органов пищеварения;
- сахарного диабета;
- головных и ушных болей;
- ревматизма;
- паразитического заражения гельминтами;
- кожных заболеваний и патологий (экзем, ожогов, гнойных воспалений ткани, атопического дерматита аллергической природы).

В зависимости от показаний используются специфические рецепты многокомпонентных средств и концентратов. Например, для восстановления работоспособности кишечника при запорах и нарушении работы желудка с пониженной кислотностью рекомендуется выпивать свежесжатый персиковый сок (50 г) за 15 минут до приёма пищи. Такой аперитив усилит секреторную функцию пищеварительных желёз и поможет справиться с жирными продуктами. Также соком плодов лечат мочекаменную болезнь.

Не менее широко используется в народной медицине и сок листьев персикового дерева. Считается, что несколько его капель, закапанных в ухо, помогают человеку избавиться от ушных клещей. В древней народной медицине существовали представления о том, что схожим образом с помощью персиковых листьев можно избавиться человека и от кишечных гельминтов. Для этого следовало перемолоть листья в кашку, а повязку с ней наложить на пупок больного. Но по причине недостаточной эффективности этого метода чаще всё-таки практиковался пе-

роральный приём сока листьев и/или соцветий с сахаром. Считалось, что даже 50 граммами сока удаётся навсегда вывести солитёра. Но и при наружном нанесении лиственный сок приносит пользу, избавляя кожу от неприятного известкового запаха.

Зачастую персиковые добавки в питание рекомендовались утомлённым и/или истощённым людям просто для восстановления сил и создания общеоздоровляющего эффекта.

Однако древние целители воспринимали персиковые составляющие не только как лекарства. Так, пушком кожицы, смешанным с капустным соком, выводили бородавки, но этим же средством провоцировали выкидыш у беременных. Согласно народным терапевтическим традициям, к выкидышу могло привести и употребление в пищу всего 0,5 грамма персиковых цветков.

Ещё один распространённый в народной медицине компонент – ядра персиковых косточек. В Юго-Западной Азии маслом, отварами и настоями персиковых семян лечили заболевания глаз, в Африке и, позднее, в Америке – лихорадку, бронхит, астму, в Центральной Азии – мигрень, мочекаменную болезнь и кожные патологии (при наружном применении).

Примеры избранных рецептов отваров и настоев приведены ниже.

Отвары и настои

Настой листьев от гнойно-некротических воспалений кожи. Персиковые листья (8 шт.) тщательно измельчаются до однородной массы и смешиваются с несколькими ломтиками картофельных шкурок. Кашица заливается кипятком (60-70 мл) и после 15-минутного настаивания переносится на чистую плотную повязку, которая накладывается на поражённые участки кожи. Длительность процедуры от 30 минут до часа.

Отвар листьев при опоясывающем лишае. Свежие листья (100 г) измельчаются и вывариваются в воде (500 мл) в течение 10-15 минут. После этого состав должен остыть под крышкой в течение 1-1,5 часа. Чтобы упростить нанесение состава на тело, подготовленной жидкостью пропитывают чистую полотняную повязку, меняя её после высыхания.

Настой/отвар семян и коры при хроническом бронхите. Сухие семена персика (150 г) и толчёная кора (150 г) заливаются яблочным уксусом (500 мл) и водой (500 мл), после чего закрыва-

ются и отправляются в тёплое место на 5 дней. В течение времени настаивания смесь нужно регулярно встряхивать или перемешивать. После подготовки настой ставится на небольшой огонь и выпаривается до тех пор, пока не останется примерно половина от первоначального объёма. Завершает приготовление – добавление в состав коньяка или бренди (250 мл).

Хранится средство в бутылке или банке из тёмного стекла с плотно закрывающейся крышкой. При бронхите его следует принимать по 1 ст. л. каждые 4 часа. Такой же режим назначается при лихорадке и простудных заболеваниях. Но его же рекомендуют использовать и для облегчения ушной боли (в виде капель), и для выведения глистов (по 2 ст. л. трижды в день).

В восточной медицине

Персиковое дерево в Китае – одно из самых почитаемых растений: из-за того, что его цветки появляются до листьев, считается, что оно обладает более сильной, чем другие деревья, жизненной энергией. С глубокой древности (а одомашнивание персика на территории Китая, вероятно, произошло ещё в 5 тыс. до н. э.) персик стал неотъемлемой частью как общекультурной, так и терапевтической традиции.

Медицинская практика предполагала использование всех частей растения (от мякоти плодов, цветков и ядра косточки до листьев, коры и корней) в исцелении физической и метафизической природы. Например, из персикового дерева вытаскивали амулеты, которые должны были изгонять болезни, вызванные нечистой силой. Но если талисманы не помогали, из персиковых составляющих варили целебные отвары.

