

АСТВ

Самые оперативные новости Сахалина

Телефон редакции: 49-15-45

8 (962) 125-15-15



СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

№18
(1238)
4 мая
2022
среда

ТелеМир

TM

16+

Твоя любимая газета



"Мега Транс Сервис"

Транспортно-экспедиционная компания

г. Южно-Сахалинск

ПЛАНИРУЕТЕ ПЕРЕЕЗД? Скорее звоните нам!

Доставим в любую точку России

Правильно оформим документы для выплаты компенсации переезда

БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО

ул. Пуркаева, 65

Т.: 8 (4242) 39-00-94, 39-00-98, 39-00-91

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



САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР
МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

УДАЛЯЕМ КАТАРАКТУ БЕЗ ГОСПИТАЛИЗАЦИИ

ПЛАТНО И ПО ПОЛИСУ ОМС 290-440, 266-220

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257 выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области

БАБУШКИН КОМОД

НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ! НЕДОРОГАЯ

ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННАЯ

МЕБЕЛЬ В БОЛЬШОМ АССОРТИМЕНТЕ



Спальни, горки, диваны, кровати, банкетки, комоды, столы обеденные, туалетные столики, тумбы под ТВ, светильники, торшеры

ТЦ "Мегаград",
ул. Железнодорожная, 50 (2-й эт.),
тел.: 29-12-66, 77-06-06 (доб. 111)

СКИДКА НА ВСЁ от 20 до 50%*

*Скидка до 31.05.2022г. Организатор: ИП Бору Кит Хен. Подробности по тел. 77-06-06 (доб. 111)

ТРЕБУЮТСЯ

- * ВОДИТЕЛИ кат. С
- * ВОДИТЕЛИ кат. СЕ
- * СТОРОЖА
- * АВТОМОЙЩИКИ

790-242 28-65-54

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

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

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ с обсадкой

Гарантия
28-79-37
8-914-758-79-37

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

«Я еще не умерла, а про мою жизнь уже снимают»



С 19 апреля на видеосервисах KION и PREMIER вышел сериал «Нереальти» - драмеди о «выпускнице» реалити-шоу, которая вынуждена вернуться в родной провинциальный городок после 10 лет, проведенных под прицелами камер. Ни родители, ни дочь-подросток, воспитанием которой Рита не занималась, ни остальные земляки ей не рады - и имеют на это полное право. Так что придется героине встать на путь исправления. Главную роль в сериале, режиссером которого стала Анна Пармас, а художественным руководителем - Борис Хлебников, сыграла Ольга Дибцева. Кино-Театр.Ру узнал у актрисы, почему ей не пришлось готовиться к роли, на что ее вдохновило шоу «Осторожно, модерн!» и чем ей понравился фильм «Не смотрите наверх».

- Мне безумно захотелось сыграть эту роль, когда я услышала о том, что запускается проект про героиню реалити-шоу, про девушку, которая 10 лет жила под прицелом камер и имеет большую славу на всю страну

Польза и вред ламинарии
Подробности на стр. 12 и 13

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ
СТОРОЖА НА АВТОСТОЯНКУ И АВТОМОЙЩИКИ
В Г. ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ.
ТЕЛ. 48-88-40, 8-914-768-45-33,
31-21-55.

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 47-03-47
(выезд с ул. Западной)

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

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН
Стиль Купе

от дизайн-проекта до монтажа

Режим работы:
пн. - пт. - с 10.30 до 17.30,
обед с 14.00 до 15.00,
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

[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

ТАТУАЖ

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

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

[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

Большой опыт работы

8-900-428-17-88

УСЛУГИ ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА

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

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

В ТЦ «Панорама» сдаются в аренду

торговые помещения от 10 кв. м и торговые павильоны

39-12-66

САНТЕХНИК ЭЛЕКТРИК

чистка засоров круглосуточно срочный выезд

89146476277

На рыболовные суда требуются:

- электромеханик
- 4-й механик
- 4 ПКМ
- старший механик
- матросы
- 3-й механик

Условия: действующие морские документы. Официальное трудоустройство, контракт заключается на 6 месяцев.

СПРАВКИ И ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ НА СОБЕСЕДОВАНИЕ ПО ТЕЛЕФОНУ 8-924-883-00-54, АННА АНДРЕЕВНА

Megapolis **ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР "МЕГАПОЛИС"**

■ СУПЕРМАРКЕТ ■ РЕСТОРАН
■ БУТИКИ ■ КАФЕТЕРИЙ

Удобно Вам, приятно Вашим близким!

693000, г. Южно-Сахалинск, ул. Есенина, 13. Тел. 75-14-00 megapolisc@yandex.ru www.megapolisc.ru

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31

Плюс три района

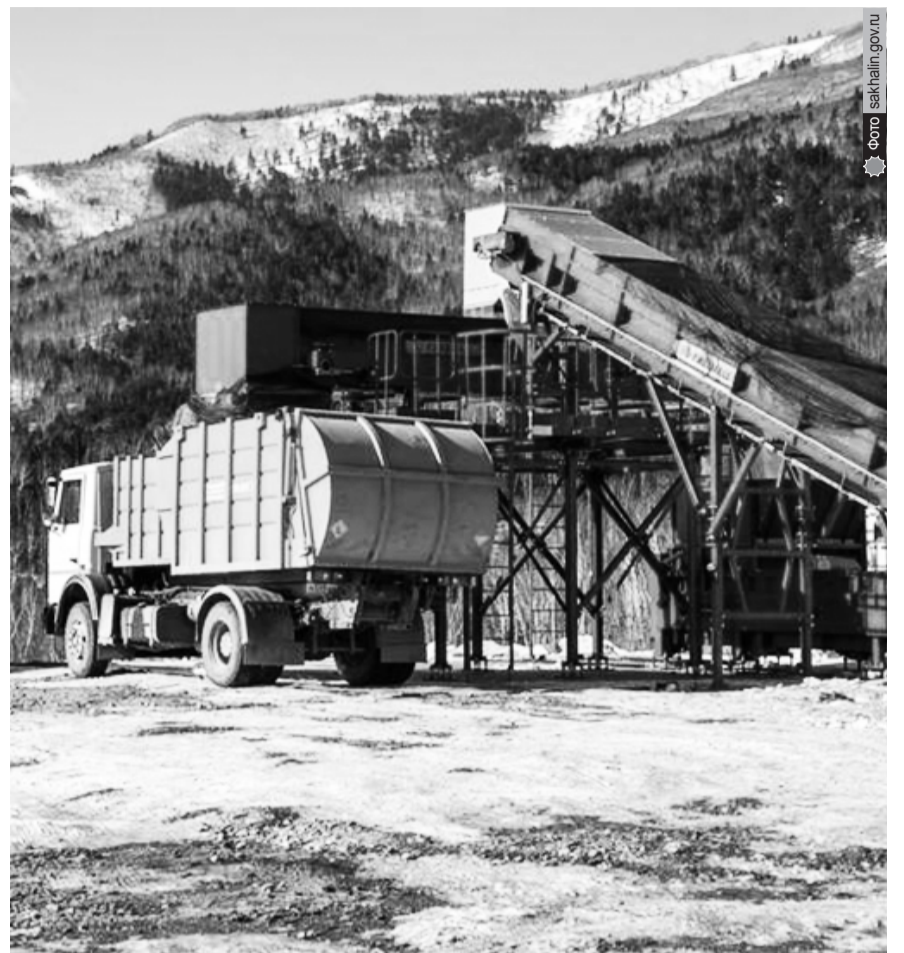
Еще три района Сахалинской области присоединились к разделному сбору мусора. Сортировать отходы начали в Корсаковском, Долинском и Анивском городских округах.

- Спасибо сахалинцам за сознательное отношение к экологии, - сказал губернатор Валерий Лимаренко. - Сетчатые контейнеры во дворах активно наполняются, отходы вывозятся на сортировку и в дальнейшем перерабатываются. До конца года весь Сахалин должен перейти на раздельный сбор мусора, а в 2023-м и Курильские острова. Эта работа проводится в рамках национального проекта «Экология», который реализуется по инициативе президента Владимира Путина. Наша общая задача очистить островной регион от мусора и несанкционированных свалок.