Большим почитанием в китайской культуре окружены и плоды персика, символизирующие долгую жизнь и/или бессмертие. Даже Шоу-син, известный как бог долголетия, изображается с персиковыми плодами в руке. Согласно древним трудам по китайской медицине, особыми свойствами обладали те персиковые плоды, которые продержались на ветвях всю зиму и были сорваны только ранней весной. Отвар из таких фруктов изгонял 100 видов демонов, выводил 5 видов токсинов и применялся в лечении «скверны» (под этим определением имелись в виду внезапная бледность, потеря сознания, отлив крови от конечностей, головокружение из-за действия токсина или патогенной Ци).

У всех частей персикового дерева в китайской медицине есть общие и специфические функции и показания к применению. Например, общей для персиковых плодов, семян и цветков можно назвать функцию устранения застоя и улучшения циркуляции крови, а также связанную с этим нормализацию менструации. Благодаря антизастойным эффектам эти персиковые составляющие применяются при затяжном отсутствии менструаций (при аменорее) и при нарушениях цикла, сопровождающихся болезненным синдромом (при дисменорее), когда эти состояния провоцируются застоем крови и энергии Ци.

Также плоды, семена и цветы применяются для восстановления пищеварения при сухости кишечника и избавления от запоров. Существуют следующие традиционные рецепты применения различных ингредиентов при перечисленных проблемах:

- на основе плодов. У трёх фруктов удаляются кожица и косточка, а оставшаяся мякоть смешивается с мёдом (30 г) и варится на пару до готовности;

- на основе семян. Семена персика (10 г), семена абрикоса (10 г), чёрный кунжут (15 г) смешиваются, заливаются 250 мл воды и отвариваются 15-30 минут. Принимается дважды в день до излечения;

- на основе цветков. Свежесобранные персиковые цветки (50 г) тщательно смешиваются со свежим мёдом (500 мл), помещаются в сосуд и сверху равномерно присыпаются сахаром (2 ст. л.). После этого сосуд плотно закрывается и оставляется на 10 дней в тёмном прохладном месте. Принимается такое средство от запоров дважды в день по 1 ст. л. с разбавлением кипячёной водой. Этот же состав рекомендован при затруднённом мочеиспускании и отёках.

Если семена и цветки персика соотносятся с каналами толстого кишечника, печени и сердца, то листья растения отвечают за селезёнку и почки. С их помощью выводят токсины и паразитов, снимают воспаление и зуд, охлаждают жар. Поэтому препараты на их основе применяют наружно при лишаях, экземах, ожогах, воспалениях



кожи, педикулёзе, вагинальном трихомониазе (путём смачивания отваром наружных половых органов). Также листовые отвары назначают при болях в суставах и при ограничении их подвижности. Внутрь отвары (по 3-6 г за приём) пьют при мигренях.

Устранять действие токсина и выводить паразитов могут отвары на основе ветвей и белого слоя древесной коры. Кроме этого, с помощью отваров побегов ещё улучшают циркуляцию крови, устраняют боли в эпигастрии и лечат лишай, а с помощью коры – снимают зубную боль и устраняют отёки. Для этого либо готовят порошок, либо делают микстуру, которой потом полощут ротовую полость.

В традиционной китайской медицине как самостоятельный целебный ингредиент в ход идут даже ворсинки кожуры фрукта. Ими лечили все виды болей, первичное бесплодие, маточные кровотечения, застойные кровяные уплотнения в животе и те болезни, которые были вызваны оборотнями и злыми демонами.

Характерно, что среди противопоказаний к применению почти всех средств была беременность. Также не рекомендовалось есть незрелые плоды и злоупотреблять спелыми, чтобы избежать вздутия живота. Особенно нежелательным персиковое переизбытие считалось при избыточном внутреннем жаре.

Несмотря на то что китайские врачи на протяжении тысячелетий формировали сложную систему лечения персиковыми составляющими, некоторые обособленные терапевтические традиции можно выделить в тибетской и индийской народной медицине. Так, в Тибете масло персиков применялось для лечения конъюнктивитов, а отвары листьев – для устранения лихорадки и простуд. В Индии листьями растения лечили дизентерию.

В научных исследованиях

Изучение персика (и препаратов из различных частей растения) далеко не всегда ставит целью обнаружение прямых медицинских эффектов, на основе которых можно сразу рекомендовать создание терапевтической программы. Результатом работы множества проектов становится просто констатация наличия или отсутствия некоего локального эффекта, который сам по себе прямо ещё не обуславливает лечебного воздействия. Кроме того, ряд исследований посвящены сугубо «хозяйственной» теме выращивания и хранения быстро портящихся персиков, а также способов их максимально безболезненной транспортировки. Здесь мы такие работы не приводим, а ограничиваемся примерами научных экспериментов, которые лучше других иллюстрируют потенциальную возможность применения персиков в улучшении здоровья человека.

Полифенолы персика подавляют рост опухолей и метастазирование клеток рака молочной железы.

Ингибирование роста опухоли молочной железы MDA-MB-435 и антиметастатические эффекты полифенолов персика исследовали *in vivo* в экспериментах на крысах. Результаты показали, что рост опухоли и метастазирование в лёгкие животных тормозилось полифенольными препаратами персика в диапазоне доз 0,8-1,6 мг/день.

Учёные предполагают, что одной из молекулярных мишеней для антиметастатической активности полифенолов персика стала модуляция экспрессии генов металлопротеиназ. Из этого делается вывод, что персиковые полифенольные соединения могут представлять собой новое химиопрофилактическое средство для снижения риска метастазирования в комбинированной терапии при диагностировании первичного рака. Попытка пересчитать необходимую дозу необходимых полифенолов для клинических исследований на людях дало ~ 370,6 мг/день для взрослого человека в 60 кг. Считается, что это эквивалентно съеданию человеком 2-3 плодов свежего персика в день. При отсутствии свежих фруктов для продолжения исследований может быть использована и диетическая добавка порошка экстракта полифенолов фрукта.

Экстракты ядра персика оказывают антипролиферативное действие на клетки рака толстой кишки человека в экспериментах на клеточном материале.

Экстракт ядра персиковой косточки при определённых условиях способен тормозить разрастание клеток рака толстой кишки человека благодаря содержанию амигдалина. При попадании этого цианогенного глюкозида в организм с пищей может развиваться опасная интоксикация. Однако при непосредственном влиянии амигдалиновых экстрактов на раковые клетки, в определённых дозировках наблюдался антипролиферативный эффект.

Мониторинг изменений кинетики клеточного цикла в клетках рака толстой кишки производился в течение разных периодов (в 24, 48 и 72-часовых интервалах). В результате наблюдалась сложная картина реакций, при которой, в зависимости от концентрации и периода, возникал либо пролиферативный, либо антипролиферативный эффект. Однако учёные на основе изученных алгоритмов тем не менее считают возможным создание противораковой терапии с использованием экстрактов персиковых ядер. Персиковое масло останавливает некроз тканей (в экспериментах *in vitro*) и уменьшает атеросклероз у мышей (в экспериментах *in vivo*). Для экспериментов «в пробирке» была взята ткань пупочной вены человека, поражённая опухолью TNF-α.

Персиковое масло в этих условиях показало способность на разных уровнях подавлять фактор, провоцирующий тромбоз, и улучшало жизнеспособность здоровых клеток эндотелиальной ткани.

В экспериментах на мышах персиковое масло помогло:

- снизить уровень общего холестерина;
- триглицеридов;
- холестерина в липопротеинах низкой плотности;
- повысить уровень холестерина в липопротеинах высокой плотности в сыворотке;
- уменьшить площадь атеросклеротических поражений в аорте;
- значительно снизить экспрессию белка TF для подавления образования атеросклеротической бляшки.

На основании этого учёные делают вывод, что персиковое масло может быть полезным для предотвращения атеросклероза при наличии сердечно-сосудистых заболеваний.

Для похудения

В Восточной Азии как средство для похудения популярен чай из персиковых цветков. Правда, до последнего времени его пили, следуя, главным образом, древним традициям народной медицины. Однако недавно способность заваренных персиковых цветков бороться с ожирением проверили в научных экспериментах *in vitro* и *in vivo* на мышах.

Фитохимические вещества водных экстрактов цветков персика (0,2% и 0,6%) в течение 8 недель тестировали на мышах, разделённых на группы с разной диетой, включающей рацион с высоким содержанием жиров. Результаты такого исследования показали, что экстракты персиковых цветков:

- значительно снижали массу тела;
- сокращали массу жира в брюшной полости;
- снижали уровень глюкозы в сыворотке;
- уменьшали массу печени и селезёнки по сравнению с контрольной группой.

В целом анализ данных продемонстрировал способность экстрактов подавлять экспрессию липогенных генов, улучшать метаболизм липидов в печени (путём снижения липогенеза и увеличения окисления жирных кислот). Это дало возможность сделать вывод, что традиционный чай для похудения действительно способен избавлять от лишнего веса, по крайней мере, мышей с ожирением.

Плоды персиков с их калорийностью порядка 40 ккал/100 г продукта тоже довольно популярны в различных комплексных программах похудения, но там они чаще выполняют роль вспомогательного продукта, который выводит «лишнюю» воду, ускоряет метаболизм, помогает переваривать «тяжёлую» пищу.

Опасные свойства и противопоказания

У человека на плоды персика достаточно часто возникают аллергические реакции разной степени выраженности. Поскольку особенно аллергенна кожица фрукта, маленьким детям 6-, 7-месячного возраста персик начинают добавлять в рацион в очищенном виде маленькими кусочками. Кормящей женщине тоже желательно не злоупотреблять фруктами, ограничиваясь 1 персиком в 2-3 дня. Ограничения распространяются и на период беременности. С осторожностью следует употреблять персик и людям с сахарным диабетом.

Ядра персиковых косточек, которые нередко используются в азиатских кухнях и в рецептах народной медицины, содержат вещество амигдалин, относящееся к цианогенным гликозидам. Молекула этого вещества при гидролизе распадается на «ядовитую» молекулу синильной кислоты и молекулу бензальдегида, который отвечает за миндальный запах ядрышек. При высокой концентрации амигдалина человек может столкнуться с отравлением различной тяжести.