С начала 2022 года из сетчатых контейнеров вывезено почти 280 тонн отходов, большая часть из них собрана в Южно-Сахалинске. Кроме областного центра, специальные контейнеры установлены на некоторых площадках в Долинске, Корсакове, Озерском, Троицком и Новотроицком. На остальных адресах емкости появятся в течение года. Они предназначены для пластиковых бутылок, флаконов от бытовой химии, стеклянной тары, алюминиевых и металлических банок.

Сейчас отходы, отсортированные жителями, вывозят отдельные мусоровозы на сортировочные комплексы, расположенные на «Известковом» и на полигоне Корсакова. Там работники разделяют отходы по фракциям. Как только собирается товарная партия вторсырья, ее отправляют на материк для дальнейшей переработки.

В феврале этого года во Владивосток и Хабаровск на переработку транспортировали 12 тонн пластиковых бутылок и 20 тонн картона, отсортированных в Корсако-



Эти материалы получают вторую жизнь.

- Внедрение раздельного сбора в Сахалинской области идет постепенно, - отметил исполняющий обязанности заместителя министра ЖКХ Александр Ли. - Благодарим всех, кто понимает значимость реализации проекта для экологии и здоровья каждого островитянина, кто активно поддерживает сортировку и включился в этот процесс дома. Мы видим, что присоединяется все больше людей. Некоторые даже всерьез стали задумываться о жизненной концепции «Ноль отходов».

Специальные контейнеры для раздельного сбора в 2022 году должны появиться во всех районах Сахалина. На 2023 год запланировано оснастить Курильские острова. За два года предстоит закупить с привлечением средств федерального бюджета свыше 2500 контейнеров.

Раздельный сбор отходов призван сократить количество выбрасываемых на свалки твердых коммунальных отходов (ежегодно в России образуется более 60 миллионов тонн такого мусора) и увеличить долю переработки.

Судно с пропаном прибыло на Сахалин

По поручению губернатора Сахалинской области Валерия Лимаренко профильными министерствами совместно с транспортно-логистической компанией проработан альтернативный вариант доставки бытового газа на Сахалин. Сегодня по морской линии Владивосток - Корсаков поступило пять танк-контейнеров с пропаном - это 50 тонн сжиженного углеводородного газа.

Потребность в альтернативном способе доставки возникла в связи с грядущим уходом на плановый ремонт парома «Сахалин-10», который занимается доставкой опасных грузов. Процедуру освидетельствования судна пока перенесли, лицензия парома продлена до 1 июля. «Сахалин-10» продолжит доставлять бытовой газ с мате-



рика на Сахалин. Помимо этого, остается резервный вариант с владивостокской линией и поставками в специальных танк-контейнерах.

- С предпринимателями ведется адресная работа, чтобы не допустить дефицита грузов в островном регионе, - сказал заместитель министра транспорта и дорожного хозяйства Сахалинской области

Максим Жоголев. - Именно поэтому мы организовываем взаимодействие всех заинтересованных лиц.

- Мы предусмотрели для предпринимателя возможность закупить количество пропана, необходимое на период обслуживания «Сахалин-10», - прокомментировал министр энергетики Сахалинской области Михаил Гузенко. - Благодаря альтернативному варианту доставки газа возможные риски удалось избежать.

Напомним, в конце марта грузовой дизель-электроход «Сахалин-10» Сахалинского морского пароходства был отправлен на плановый ремонт в китайский порт Longuap. Однако ремонт был перенесен, судно вышло на линию, благодаря чему паром поможет разгрузить линию Ванино - Холмск и быстрее вывезти скопившиеся на материке грузы.

Цены сохраняют

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко потребовал сохранить прежнюю торговую наценку в социальных магазинах. Глава региона выступил против инициативы регионального министерства сельского хозяйства и торговли о повышении торговой наценки на продукты.

- Это ухудшит условия жизни сахалинцев и курильчан. Мы не должны этого допускать, - подчеркнул Валерий Лимаренко.

- Вопросам сдерживания цен на социально значимые продукты питания правительство уделяет большое внимание. При этом мы субсидируем предпринимателей, чтобы стоимость продуктов оставалась доступной для людей. Именно поэтому этот проект не был согласован и снят с обсуждения.

Напомним, в социальных магазинах действует минимальная наценка - не более 15 процентов к отпускной цене поставщика - на 40 наименований продуктов первой необходимости.





АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



«Городская елка добра» стала круглогодичной

Администрация Южно-Сахалинска приняла решение сделать акцию «Городская елка добра» круглогодичной. Ранее мероприятие проходило накануне новогодних торжеств: дети, оказавшиеся в сложной жизненной ситуации, писали о своих заветных желаниях, а благотворители вручали им подарки мечты.



Проводимая нами акция – это уже своеобразный бренд города, – рассказала Екатерина Каширина, директор МКУ «Агентство по развитию города Южно-Сахалинска», которое выступило инициатором мероприятия. – Только в прошлом году в ней участвовали более 100 человек. Было много предложений оказывать помощь не только к праздникам. В регионе набирают обороты проекты губернатора «Забота, защита и уважение» и «Добрые дела карты сахалинца». И мы решили присоединиться к ним, немного изменив формат «Елки добра».

Сейчас возможности акции расширяются. Кроме поддержки детей, помощь направят и на социально незащищенных горожан старшего возраста – людей с ограничениями по здоровью, одиноких пенсионеров,

малообеспеченным семьям. Кому-то нужно обновить кухонную плиту, другим – заменить электропроводку или получить консультацию юриста. С каждой ситуацией специалисты профильных департаментов муниципалитета разбираются индивидуально.

Администрация Южно-Сахалинска благодарит всех, кто принимал участие в прошлогодних акциях, и приглашает неравнодушных граждан, представителей трудовых коллективов, бизнеса принять посильное участие в обновленном мероприятии. Тем более что впереди длительные летние каникулы, с которыми у ребят связано немало ожиданий.

О своем намерении подключиться к городскому бла-

готворительному проекту и помочь нуждающимся можно написать на электронную почту: press@yuzhno-sakh.ru или отправить сообщение в whatsapp координаторам проекта от МКУ «Агентство по развитию города Южно-Сахалинска» по телефону **+7-962-415-06-11**. В сообщении нужно указать название компании или свое имя, фамилию и контактный телефон и вам обязательно перезвонят.

Напомним, впервые «Городская елка добра» прошла в Южно-Сахалинске в 2020 году и нашла широкий отклик у сахалинцев. Детям безвозмездно были переданы компьютеры, игровые приставки, велосипеды, музыкальные инструменты и другие подарки.

Выбери достойных!

В областной столице стартовало голосование за участников ежегодного городского конкурса «Лучшее малое предприятие (предприниматель) города Южно-Сахалинска» по итогам 2021 года.

Участие горожан в голосовании позволит выбрать предприятие, которое, по мнению большинства граждан, вносит существенный вклад в социально-экономическое развитие Южно-Сахалинска.

Чтобы поддержать участника, необходимо позвонить по специальному номеру **+7(4242)300-960** в систему телефонного голосования администрации Южно-Сахалинска и набрать соответствующий код:

- 1556 - ИП Муравьева Анжела Александровна (Тату-салон «Gromtattoo»);
- 1557 - ИП Одинцов Артем Аркадьевич (Экоферма «Клубника от Наташи»);
- 1558 - ООО «ЖКК»;
- 1559 - ООО «Жилищно-коммунальная компания»;
- 1560 - ООО «Аметист» (Детский развивающий центр «Бэби-клуб»);
- 1561 - ООО «Стратегия»;
- 1562 - ООО «ВИЗИОН» (Оптика ЛинзОчки);
- 1563 - ООО «100 Бизнес Услуг-Инфотехнологии»;
- 1564 - ООО «Геосейсм»;



- 1565 - ИП Антонова Евгения Александровна (Детский образовательный центр «Лукоморье»);
- 1566 - ООО «Мед'Ок» (Независимая лаборатория «INVITRO»);
- 1567 - ООО «Торговый дом Зодчий»;
- 1568 - ИП Шатунов Василий Сергеевич.

Ознакомиться с описанием деятельности участников конкурса можно на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска, кликнув на ссылку интересующего конкурсанта. Голосование продлится до 10 мая включительно. Участ-

ник конкурса, набравший наибольшее количество голосов, станет победителем в номинации «Общественное признание». Победители конкурса «Лучшее малое предприятие (предприниматель) города Южно-Сахалинска» по остальным номинациям будут определены на заседании консультативного Совета при администрации города по вопросам развития и поддержки малого и среднего предпринимательства.