Величина опасности индивидуальна, поскольку зависит от ряда смежных факторов. Например, поскольку глюкоза способна связывать цианиды, люди, съедаящие ядра персиков в составе сладких блюд, рискуют отравиться в меньшей степени. Кроме того, для осуществления гидролиза необходима кислая среда или наличие эмульсина – фермента, содержащегося в персиковой косточке. Однако при нагревании эмульсин разрушается, а значит, и нарушается алгоритм образования ядовитой синильной кислоты (недаром в классических кулинарных рецептах ядра нередко предварительно обжаривают). Поэтому основная опасность передозировки амигдалином из персиковых косточек связана с неконтролируемым самолечением (например, с назначением себе высоких доз экстрактов персиковых семян).

Сахалинец устроил товарища на работу и лишился 1,5 миллиона

Следственным управлением МВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении ранее неоднократно судимого 54-летнего жителя областного центра, обвиняемого в мошенничестве.

Установлено, что фигурант устроился на работу к своему товарищу - индивидуальному предпринимателю, с которым знаком с 2015 года. В его обязанности входило по доверенности представлять индивидуального предпринимателя в банках и иных кредитных организациях по вопросам открытия расчетных счетов, распоряжения ими, а также совершать другие необходимые финансовые формальности.

В августе 2019 года обвиняемому на электронную почту поступило предложение о сотрудничестве с ООО, связанное с оптовым приобретением у организации мясной продукции.



У фигуранта возник корыстный умысел, направленный на хищение товарно-материальных ценностей данного ООО, путем злоупотребления

доверием руководителя обособленного подразделения, выразив намерение о заключении от имени предпринимателя договора поставки мясopодук-

тов, заведомо не собираясь выполнять его условия.

Он заключил со второй стороной договор поставки от имени своего работодателя на сумму 1 492 222 рубля. 20 августа 2019 года он получил мясopодукты на вышеуказанную сумму, но реализовал ее другому физическому лицу за наличный расчет, стоимостью 1 550 000 рублей, а полученные денежные средства потратил.

Таким образом, являясь по нотариальной доверенности уполномоченным лицом, не исполнив договорные обязательства, заключенные им в ходе осуществления предпринимательской деятельности от имени ИП с ООО, похитил путем злоупотребления доверием принадлежащие товарно-материальные ценности общества на общую сумму 1 492 222 рубля, что повлекло причинение значительного ущерба потерпевшей стороне.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Обиделся и обокрал

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении местного 25-летнего жителя, обвиняемого в краже, совершенной с незаконным проникновением в хранилище.

Установлено, что весной текущего года фигурант устроился в качестве разнорабочего в одну из местных фирм, занимающуюся продажей продуктов питания. В апреле ему объявили, что испытательный срок он не прошел. Тогда гражданин решил похитить имущество, принадлежащее предприятию.

Продумав план, он попросил о помощи малознакомого ему мужчину, с которым он в тот вечер употреблял алкоголь, вывезти продукты с территории предприятия. Не зная, что данные деяния являются противоправными и он может стать соучастником преступления, гражданин дал согласие. Тогда фигурант вызвал такси, и они проехали на территорию, где находился контейнер, принадлежащий потерпевшей стороне. В распоряжении обвиняемого остался ключ от него, поэтому они с легкостью проникли внутрь, вынесли продукты питания и погрузили их в автомобиль такси. Украденное они перевезли по месту жительства обвиняемого.

Впоследствии гражданин распродал похищенное незнакомым ему людям, а вырученные деньги потратил по своему усмотрению. Сумма ущерба, причиненного юридическому лицу, составила почти 100 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Вот такой ремонт дивана

Следственным управлением МВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении ранее неоднократно судимого 36-летнего уроженца Смирныховского района, обвиняемого в краже.

Установлено, что брат фигуранта познакомил его с потерпевшей и вместе они пришли к ней в гости. В ходе общения обвиняемый пообещал заявительнице починить диван. На следующий день гражданин снова пришел к ней в гости, чтобы исполнить обещание. Встреча продолжилась распитием спиртных напитков и через

некоторое время потерпевшая уснула. Воспользовавшись данным обстоятельством, обвиняемый похитил ее мобильный телефон и покинул жилище.

Украденный девайс злоумышленник сдал в ломбард, выручив за него 5 000 рублей, которые потратил на личные нужды. При этом сумма ущерба составила 36 600 рублей.

Пригласил в гости вора

Следственным управлением МВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении ранее судимого 57-летнего жителя областного центра, обвиняемого в краже.

Установлено, что 11 мая фигурант находился на улице в компании двух знакомых женщин. Вместе они распивали спиртное. Позже к ним присоединился его коллега по работе, который предложил всем пойти к нему в гости.

В ходе дальнейшего застолья фигурант вспомнил, что когда ранее приходил к своему товарищу, то последний доставал деньги из-под ковра в соседней комнате, где они постоянно хранятся. Пока за его действиями никто не наблюдал, гость прошел в комнату и похитил наличные в сумме 200 тысяч рублей из импровизированного тайника.