Итоги конкурса озвучат в мае на торжественном мероприятии ко Дню российского предпринимательства.

Южно-Сахалинск отпраздновал Первомай

Южносахалинцы отметили День весны и труда. В городском парке, скверах, на территориях домов культуры и на других площадках областного центра прошли праздничные концерты, была организована развлекательная программа для детей.

Утром в центре города состоялось традиционное праздничное шествие с участием профсоюзных организаций и трудовых коллективов города. По Коммунистическому проспекту прошли работники культуры и образования, сотрудники муниципальных предприятий, представители правительства Сахалинской области и администрации городского округа. Завершилось шествие большим праздничным концертом на площади Ленина.

Со словами поздравления к горожанам и гостям областной столицы обратились председатель правительства Сахалинской области Алексей Белик, председатель Сахалинского областного объединения организации профсоюзов Александр Кознов, председатель Сахалинской областной думы Андрей Хапочкин, мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин. Глава города отметил, что Первомай остается одним из любимых праздников разных поколений.

– Этот день возвращает нас в прошлое, когда трудовые коллективы приходили на демонстрации, – обратился



к горожанам Сергей Надсадин. – И сегодня мы видим здесь молодежь, которая провозглашает замечательный лозунг «Мир, труд, май». Дорогие южносахалинцы, именно благодаря вашему труду наш замечательный

город становится лучше, красивее и комфортнее, гостеприимнее. Желаю вам счастья, удачи, весеннего настроения и всего самого лучшего.

Поздравления и благодарности также выразили президент ассоциации

рыбопромышленных предприятий Сахалинской области, депутат облдумы Максим Козлов, директор сахалинского областного краеведческого музея Юрий Алин, представители педагогического сообщества и других

профсоюзных организаций.

После официальной части южносахалинцев ждала большая праздничная программа. С яркими вокальными номерами выступили известные в городе творческие коллективы.

В регионе создаются советы старших по домам

По инициативе губернатора Валерия Лимаренко в Сахалинской области создаются советы старших по домам. Активные домоуправы станут связующим звеном между жильцами своего дома, главой городского округа и областными властями. Совет создан в Южно-Сахалинске, в ближайшее время появится в Долинском и Анивском районах. Такое решение было принято на серии встреч губернатора с общественностью и волонтерами, которые работают в рамках программы «Забота. Защита. Уважение».

Проект, который реализуется в островном регионе по поручению Валерия Лимаренко, призван улучшить жизнь сахалинцев и курильчан. «Забота. Защита. Уважение» охватывает сферы медицины, социальной защиты, жилищно-коммунального хозяйства, энергетики, торговли, культуры и спорта. С апреля волонтеры обходят жителей по домам, рассказывают обо всех возможностях программы и о том, как ими воспользоваться. Добровольцы помогают записаться на прием к врачу, подать заявку на подключение к газу, получить скидки по карте сахалинца и решать другие вопросы, волнующие людей.

Глава региона предложил подключить к работе еще и старших по домам. На встрече с общественностью в Долинске эта инициатива получила поддержку. Самые активные жильцы 315 многоквартирных домов района будут объединены в группу.



- Вы лучше всех знаете, чего хотят ваши соседи, и можете продвинуть их интересы, - сказал Валерий Лимаренко. - Совет старших по домам будет работать при мэре. Вы получите прямой выход на руководителей ключевых министерств. Вы сможете доносить просьбы жителей до власти, а мы будем оперативно принимать по ним решения. Выйти на новый уровень можно, только получая обратную связь от людей.

На встрече жители Долинска получили ответы по проекту «Забота. Защита. Уважение». Одной из основных тем стало повышение качества и доступности медицинской помощи. Значительно усовершенствовался сервис 1-300: горячая линия стала круглосуточной, в разы увеличилось число операторов, и теперь дозвониться можно за несколько секунд.

Телефонный сервис - простой и удобный способ записаться на прием

к врачу. Оператор видит свободные ячейки в расписании каждого специалиста. Благодаря тому, что рабочее время всех медицинских работников взяли на контроль, количество свободных талонов для пациентов увеличилось на 30 процентов. Сахалинцам открылась также возможность отложить талон через электронную регистратуру reg.mz65.ru. Для этого достаточно ввести номер страхового полиса и дату рождения. Работа в этом направлении еще продолжается. Губернатор поставил задачу - чтобы любой желающий мог попасть на прием к терапевту в течение двух дней, к узкому специалисту - в течение недели.

На встрече с главой региона волонтер Анна рассказала, что во время обхода по домам к ней обратился пенсионер, который не может попасть к стоматологу. Раньше мужчина жил в Южно-Сахалинске и был прикреплен к поликлинике № 6, поэтому

оператор 1-300 предлагает ему свободный талон в областном центре.

- Нужно позвонить еще раз и сказать, что у вас нестандартная ситуация, - ответил министр здравоохранения Сахалинской области Владимир Кузнецов. - Оператор передаст обращение в кадровый офис минздрава, там в ручном режиме запишут пациента в нужное учреждение.

Жители обратились с просьбой открыть при амбулатории Сокола аптечный пункт, а в сельском ФАПе предусмотреть возможность пройти курс капельниц. По обращениям жителей даны соответствующие поручения губернатора.

Валерий Лимаренко также напомнил, что в рамках проекта «Забота. Защита. Уважение» у пенсионеров есть возможность пройти высокотехнологичную диагностику. Углубленные обследования доступны на базе 15 медицинских учреждений в

разных районах области, включая Курильские острова.

На встрече затронули и другие направления программы. К примеру, в сфере социальной защиты предусмотрено около 200 мер поддержки - ими пользуется почти половина жителей региона. 70 тысяч человек оформили карту сахалинца, которая является не только банковским «пластиком», но и аналогом документов и ключом к получению льгот. Более 40 тысяч сахалинцев и курильчан в возрасте 55+ бесплатно посещают учреждения культуры и спорта.

Проектом «Забота. Защита. Уважение» предусмотрено также расширение сети социальных магазинов и точек продаж свежесобранной рыбы напрямую от производителей, текущий ремонт во дворах, социальную газификацию и другие актуальные направления, призванные сделать жизнь на островах лучше.

В Березняках газифицируют 650 домовладений



Газификация стала одной из основных тем встречи губернатора Валерия Лимаренко с жителями Березняков и Старорусского.

В зале Дома культуры «Родник» вместе с главой региона присутствовали руководители правительства области и администрации Южно-Сахалинска. Такой формат мероприятия позволил максимально быстро и полно решать проблемы жителей. По каждому обращению к губернатору сразу же принимались решения и давались оперативные поручения.

Многодетная семья, которая получила земельный участок в Лыжном переулке, поинтересовалась, когда у них появится доступ к экологически чистому топливу. Глава региона поставил задачу - догазифицировать Березняки до конца 2023 года.

- Нужно как можно скорее собрать заявки от людей, которые уже сейчас

могут подключиться к экологически чистому топливу, - сказал Валерий Лимаренко. - Одновременно будем помогать жителям устанавливать внутридомовое оборудование и оказывать меры поддержки. Не дожидаясь пуска газа, люди могут подавать в городскую администрацию документы на компенсацию.

В Сахалинской области предусмотрены беспрецедентные меры поддержки. Каждый домовладелец может компенсировать до 152 тысяч рублей на подготовку дома к приему газа. В Южно-Сахалинске и Анивском районе для льготных категорий граждан предусмотрена также компенсация - до 50 тысяч рублей - на приобретение газоиспользующего оборудования.

В Березняки газ пришел в сентябре 2021 года. Заработала новая котельная, к системе газоснабжения подключили центральную часть населенного пункта.

- Из 375 домовладений, у которых есть возможность перейти на экологичное топливо, уже 215 воспользовались ей, - рассказал министр энергетики Сахалинской области Михаил Гузенко. - 187 домовладений имеют нулевые врезки и будут догазифицированы бесплатно в ближайшее время. В 2022-2023 годах построят еще два пусковых комплекса и обеспечат чистым топливом оставшуюся часть села, в том числе участки многодетных.

Многодетные семьи затронули также вопрос обустройства инфраструктуры к их участкам. Как стало известно во время общения с губернатором, в этом году обустраивают дороги и обеспечивают подключение к электричеству. В последующем займутся системами водоснабжения и водоотведения.

Еще одной популярной темой встречи стали дороги. За последние годы в селах обустроили порядка 14 километров. Сейчас в рамках нацпро-

екта капитально ремонтируют улицу Зеленую.

- Наши улицы отсыпали крупным гравием, - пожаловались жители. - Ходить теперь невозможно. Боюсь ногу подвернуть.

С похожим вопросом выступили и пенсионеры из Старорусского.

- Это плохая работа и заказчика и подрядчика, - отметил мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин. - Грунтовые дороги должны содержаться надлежащим образом. Тем более что у нас существенно выросли требования к этому. Необходимо регулярно грейдировать и подсыпать так, чтобы людям было удобно передвигаться.

Валерий Лимаренко добавил, что передача охинской трассы в федеральную собственность позволила сосредоточиться на дорогах в населенных пунктах. Финансирование из областного бюджета на содержание дорог выросло более чем в пять раз. В прошлом году

во всех районах прошел масштабный ямочный ремонт. В этом году предстоит выполнить не меньший объем. В Южно-Сахалинске и планировочных районах и селах областного центра привести дороги в порядок планируется к 12 июня.

Благодаря встрече удалось решить немало частных вопросов жителей. Пенсионерке, которая пожаловалась на боли в пояснице, дали направление на МРТ в Южно-Сахалинске. По просьбе жителей на улице Багровой установят освещение. На Автодорожной восстановят дорогу после проведения газовых сетей. В мае на базе сельского ФАПа запустят продажу лекарственных препаратов. В Старорусском фельдшер будет работать всю неделю, а не два дня.

За два часа общения с сельчанами Валерий Лимаренко успел ответить почти на три десятка вопросов. По всем им даны поручения и обозначены контрольные сроки исполнения.

На Сахалине впервые запущено промышленное производство сыров

Первые партии сыра «Голландский», изготовленного на молокозаводе компании «Грин Агро-Сахалин» в окрестностях села Троицкого, поступят в островные магазины после майских праздников. С выходом на плановые показатели завод будет ежедневно выпускать до пяти тонн сыров различных наименований.

Современный животноводческий комплекс «Грин Агро-Сахалин» создан в рамках территории опережающего развития «Южная» при поддержке правительства региона и Корпорации развития Сахалинской области. Цель – обеспечить продовольственную безопасность территории со сложной логистикой. Животных для сахалинского хозяйства завозили из Приморского края и Дании, которая является поставщиком племенного крупного рогатого скота молочного направления. Сегодня дойное стадо превышает 1700 голов. Коровы «Грин Агро-Сахалин» дают пятую часть сырого молока всего островного региона. Валовое суточное производство – до 40 тонн. В дальнейшем объемы будут расти. В декабре прошлого года компания начала производство молока пастеризованного, сметаны, кефира и ряженки на собственном молокозаводе. И теперь расширяет ассортимент продукции.

В Сахалинской области впервые запущено промышленное производство полутвердых сыров, – сказал председатель правительства Сахалинской области Алексей Белик. – Считаю, это большое достижение. Наш регион будет меньше зависеть от поставок еще одной категории продуктов питания из-за рубежа или из других субъектов Федерации. Для производства сыров требуется высококачественное молоко,



которое могут обеспечить только животные с хорошей генетикой, получающие качественное питание. Сегодня мы можем с полным правом сказать, что на Сахалине есть сельскохозяйственные предприятия, использующие самые современные технологии. И, что особенно важно, на островном рынке появляется новая вкусная и высококачественная продукция от местного производителя.

Процесс производства полутвердых сыров состоит из нескольких этапов. Сначала сырое

молоко поступает в цех. Здесь оно нормализуется, пастеризуется и охлаждается, а затем начинается процесс сычужного свертывания. Полученный сырный сгусток или сырное зерно укладывают в специальные контейнеры, которые придают будущему сыру привычную круглую форму. Контейнеры уходят под пресс, который выжимает из содержимого лишнюю влагу. Далее уже сформированные сырные головы на несколько часов отправляются в солевую ванну. А после – долгий процесс со-

зревания при постоянной температуре в 11 градусов и 85-процентной влажности. Он может занимать до 60 суток в зависимости от конкретного рецепта.

Производство сыра – это, конечно, искусство, – рассказала руководитель молокозавода Анна Арабская. – Но для того чтобы получить качественный продукт, нужно обеспечить несколько составляющих. Главное – это высокое качество исходного сырья. Мы не собираем молоко от

различных хозяйств. Пользуемся только тем, что дают наши коровы, которые находятся под постоянным контролем ветеринаров. Молоко приходит в сырный цех по трубам без контакта с атмосферным воздухом, поэтому риск загрязнения минимальный. Оборудование – только самое современное. При этом применяем традиционные технологии. В нашем сыре только тот молочный жир, который дала корова. Никаких искусственных добавок или заменителей. Возможно, поэтому у нас получается вкусный продукт. Надеюсь, он понравится сахалинцам и курильчанам.

Линейка производства сыров от «Грин Агро-Сахалин» будет включать в себя восемь наименований. Сначала в сахалинских магазинах появятся «Голландский», «Российский», «Сметанковый» и «Гауда». Они уже дозревают в специальных помещениях на заводе. Затем в торговые сети начнут поступать «Тильзитер», «Витязь», «Маасдам» и «Пармезан».

«Управляйки» оштрафуют

По поручению губернатора Валерия Лимаренко в островном регионе усилены проверки по фактам ненадлежащего содержания общедомового имущества и придомовой территории, а также обеспечения нормативным уровнем коммунальных услуг, соблюдения порядка расчетов при предоставлении жилищно-коммунальных услуг.

На основании материалов проверки, проведенных Государственной жилищной инспекцией, контрольными отделами администрации муниципалитетов и прокуратуры вынесено 43 постановления о привлечении к административной ответственности в отношении юридических лиц (управляющие и ресурсоснабжающие организации), 33 постановления в отношении должностных лиц и 9 постановлений в отношении физических лиц (перепланировка, доступ газовых служб).

Величина санкции для организаций может составлять до 350 тысяч рублей, для должностных лиц – до 250 тысяч, – отметил и. о. руководителя жилищной инспекции Сахалинской области Константин Истомин. – Кроме того, должностных лиц могут дисквалифицировать на срок до трех лет. Законодательством определен перечень грубых нарушений лицензионных требований, повторное совершение которых в течение года является основанием для прекращения деятельности управляющей компании по управлению многоквартирным домом. Мы неоднократно предупреждаем управляющие организации, будьте честны перед своими жителями, вы взяли обязательства на себя, значит будете отвечать за свои нарушения.



Особое внимание инспекторы обращают на протечки кровли, необходимость проведения работ по ремонту инженерных коммуникаций, систем отопления, водоснабжения, водоотведения, ремонт в подъездах, некачественную уборку в подъездах и на придомовой территории.

Жилищная инспекция напоминает, по условиям договора управляющая компания принимает на себя обязательства по управлению общим имуществом многоквартирного дома, оказанию услуг по содержанию и выполнению работ по ремонту общего имущества, предоставлению коммунальных услуг собственникам помещений дома, а также по предоставлению иных услуг, предусмотренных решением общего собрания собственников.

Если управляющая организация не выполняет обязательные требования жилищного законодательства, к ней применяются меры административного воздействия. Кроме того, жители имеют право потребовать перерасчет за некачественно предоставленные услуги либо сменить организацию.

Напомним, ранее областные власти помогли жителям Дальнего разорвать отношения с недобросовестной управляющей компанией и сделать выбор в пользу другой организации. Защитить свои права сахалинцам помогли специалисты Госжилинспекции островного региона – соответствующее поручение руководству ведомства дал губернатор Валерий Лимаренко. В ходе встречи, которая состоялась 28 марта, жители улицы Ударной пожаловались губернатору на работу управляющей компании «Содружество» – снег убирается, мусор не вывозится, за подъездами следят плохо. Узнав об этом, губернатор Валерий Лимаренко потребовал оказать жителям домов всю необходимую помощь для проведения собраний собственников жилья и смены управляющей организации. По словам губернатора, управляющие компании получают с людей деньги, а значит, обязаны выполнять свои услуги с должным качеством. Если этого не происходит, люди имеют право разорвать с ними договорные отношения, а местные и областные власти помогут с этим.

Дорогу Лиственничное - Охотское отремонтируют

Капитальный ремонт проведут на охотской трассе от автодороги Южно-Сахалинск – Корсаков до поворота на карьер «Лиственничный» на участке протяженностью пять километров.