Когда он вернулся к столу, то предложил присутствующим пойти на улицу, на что все согласились. Далее компания продолжила досуг за счет потерпевшего, который не знал, что приятель расплачивается его деньгами. В дальнейшем украденные средства злоумышленник потратил на развлечения и золотые украшения. К моменту, когда заявитель обнаружил кражу и обратился за помощью в полицию, у фигуранта осталось на руках всего 15 тысяч рублей.

Мошенник из Долинска обманывал земляков

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении 32-летнего жителя Долинска, обвиняемого в серии мошенничеств.

В ходе следствия установлено, что фигурант находил на популярном интернет-ресурсе частные объявления граждан. Его интерес вызывали разные случаи, начиная от купли-продажи различных товаров и заканчивая какими-либо про-

фильными услугами. После он связывался с потерпевшими по обозначенным в объявлении контактам через популярный интернет-мессенджер, заранее зная, что предоставлять запрашиваемую услугу не будет. Так, например, двум потерпевшим обвиняемый обещал породистых щенков, другим же предлагал платные услуги по подготовке к сдаче экзаменов в ГИБДД на водительское удостоверение. Когда же ему удавалось войти в доверие, фигурант под различными предлогами просил перечислить ему предоплату, а получив деньги, обрывал связь с потерпевшими.

Таким образом на уловки обвиняемого попались 11 человек. Общая сумма ущерба, причиненного заявителям, составила свыше 350 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Житель Южно-Сахалинска украл инструменты

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении 24-летнего жителя областного центра, обвиняемого в краже с причинением значительного ущерба.

Установлено, что 22 июня в вечернее время обвиняемый находился рядом с рабочим цехом по изготовлению вентиляционных систем. Дождавшись, когда сотрудники покинут производственное помещение, он проник на территорию и похитил строительные инструменты. Затем он решил вернуться, так как присмотрел на базе другое ценное имущество.

Следующим вечером фигурант снова проник на территорию цеха, чтобы забрать интересующее его оборудование, но его противоправные действия были замечены охраной предприятия.

Таким образом, мужчина не смог довести свои преступные действия до конца и распорядиться похищенным в своих целях, по независящим от него причинам, чем мог причинить потерпевшей значительный материальный ущерб на общую сумму 40 886 рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД РФ по Сахалинской области

Ритуал +
ВЫВОЗ ТЕЛА КРУГЛОСУТОЧНО: 48-02-42
 • Весь комплекс ритуальных услуг
 • Огромный выбор венков
 • Изготовление памятников и оградок
 • Благоустройство захоронений
 Ул. Ленина, 213 (Дом быта, 4-й этаж), оф. 416а
 Тел. 22-48-33

АРТ-ГРАНИТ
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК
 Гранит - от 18 000 руб.
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.
 • Рассрочка платежа
 • Гарантия
 • Бесплатное хранение
 Полный комплекс услуг: столики - лавочки - вазы - облицовочная гранитная плитка. Художественные работы ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ - фото на керамике. Благоустройство захоронений.
Тел. 500-639
 Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.
 Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.
 • Бетонирование • Отсыпка • Плитка гранит и керамогранит
 • Ограды гранитные • Комплексы любой сложности

«САХМИНЕРАЛ» Нам 22 года
ПАМЯТНИКИ ПЛИТКА ♦ ОГРАДКИ
 ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ от 10 000 руб.
ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ:
 • Художественные работы
 • Установка ♦ БЕСПЛАТНОЕ ХРАНЕНИЕ
КОВАННЫЕ ИЗДЕЛИЯ: ограды, лестницы, ворота, козырьки и многое другое
 Выезд и консультация специалиста - БЕСПЛАТНО
 Холмское шоссе, 30 Б
77-00-09
 26-49-60, 26-05-25

Памятники
 из природного камня
от 12 000 руб.
 • Изготовление, установка
 • Художественные работы любой сложности
 • Благоустройство мест захоронений
 Вазы, столы, лавочки из гранита
 Обработка портретов средством «Антидождь»
 Скидки участникам ВОВ
 Рассрочка платежа до 18 месяцев
 Наш адрес: ул. Колодезная, 8
 тел.: 77-08-16, 8-914-090-21-58

ТМ
Отдел рекламы
49-16-31



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Цыпленок табака

Ингредиенты: цыпленок - 650 г, масло растительное - 1-1,5 ст. л., листья салата - 3-5 шт. Для маринада: масло растительное - 4 ст. л., сок лимона - 2 ч. л., соль - 1 ч. л., травы прованские сушёные - 1 ч. л., паприка молотая - 2 ч. л., кориандр молотый - 1 ч. л., перец красный молотый - по вкусу.

Приготовление: тушку цыпленка промойте и обсушите. Разрежьте цыпленка посередине грудки пополам и разверните. Переверните тушку цыпленка кожей вверх и аккуратно отбейте, чтобы разровнять, насколько это возможно. Чтобы не повредить кожу, вместо кухонного молотка я использую тяжелую скалку, которой с нажимом несколько раз прокатаю по тушке.