Полный комплекс работ будет завершен в ноябре текущего года, – рассказал начальник отдела строительства и капитального ремонта автомобильных дорог «Сахалинавтодора» Александр Петрунин. – На участке восстановят систему водоотвода, отремонтируют водопропускные трубы, устранят просадки, уложат асфальтобетонное покрытие, а также выполнят комплекс мероприятий по обеспечению безопасности, включающий устройство тротуаров, обустройство автобусных остановок, установку уличного освещения и пешеходных переходов.

Подрядчику предстоит не только выполнить в этом году капитальный ремонт дороги, но и на протяжении трех лет выполнять работы по содержанию, в рамках заключенного контракта жизненного цикла, – пояснил первый заместитель министра транспорта и дорожного хозяйства Сахалинской области Эдуард Ри. – Такие условия контракта закрепляют один объект за подрядчиком, чем повышает интерес в улучшении качества выполняемых ремонтных работ. При возникновении на отремонтированном участке дороги дефектов, относящихся к гарантийным случаям, исправление будет выполняться за счет средств подрядной организации.

Автомобильная дорога Лиственничное – Охотское популярна у местных жителей и туристов, так как ведет к охотскому побережью и туристическим достопримечательностям острова. Капремонт участка проведут в рамках нацпроекта «Безопасные качественные дороги».

В перечне объектов, подлежащих ремонту в рамках нацпроекта, дороги, которыми каждый день пользуются тысячи водителей и пассажиров. В их числе – улица Авиационная от проспекта Мира до улицы Ленина, проспект Победы от улицы Железнодорожной до улицы Западной, переулок Энергетиков в областном центре.

В этом году завершится ремонт на северо-западном объезде Южно-Сахалинска и на долгожданном для областного центра участке по улице Украинской. Будут выполнены работы по ремонту и приведению в нормативное состояние моста через реку Кострому в селе Костромском, завершится капитальный ремонт в селе Новосибирском Холмского района.

Нацпроект «Безопасные качественные дороги» реализуется в Сахалинской области с 2019 года. За этот период в рамках проекта удалось привести в нормативное состояние более 73 километров дорог регионального и местного значения.

Напомним, в январе губернатор Валерий Лимаренко обратился к вице-премьеру правительства РФ – полпреду президента в ДФО Юрию Трутневу с просьбой оказать финансовую поддержку в строительстве дорог на островах. Глава региона отметил, сейчас основное внимание сосредоточено на дороге по западному побережью Сахалина. Совместно с Росавтодором ее планируется отремонтировать до 2025 года. Кроме того, требуется строительство дорог к новым жилым микрорайонам, которых в регионе становится все больше.



I Ольга Дибцева

С 19 апреля на видеосервисах KION и PREMIER вышел сериал «Нереальности» - драмеди о «выпускнице» реалити-шоу, которая вынуждена вернуться в родной провинциальный городок после 10 лет, проведенных под прицелами камер. Ни родители, ни дочь-подросток, воспитанием которой Рита не занималась, ни остальные земляки ей не рады - и имеют на это полное право. Так что придется героине встать на путь исправления. Главную роль в сериале, режиссером которого стала Анна Пармас, а художественным руководителем - Борис Хлебников, сыграла Ольга Дибцева. Кино-Театр.Ру узнал у актрисы, почему ей не пришлось готовиться к роли, на что ее вдохновило шоу «Осторожно, модерн!» и чем ей понравился фильм «Не смотрите наверх».

- Правда ли, что прежде всего в этом проекте вас привлекла сама героиня - тем, что и характером, и даже какими-то фактами биографии она похожа на вас? И был ли, например, в вашей жизни момент, когда пришлось налаживать отношения с родственниками, которые не одобряли ваш выбор, в том числе профессии?

- Мне безумно захотелось сыграть эту роль, когда я услышала о том, что запускается проект про героиню реалити-шоу, про девушку, которая 10 лет жила под прицелом камер и имеет очень большую славу на всю страну. Но не просто популярность, а негативно окрашенную. То есть ее все знают, но в то же время ненавидят, потому что она интриганка, скандалистка, всю свою славу она зарабатывает криками, драками. Вроде всем она нужна, все смотрят, есть рекламные контракты - но она как красная тряпка для общества. И после 10 лет в таком состоянии, в ореоле такой славы, она все теряет. Все бенефиты, все приятные вещи, которые у нее были: сам проект, рекламу, поклонников, соцсети. И у нее не остается ничего, кроме той самой дурной славы - она даже по улице пройти не может, потому что все узнают. Больше нет ни денег, ни возможностей, ни ТВ-шоу, никто не хочет ее брать на работу, она загнана в угол, совершенно не знает, что делать. Она привыкла жить яркой жизнью и не может вдруг стать серой мышкой - и вдруг вынуждена вернуться в ту жизнь, которую она ненавидит. И как ей заново ее построить, учитывая все это? Так что она борется за себя, за свое выживание и становится человеком в самом большом смысле этого слова, в экзистенциальном даже. Изначально она придерживается своих ценностей и своего понимания, что хорошо, а что плохо - и от этих, немного сбитых, своих прицелов в итоге приходит к тому, что на самом деле хорошо и плохо.

Я поняла, что я сыграю эту роль лучше всех других актрис нашей страны, что я смогу передать и ее обаяние, и ее трогательность, и ее силу характера, и ее мощную витальность, такую выживательность - она как сорняк, который

«Я еще не умерла, а про мою жизнь уже снимают»



I Кадр из сериала «Нереальности»

выдрали, а он все равно вырастет даже через асфальт. Вот вы все будете мне говорить, что меня нет, а я скажу: «Я - есть». Мне это, конечно, близко, я сама так жила. Росла в Санкт-Петербурге, в 90-е. В очень интеллигентной семье: много родственников - где-то пуританских, где-то снобистских, и, когда хлынула эта свобода, мои родители и родные были к ней не готовы. А я в ней росла. Я росла на MTV, на кабельном телевидении, конечно, мне хотелось этой свободы и яркости проявлений, особенно с таким диким темпераментом, которым меня наградила природа. И это вылилось в очень сложный подростковый период, в котором было много сопротивления. Я по-своему прошла весь путь Риты, моей героини, и поэтому мне это настолько близко, я настолько это хорошо знаю, мне ничего не надо было играть. Я просто брала свой опыт, свой темперамент, свою природу, свою натуру и перекладывала это в предлагаемые обстоятельства. Это абсолютно моя роль, даже как-то мистически было огромное количество совпадений по сценарию. Хотя Катя Сазонова, наша сценаристка, когда это писала, не знала моей биографии. И, когда потом я про это рассказывала, она была в шоке - столько пересечений и синхронизмов у моей жизни с жизнью персонажа Риты.

- Участвовали ли вы сами в работе над образом Риты? Может быть, что-то добавляли или советовали в процессе? Откуда, к примеру, это феерическое платье в пайетках и кислотные босоножки на высоченном каблучке, в которых вы так ловко бегае в кадре?

- Я как-то так органично вошла в этот проект, мне не нужно было, как обычно актеры говорят, работать над ролью и писать биографию героя. Моя собственная биография метафорически повторяет биографию персонажа, внешность идеально подходит под эту роль - немножко смешная и нелепая пластика при внешней привлекательности. Все эти сочетания - мои личные, то есть я вошла в эту роль, вошла в этот проект, и мне не нужно было что-то специально придумывать. Вот я такая, как есть, подошла туда идеально. В большей степени проект под меня подстраивался. Что касается платья, то его придумала Анна Пармас, босоножки костюмеры предложили, но все это было так органично и так хорошо, что магическим образом складывалось.

- Помогал - или, напротив, мешал

- в этом случае ваш опыт режиссера и сценариста?

- Мне никогда не мешает режиссерский опыт, наоборот, всегда помогает. После того, как я прошла обучение в Московской школе кино у Бориса Хлебникова и выучилась на режиссера, я, конечно, и как актриса обогатилась, потому что увидела актерскую профессию совершенно из других глубин. Теперь я понимаю кино как создатель, понимаю, как кино делается на всех фронтах, понимаю драматургию. Я могу сама снимать кино и сняла несколько короткометражек довольно успешных. То есть знаю процесс изнутри. И я всегда уважаю режиссера. Если я прихожу как актриса, я абсолютно доверяю человеку, у которого я работаю, я не буду спорить, не буду задавать лишних вопросов. Мы все обсудим на берегу, и в этом смысле с Анной Пармас у нас было абсолютное доверие, принятие, какая-то абсолютно семейная близость.