В отдельной емкости смешайте компоненты маринада: растительное масло, сок лимона, соль, смесь сушеных трав, паприку, кориандр и красный перец.

Тщательно со всех сторон смажьте тушку цыпленка маринадом и оставьте при комнатной температуре на 60 минут.

Для более длительного маринования поместите цыпленка в холодильник, накрыв пищевой пленкой. На среднем или чуть выше среднего огне разогрейте сковороду (лучше всего использовать антипригарную или просто с хорошим покрытием) и смажьте растительным маслом (1 ст. ложка). Выложите в



сковороду цыпленка кожей вверх. Установите гнет (я использую плоскую тарелку и гранитную ступку) и обжаривайте цыпленка 5 минут, до румяности.

Затем переверните цыпленка кожей вниз, установите гнет и обжаривайте еще 5 минут. Смажьте противень для запекания тонким слоем растительного масла (0,5 ст. ложки). Выложите на противень цыпленка, по возможности установите легкий гнет (я использовала керамическую форму для запекания) и поместите в духовку, разогретую до 200-210°C.

Запекайте цыпленка табака в духовке 25-30 минут, до готовности.

Выложите цыпленка на листья салата и подавайте к столу, при желании дополнив соусом и/или гарниром по своему вкусу.

Партнер



рубрики

БАЛОВЕНЬ
СУПЕРМАРКЕТ

- Пр. Мира, 47а • Холмское шоссе, 5/6
- ул. Анивская, 69
- Наш новый мини-маркет: ул. Хабаровская, 58
- Наш новый супермаркет: ул. Дзержинского, 37

ЦЕНА ВОПРОСА

445 рублей.

Цыпленок – 290 руб.

Салат – 45 руб.

Лимон – 65 руб.

Приправы и специи – 45 руб.
Масло растительное, соль и перец – из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательной сертификации

Запеканка из картофеля с рыбой

Ингредиенты: картофель - 1 кг, филе минтая - 600 г, лук репчатый некрупный - 2-3 шт., масло растительное - 2-3 ст. л., майонез - 70-100 г, соль - по вкусу, перец черный молотый - по вкусу, пряности (например, базилик сушёный) - по вкусу, зелень петрушки (для подачи) - 2-3 веточки.

Приготовление: картофель очистить, вымыть и нарезать кружочками толщиной около 4 мм. Вскипятить воду.

Подготовленный картофель залить кипятком. Варить на среднем огне около 15 минут. Затем картофель откинуть на дуршлаг и остудить.

Размороженное филе рыбы вымыть и нарезать кусочками шириной около 1,5-2 см, сложить в миску, посолить, поперчить, добавить майонез. Хорошо перемешать и оставить на 10 минут.

Лук очистить, промыть и нарезать полукольцами. Разогреть сковороду, налить растительное масло. Выложить лук и обжарить, помешивая, на среднем огне (3-5 минут). Остудить.



Включить духовку (разогреть до 180 градусов).

Форму для запекания смазать растительным маслом. Выложить в форму половину картофеля, присолить. Выложить слой жареного лука. Затем выложить рыбу (несколько кусочков оставить для оформления верхнего слоя). Затем снова слой картофеля. Присолить и смазать майонезом. Сверху выложить кусочки рыбы (для красоты) и отправить в разогретую духовку.

Запекать при температуре 180 градусов 30-40 минут. Готовую картофельную запеканку с рыбой украсить нарезанной зеленью.

Сбитень с брусникой

Ингредиенты: брусника - 130 г, мед (цветочный) - 125 мл, лимон - 30 г (0,5 шт.), мята свежая - 2 г (1 веточка), кардамон молотый - 5 г, корица молотая - 8 г, лавровый лист - 2 шт., перец горошком - 4 шт., сахар - 90 г, вода - 1,6 л.

Приготовление: бруснику можно брать мороженую. В сбитень кладут различные пряности, например, кардамон, корицу, перец, лавровый лист, мяту. Варим сироп. Для этого в глубокую кастрюлю наливаем чистую (фильтрованную) воду, ставим кастрюлю на огонь. После закипания воды добавляем сахарный песок, перемешиваем. В горячий сахарный сироп добавляем все специи разом. Активно кипятим под крышкой около 5 минут. Далее огонь уменьшаем до среднего.

Бруснику раздавливаем толкушкой. Перекалдываем ягоды в кастрюлю. Добавляем мяту. Перемешиваем, накрываем крышкой и варим



около 20 минут. Снимаем брусничный отвар с плиты, настаиваем (до получаса). Дополнительно накрываем кастрюлю полотенцем, тогда отвар останется горячим. В кувшин наливаем мед. Брусничный отвар процеживаем через сито в кувшин с медом. Напиток из брусники с медом перемешиваем деревянной ложкой. Лимон режем дольками или кружочками, удаляем косточки. Добавляем в кувшин с брусничным напитком. Накрываем крышкой и настаиваем бруснично-медовый сбитень 10-15 мин.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

С этими и со многими другими рецептами вы можете ознакомиться на сайте АСТВ.РУ. Также можете опубликовать на сайте свои рецепты или поделиться ими (на заданную тему) для публикации в газете: telemir@astv.ru

Тема следующего номера - блюда на каждый день

Хотите, чтобы ваш рецепт опубликовали в газете, присылайте: ул. Комсомольская, 2136, «Телемир» или на электронную почту telemir@astv.ru.