- Как вообще складывались ваши отношения на съемочной площадке? Как бы вы могли описать эту творческую команду?

- Я благодарю Бога каждый день за то, что я встретила в своей жизни сначала Бориса Хлебникова, потом Анну Пармас. Это мистические совпадения, потому что я с детства была фанаткой передачи «Осторожно, модерн!». Я помню: вот мне 12 лет, у нас в Петербурге был пик популярности этого шоу, оно шло везде, я записывала его на VHS-кассеты, повторяла монологи Нагиева и Роста. Я решила быть актрисой после «Осторожно, модерн!», потому что я репетировала, тренировалась повторять за героями. А сняла и придумала «Осторожно, модерн!» Анна Пармас. И вот спустя 20 с лишним лет я пришла к ней - она уже стала режиссером кино, а я пришла сыграть главную роль. И Борис Хлебников, у которого я сыграла в сериале «Озабоченные» главную роль, а потом училась на режиссера, тоже был моим любимым режиссером. Когда в 2003 году вышел «Коктебель», я смотрела его в кинотеатре в Петербурге - до сих пор помню, кинотеатр «Коллизей». Я обливалась слезами и думала: «Господи, неужели у нас вот есть такое кино, которое так трогает душу». Была совершенной фанаткой фильма «Коктебель», а потом через столько лет получилось и учиться у Бориса, и сниматься у него. Мне просто очень повезло, Бог ко мне так благосклонен, что дарит мне таких

потрясающих людей. Я очень благодарна.

Актеры тоже потрясающие, что Инга Оболдина, что Николай Фоменко. Сколько совпадений с моими родителями реальными. В «Нереальности» есть важная линия про отношения моей героини с ее родителями - и для меня отношения с моими родителями очень важная тема в жизни. Я очень люблю их, но у нас, конечно, было очень много и споров, и какого-то неприятия меня в подростковом периоде, я это проходила очень тяжело. И то, что у Риты происходит с родителями, - я это тоже проходила. Отношения моих мамы с папой очень похожи на отношения героев Фоменко и Оболиной. Я даже помню, был такой момент на съемках: я стояла около дома, по сюжету - Ритино дома, в котором она родилась, и он безумно похож на мой дом в Петербурге, куда я приезжаю к родителям. И тогда у меня такая мысль была: «Господи, вот я еще не умерла, а про мою жизнь уже снимают экранизацию». Было полное ощущение, что «Нереальности» - это экранизация моей жизни. Настолько огромное количество синхронизмов. Так что эта творческая команда была для меня командой мечты, абсолютно. Что актеры, что режиссер, что продюсер Хлебников. Все было очень круто.

- Реалити-шоу, причем не какое-то выдуманное, а вполне конкретное - «Дом-2» - в сериале фигурирует не только в качестве завязки. Есть целые сцены, показывающие жизнь «в периметре», персонажи, с одним из которых Рита «строит любовь». Смотрели ли вы во время подготовки «Дом-2»? Или до этого? Может быть, вы встречались с кем-то из участников или ведущих?

- Какой-то специальной подготовки не было. Естественно, я в жизни смотрела какие-то куски разных реалити-шоу, и не только «Дома-2». Я думаю, что нет людей на свете, которые не видели реалити-шоу - это огромная часть нашей жизни. Я не брала за основу именно «Дом-2», а вообще исследовала внутри себя жизнь человека, который привык жить напоказ, все чувства которого, все эмоции форсируются специально. Утрируя свою жизнь, свои ссоры, свои беды, свои радости, ты получаешь какие-то привилегии, зрительскую любовь, внимание людей. Привыкаешь привлекать это внимание. И мне было очень интересно, как человек, привыкший к такому повышенному вниманию, остается без него, как он

адаптируется к реальной жизни. Возможно ли стать обычным человеком, что для этого нужно сделать, как пройти этот путь. Как присвоить себе себя снова, перестать торговать собой в таком метафизическом смысле этого слова. Эта история жизни напоказ - она не только про шоу, а вообще про человека. Есть люди, которые не были никогда на шоу, но живут напоказ. Поэтому мне, в принципе, это понятно, как человеку, который много лет занимался и психологией, и самопознанием. Я знаю лично девушек, которые были участницами «Дома-2», даже дружу с некоторыми, но, мне кажется, что это не та история, когда, например, чтобы сыграть врача и не наврать, нужно посмотреть, как он делает операцию. Человек, который прожил всю жизнь в реалити, он просто очень яркий, очень открытый, живет на разрыв, поэтому я скорее опиралась на свой личный опыт, чем на наблюдения за участниками.

- Как в целом относитесь к формату реалити? Не возникло желания, например, попробовать себя в качестве ведущей одного из таких шоу - это ведь тоже своего рода кино?

- Ведущей, конечно, не очень интересно, а вот участницей, может быть. Но моя жизнь уже сложилась по-другому, поэтому я себя так не вижу. А к формату реалити отношусь без осуждения, без какого-то снобизма, без мыслей, что мы, актеры, занимаемся искусством, а реалити - это какой-то низший жанр. Это затягивает и участников, и зрителей, я думаю. Исследовать этот феномен как актрисе мне было интересно.

- Насколько, как вам кажется, «Нереальности» - реалистичная история? Как правило, ведь все «выпускники» того же «Дома-2» стараются продемонстрировать, как успешно сложилась их жизнь после проекта.

- Ну, мы снимали не про само реалити-шоу, а про человека, который остается без этого внимания. И, конечно, это очень реалистичная история, там действительно очень крутой сценарий. Катя Сазонова - прекрасный автор, Анна Пармас - великолепный режиссер, который славится документальным методом, узнаваемыми персонажами, неповерхностным подходом к созданию кино. Не зря же, например, истории, фильмы и клипы «Ленинграда», которые она снимала, так попадали в души зрителей. И «Нереальности» - действительно реалистичная история, вот увидите.

- Для кого в большей степени сериал - может быть, для хейтеров, которые смогут поменять свое мнение о реалити в том числе? Или для потенциальных участников, которые, возможно, задумаются? А лично для вас - о чем этот сериал?

- Это сериал для людей. Нельзя сказать, например, что это производственная драма, которая будет интересна только людям определенного круга. Для меня эта история про взросление взрослого человека. Моя героиня жила с замороженными чувствами, у нее были неправильные ценности в жизни, она думала, что счастье - в славе, во внимании, в том, чтобы быть звездой, в единичности, непробиваемости. В том, что ее бьют, а она все равно встает. Вот эта игра ее очень захватила, а реальность и реальное счастье, оно же не в этом. Оно в контакте со своими чувствами, в контакте с собой, в том, чтобы слышать свои реальные желания, в том, чтобы выстроить нормальные отношения со своими родителями, своими близкими, со своим ребенком.



I Виктория Короткова

В российский прокат 21 апреля вышла вторая режиссерская работа Кирилла Соколова, известного по фильму «Папа, сдохни», «Оторви и выбрось». В яркой трагикомедии речь идет о трех поколениях женщин одной семьи, где бабушка (Анна Михалкова) взяла под гиперопеку свою хулиганистую внучку (Софья Кругова) и ни за что не хочет отдавать ее своей дочери, только что вышедшей из тюрьмы. Роль последней сыграла актриса Виктория Короткова. Мы поговорили с ней о работе с мужем Кириллом Соколовым, семейных паттернах поведения, насилии в кино, учебе у Леонида Хейфеца и собственных режиссерских проектах.

[КИНО-ТЕАТР.РУ]

- Читала, что сюжет «Оторви и выбрось» вдохновлен реальной историей из вашего детства, когда родителям пришлось выкрасть вас у бабушки. Наденьте, финал был не такой драматичный, как в фильме.

- На самом деле всё было не настолько драматично. Действительно, в моем детстве был такой факт: бабушка не хотела отдавать меня домой, посчитав, что она будет более правильным воспитателем. За тот короткий период, когда я у нее жила, она основательно за меня взялась и записала на хор, фортепиано, танцы и плавание. При этом моя мама никогда не сидела в тюрьме, и вообще всё, что мы видим в фильме, — это фантазии Кирилла на эту тему.