БУДНИ
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00
Новости
07.20, 07.40 08.20, 08.40, 09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20
Прогноз погоды
07.10, 08.10, 09.10, 10.10
Гороскоп
07.30, 17.15 ИнтерШум
07.50 Игра «Не факт»
08.35, 14.35 На старте
09.30 Афиша
09.45, 14.50, 17.50

Информационный выпуск о транспортной обстановке
10.50 Игра «Жевать не пережевать»
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (пн)
12.43, 14.43, 15.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43 (вт, ср, пт)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 19.43, 21.43 (чт)
Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00 Открытая студия
13.00 - 14.00 (ср) Час ТИЦа
16.15 Игра «Колбасный цех»
16.40 (пт) МЭТР
16.50 (вт) Крупным планом

18.00 - 19.00 (чт) От первого лица
20.00 - 21.00 Аллоха-чат
21.00 - 00.00 (пт) Космос
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов
Свободный выход 1 раз в день, ежедневно игра «Билетная касса»

ВЫХОДНЫЕ
09.00 - 10.00 (вс)
15.00 - 16.00 (сб) Топ-хит-чарт
09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20
Прогноз погоды
10.10, 11.10 Гороскоп
11.25, 17.25 Игра «Сорви маску»
12.43, 14.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43 (сб)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (вс)
Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Аллоха-чат
21.00 - 00.00 (сб) Космос



Мужик приехал на курорт, и сразу зарядили дожди. На четвертый день такой погоды он стал собираться домой.

— А в чем дело? — удивляется хозяин гостиницы.

— И вы еще спрашиваете? Посмотрите на эту погоду!

— Но у вас дома тоже может идти дождь.

— Знаете, наш дождь дешевле.

— Сима, вы знаете за моего кота? Я его кастрировала.

— Вот уважаю вас, но тыфу вам под ноги за ваше каменное сердце!

— Так он как раньше по ночам гулял, так и теперь гуляет.

— Зачем теперь-то?

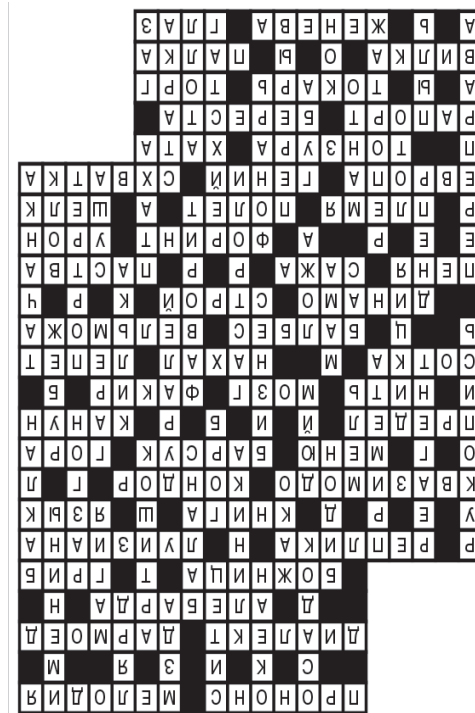
— Таки консультирует...

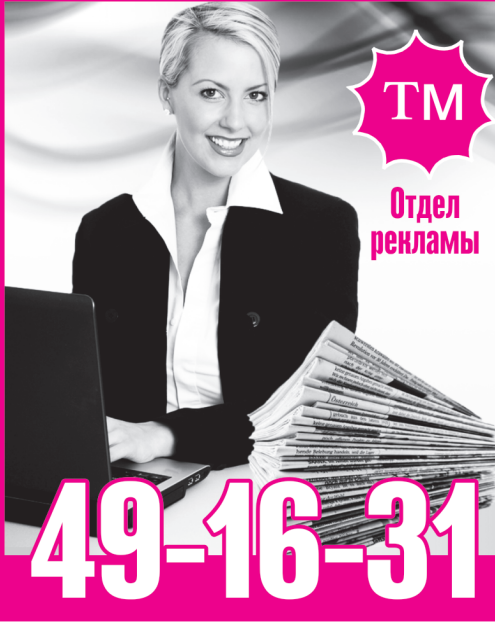
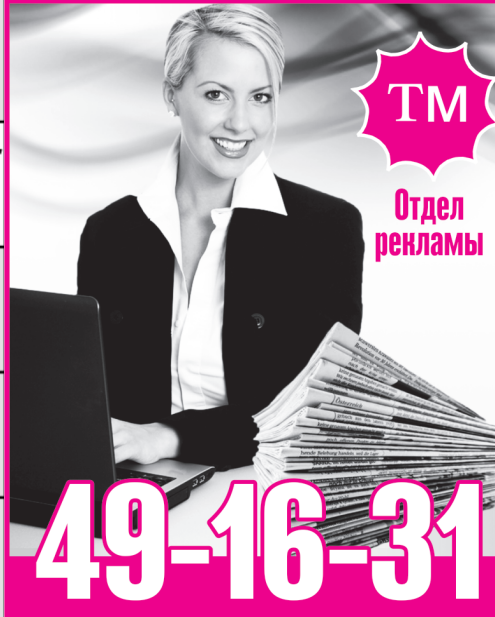
— Молодой человек, вы использовали уже две подсказки. Все устали, зал ждет вашего решения, скажите наконец: «да» или «нет»?

— А можно еще звонок другу?

— Послушайте, молодой человек, это не «Кто хочет стать миллионером», это ЗАГС!

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16



			Акцент, выдающий француза	Кофейная гуща на дне чашки	Водоём больше материка	"Заумная" больница	Ее наигрывает тапер	Веселенькая ткань для кухонной занавеси	Плата взяточнику	Топленое свиное сало	Искусство Лонго	Праздник в честь тезки святого			
			Аканье жителей Тамбова и Рязани	Эмалированный сосуд для молока	Копье с топориком	Болтливый попугай	Муж на шее жень	Сумма на счету	Штат, омываемый Мексиканским заливом	Добыча охотника с лукошком	Акция против демонстрантов	Птица отряда велосногих			
			Полка в избе со святыми ликами	Колкое возражение	Авторский текст на столе издателя	Кислота в процессе нейтрализации	Особая у преступника	Брод для речных судов	Единица измерения калибра пушки	Самый крупный пернатый хищник	Родственник куницы	Дело предпринимателя	Турне личной звезды	Сердечный друг императрицы	Хлопотное 7 марта
			Горбун из Нотр-Дама	Граница мечтаний	"Портфолио" шеф-повара	Выговор чтеца	Руководящий центр в организме	Исполнительница колыбельных	Королевские места в театре	Бестактный грубиян	Князь, околачивающийся при дворе	Парламент, взятый Егоровым и Кантарией	Заблудшее стадо духовного отца	Ущерб от стихийного бедствия	Ткань для шаровар танцовщицы
Потерянная цепочка разговора	Гитара с самым низким голосом	Корольские места в театре	Бестактный грубиян	Дышащий огнем шпагоглотатель	Роман "... Дориана Грея"	Повозка со строящим пулеметом	Монолог малыша, понятный только родителям	Князь, околачивающийся при дворе	Парламент, взятый Егоровым и Кантарией	Заблудшее стадо духовного отца	Ущерб от стихийного бедствия	Ткань для шаровар танцовщицы			
Гвоздь длиной 10 см	Река, воспетая Гоголем	Никулин в комедиях Гайдая	Сообщение с места событий	Ночник в городском парке	Парламент, взятый Егоровым и Кантарией	Заблудшее стадо духовного отца	Ущерб от стихийного бедствия	Ткань для шаровар танцовщицы	Встреча на татами	Остров с лагуной	Старосветский материк	Лысына у падре на макушке			
Переборка войск на другой берег	Генератор тока	Боевая шеренга	Сообщение с места событий	Ночник в городском парке	Парламент, взятый Егоровым и Кантарией	Заблудшее стадо духовного отца	Ущерб от стихийного бедствия	Ткань для шаровар танцовщицы	Встреча на татами	Остров с лагуной	Старосветский материк	Лысына у падре на макушке			
Штраф за несвоевременную оплату	Русская игра с бочонками	Норка, скрывающая вечерний наряд	"Пудра" из угля	Венгерская валюта	Обеденная пауза	Ущерб от стихийного бедствия	Ткань для шаровар танцовщицы	Встреча на татами	Остров с лагуной	Старосветский материк	Лысына у падре на макушке				
Первобытный клан	Затянувшийся прыжок	Спрятана под усами	Не признанный ученым миром талант	Встреча на татами	Остров с лагуной	Старосветский материк	Лысына у падре на макушке	Мазанка украинца	"Начинка" зажигалки	Доклад дневального	Налет на полировку	Спецпо нарезанию резьбы	"На...у один миллион рублей"	Затвердевшая срезанная ветка	
"Трезубец" едока	Город в Швеции	Дурное око колдуньи	Грамота на коре	"Начинка" зажигалки	"Спор" покупателя с продавцом	Доклад дневального	Налет на полировку	Спецпо нарезанию резьбы	"На...у один миллион рублей"	Затвердевшая срезанная ветка					
			Грамота на коре	"Начинка" зажигалки	"Спор" покупателя с продавцом	Доклад дневального	Налет на полировку	Спецпо нарезанию резьбы	"На...у один миллион рублей"	Затвердевшая срезанная ветка					
			Грамота на коре	"Начинка" зажигалки	"Спор" покупателя с продавцом	Доклад дневального	Налет на полировку	Спецпо нарезанию резьбы	"На...у один миллион рублей"	Затвердевшая срезанная ветка					