У меня есть ощущение, что подобное случилось не только со мной (смеется). История о том, насколько сложно строить диалог между родителями и детьми, знакома многим в России. И меня эта тема дико интересует. Мне кажется важным обращаться к прошлому — но не в плане «я принимаю всё, что было», а действительно задумываться и анализировать, что там происходило, и пытаться встать на сторону каждого. Потому что в тот момент психика была устроена иначе, ведь дети все перерабатывают удобным образом. Например, этот случай я запомнила как очень крутое и неожиданное приключение.

Когда мне было шесть лет, я была в гостях у другой бабушки и запомнила один эпизод. Моя тетя, которая старше меня на 11 лет, вернулась домой с молодым человеком, и у них произошла ссора: она плакала, он сидел перед ней на коленях. А я, смотря на них, подошла к бабушке и спросила: «Ба, а почему они ругаются? Они же любят друг друга». И этот простой и наивный вопрос никогда меня не покидает.

- Сам сценарий «Оторви и выбрось» писался под вас? Была возможность повлиять на историю в процессе создания?

- Само слово «влиять» мне не нравится — мы много разговариваем и обсуждаем. С Кириллом мы познакомились в 2013 году, когда он пришел на один из моих спектаклей. И в общем-то с этого момента не расставались. Я снималась во всех его учебных и короткометражных фильмах. Когда Кирилл начал работать над сценарием «Оторви и выбрось» (сначала фильм назывался «Без оглядки»), он хотел написать для меня историю о том, как женщина бежит от своего прошлого, а потом вспомнил мой рассказ про «кражу» у бабушки.

- Ваша героиня получилась очень фактурная — будучи довольно жесткой женщиной и отсидев четыре года в тюрьме, она свято верит, что после освобождения ее заберет прекрасный принц и решит все проблемы.

- Такая вот неожиданная мечтательница. Во время наших обсуждений Кирилл однажды произнес, что с нее всё как с гуся вода. Мы тогда вспомнили и пересмотрели фильм «Шоссе» с Риз



I Кадр из фильма «Оторви и выбрось»

«Можешь рассмеяться в лицо страху — способен его преодолеть»

Уизерспун, где ее героиня не сдаётся несмотря ни на что. У моей Оли есть такая же жизненная сила — она вышла из тюрьмы, как будто вовсе не сидела, и идет дальше, не очень понимая куда. Ее просто тянет вперед.

- Вместе с Соней Круговой у вас настоящая химия на экране. На момент съемок ей было 10 лет, и сам проект непростой и физически, и эмоционально, ведь Соня там ругается, носит оружие. Как выстраивался съемочный процесс, чтобы все было максимально легким для ребенка?

- Я очень хотела добиться этой химии на экране, подмечала разные приемы в других проектах. Например, в фильме «Кramer против Крамера» Дастину Хоффману нужно было, чтобы мальчишка, с которым он снимался, заплакал. Это был их последний съемочный день, Хоффман обратился к нему по имени и начал говорить какие-то простые вещи, что они больше не увидятся, и ребенок совершенно искренне расстроился. А потом они перешли на текст и потихоньку начали снимать. Дальше я отметила чудесный дуэт Джо Кири и Гейтена Матарачцо в сериале «Очень странные дела». В один момент я поняла, что они просто дружат в жизни, поэтому так естественно существуют в кадре, сохраняя персонажей.

Однокурсник и товарищ Кирилла, Александр Домогаев, снимал маленького мальчика в своем фильме «Пальма» и посоветовал нам артиста, который работает тренером по актерскому мастерству для детей. Так, втроем — я, Соня и коуч — мы начали заниматься. Сначала показывали животных, затем перешли на этюды — то же самое делают на первом курсе в театральных институтах. Я, естественно, изображала, что начинаю это с нуля. У Соны на самом деле был какой-то актерский опыт, который она почему-то скрывала. Вообще она просто машина — выступает в цирке, поет, танцует, занимается акробатикой и моделингом.

Знаете, почему Соня сразу запомнилась на кастинге? Она пришла пробоваться такая уставшая, видимо, после всех своих занятий, и прочитала текст на расслабоне, а это очень хорошее актерское качество. Ни один ребенок так не делал, все обычно очень стараются, могут даже слезу пустить, а это вовсе не то, что мы искали.

- В общем, вам удалось стать друзьями?

- Не то слово. В какой-то момент Соня практически танцевала у меня на голове. Но я понимала, что не могу сказать ей «стоп», чтобы она потом не жалалась на площадке. Там же все незнакомые люди, и она знала только меня и Кирилла. Но он босс, с ним была дистанция, и это правильно, а со мной — дистанция ноль.

- В фильме звучит мысль о том, что дети повторяют ошибки родителей. В случае с героем Данила Стеклова это точка невозврата: он будет работать охранником колонии, как

и его родители, и у него даже не возникает мысли о других вариантах будущего. Так получается из-за их неблагоприятной атмосферы провинциального города или это просто закон жизни, когда мы порой идем по проторенной дорожке и заимствуем какие-то паттерны поведения у семьи?

- Думаю, во-первых, не все родители готовы отпускать своих детей. Волей-неволей взрослые подталкивают ребенка к каким-то решениям, которые он, напротив, должен принимать сам. Например, никто не хотел отпускать меня из Краснодара в Питер, и мой папа постоянно шутил, что я буду работать бухгалтером, как мои мама и бабушка. Я, разумеется, не собиралась быть бухгалтером и сначала поступила на специалиста по рекламе, но на экономический факультет. Так что папа продолжил шутить. С другой стороны, родители хотят лучшего для своих детей и предлагают им то, что сами знают. Да и ребенок подсознательно выбирает то, что ему знакомо.

Когда Кирилл придумал героев Лапшиной, Хаева и Стеклова, которые всей семьей работают в колонии, это казалось мне каким-то сюрсом. А потом, во время подготовки к съемкам, я наткнулась на реальное интервью с таким семейством, где отец и два сына охраняют заключенных.

- Кирилл отмечал, что погода подвела во время съемок. Вы с Соней полфилма ходите босиком по очереди, а в одном эпизоде еще и в реке тонете. Наивно спрошу — было непросто?

- Да, я к тому же плохо плаваю и не умею нырять. Надувная лодка, на которой мы уплываем, тоже была со странностями: чтобы мотор не упал в воду, мне приходилось держать ее на своем весе. Конечно, ничего страшного бы не произошло, у нас была крутая команда каскадеров и подстраховочные лодки, но пришлось понервничать.

- Как и в первой работе Кирилла «Папа, сдохни», здесь психологическое насилие выражено буквально и переходит в физическое. Насколько вам близка эта метафора в кино?

- Это особый киномир Кирилла. У него крупные мазки, как у Ван Гога. Я больше люблю изучать первопричины — подсмотреть в замочную скважину, заглядывать в человека. В «Оторви и выбрось» нет этих «петелька — крючок», рассматривания под лупой психологических процессов, а наоборот, максимум зрелищности и эксцентрики. И мне нравилось махать пистолетом и быть крутой. Без такой условности этот фильм бы просто не получился.

И важная вещь насчет темы насилия в кино. Мы почему-то стали запрещать друг другу смеяться, а смех — это ведь защитный механизм. Если ты способен рассмеяться в лицо страху, значит, ты способен его принять и преодолеть.

- То есть у вас с Кириллом все-таки разные

пристрастия в кино? Он больше по экшен, а вы по драмам?

- Нет! Кирилл спросил меня про кино на нашем первом свидании, когда мы пошли на фильм его любимого режиссера Сэма Рэйми «Оз: Великий и Ужасный». Я в тот момент работала в театре, играла три спектакля по библейским текстам, только прошла пробы к Алексею Герману-младшему (На роль в фильме «Под электрическими облаками». — Прим. ред.), и никто бы не подумал, что я просто обожаю, когда на экране всё взрывается и летит. Так мы с Кириллом и совпали. Вообще мой любимый фильм — «Пятый элемент». Мне кажется, ни один человек в жизни не видел его столько раз, сколько видела я. Этот фильм меня воспитал (смеется).

- Насколько комфортно работать со своим мужем? Близкого человека ведь сложнее критиковать. К тому же обсуждение процесса наверняка не прекращается вне площадки, как будто вы вместе живете одним проектом.

- Так и есть. Мне было немножко сложнее, чем

остальным актерам. Я знала все тонкости производства и находилась внутри на сто процентов, не было такого, что ты просто отключился и делаешь свою работу.

При этом у киношников достаточно сказочных историй, что, работая с членами своей семьи, им удается переключаться и разделять съемки и жизнь.

У нас просто давний тренд на благополучие, когда ты не можешь признаться, что тебе действительно было трудно. На мой взгляд, это обязательно нужно делать, чтобы подобные мифы разрушались, и мы могли видеть реальность. Не знаю, когда именно нам стало неловко говорить про здесь и сейчас. Кажется, в 1990-е люди все же говорили прямо. Почему происходили такие вещи, что бабушка берет и забирает свою внучку? Это было открытое, свободное, проблемное время. А дальше все изменилось.

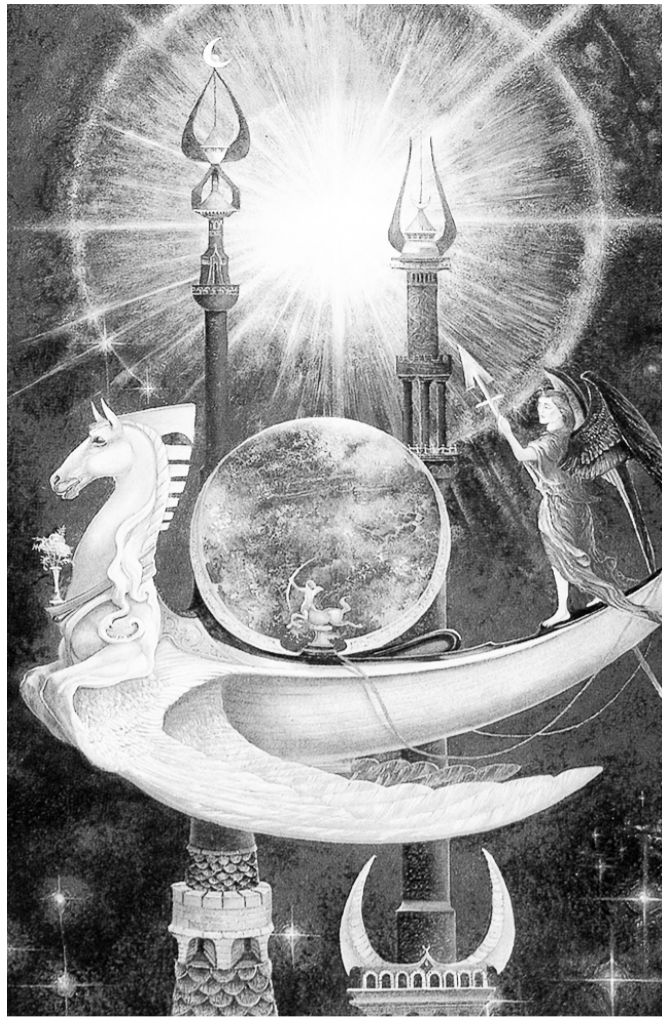
Меня упрекали, что я не должна возмущаться тем, что получаю в театре маленькую зарплату. А я страшно злилась — почему артист должен выживать на 14 тысяч рублей и молчать? Я отыгрываю 30 спектаклей в месяц и вообще живу на чердаке театра (Большого театра кукол. — Прим. ред.).

- 30 спектаклей в месяц — это получается по несколько выступлений в день, плюс еще репетиции... А чердак вам выделили вместо общежития?

- В 2006 году я приехала в Питер из Краснодара и поступила в Санкт-Петербургскую Академию театрального искусства на курс Руслана Кудашова, набранный сразу при Большом театре кукол, — со второго курса мы сразу же начали там работать. Нам даже придумали пятый курс, чтобы не решать вопрос с жильем для всех иногородних. На самом деле город выделил какую-то квартиру, но ее никто так и не увидел, и нас восьмерых поселили в комнаты на чердаке театра. Мыться мы ходили в гостиницу, которая была в этом же здании. Конечно, все искали способы съехать и снимать жилье, девчонки разъезжались по парням. Но когда у тебя нет никакой финансовой поддержки и ты работаешь целыми днями, не имея возможности искать подработку, это довольно трудно. В то время я уже снималась у Германа. Каждое утро к театру подъезжала машина, чтобы отвезти меня на площадку, и все недоумевали, где я вообще живу. Вот так, я еду на Берлинский кинофестиваль с премьерой «Под электрическими облаками» и живу на чердаке театра.

- Почувствовали себя Золушкой, оказавшись на Берлине?

- Не знаю почему, но это было очень естественно — спуститься с чердака и полететь в Берлин. Хотя с другой стороны, все казалось сказочным: в жюри сидела Одри Тоту, которую я обожаю, и смотрела фильм, где я снималась.



Гороскоп на неделю

с 9 по 15 мая



Овен. Ваш девиз сейчас - больше слушайте и меньше говорите. Вам придется призвать на помощь свою интуицию и мудрость. Желательно пересмотреть свой распорядок дня.



Весы. Поменьше времени проводите за компьютером. Во вторник не стоит сомневаться в собственных силах, поверьте, на этот раз вы сможете воплотить в жизнь свои замыслы. Выходные желательны провести за городом.



Телец. Эта неделя может оказаться благоприятной в плане урегулирования отношений с партнерами по работе и в личной жизни. В субботу не рассказывайте окружающим о своих успехах.



Скорпион. На этой неделе вас ожидают яркие и интересные события. Будьте честны и тогда никакие слухи не смогут повредить вам. Во вторник вы можете почувствовать, что накопившиеся дела не терпят отлагательства.



Близнецы. Сосредоточьтесь на работе, она принесет вам удовольствие и доход. Вас ждет интересное путешествие в приятной компании. Постарайтесь быть терпеливее к незначительным недостаткам окружающих.



Стрелец. Отнеситесь со всем вниманием к новым знакомым и к их предложениям, они могут быть выгодными. Среда - хороший день, чтобы узнать что-то новое. Постарайтесь поймать момент.



Рак. Профессиональная сфера потребует пристального внимания и непосредственного участия. Чтобы удерживать контроль над ситуацией, вам понадобится благоразумие и умение выполнять в срок намеченную работу.



Козерог. Наступает благоприятная неделя для установления полезных знакомств. Сейчас то время, когда стоит доверять первому впечатлению о людях. В понедельник будьте внимательны к рабочим делам.



Лев. Неделя обещает быть насыщенной событиями. Ваши планы будут воплощаться в жизнь стремительными темпами. Улучшатся отношения с окружающими, будут решены практически все конфликтные ситуации.



Водолей. На этой неделе не переоценивайте своей значимости, чтобы не нарушить реального баланса в коллективе. Особенно велика опасность испортить отношения с коллегами.



Дева. На этой неделе от вас потребуются организаторские способности. Чтобы достичь положительного результата в деловом сотрудничестве, вам придется приложить максимум усилий.



Рыбы. Постарайтесь не нервничать и не пытаться успеть всё и сразу. Продумайте свои действия до мельчайших подробностей. В выходные общайтесь с друзьями. Ну и, конечно, отдохните.

понедельник, 9 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
05.00 Новости 05.10 День Победы. Праздничный канал 09.10 Фильм «Время собирать камни» (12+) 10.45 Фильм «Отряд особого назначения» (12+) 11.55 Фильм «На войне как на войне» (12+) 13.20 Диверсант. Идеальный штурм (16+) 17.00 Новости 17.10 День Победы. Праздничный канал 17.50 Новости 18.00 Москва. Красная площадь. Парад, посвященный Дню Победы 19.00 День Победы. Праздничный канал 02.55 Фильм «На войне как на войне» (12+) 04.20 Фильм «Перед рассветом» (16+)	04.00 Фильм «Сталинград» (12+) 06.25 Фильм «Ни шагу назад!» (12+) 10.30 Вести 11.00 Фильм «Через прицел» (12+) 14.00 Вести 14.30 Большой праздничный концерт, посвященный Дню Победы 16.00 День Победы. Праздничный канал 18.00 Москва. Красная площадь. Парад, посвященный Дню Победы 18.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 19.00 День Победы. Праздничный канал 20.00 Вести 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 21.20 Фильм «Девятаев» (12+) 23.25 Фильм «Т-34» (12+) 03.00 Бессмертный полк. Прямой эфир	05.10 Великая Отечественная 06.40 Фильм «Последний день войны» (16+) 09.00 Сегодня 09.15 Фильм «Последний день войны» (16+) 10.50 Фильм «Дед Морозов» (16+) 14.15 Фильм «Топор» (16+) 15.50 Фильм «Топор. 1943» (16+) 17.00 Сегодня 17.30 Фильм «Топор. 1943» (16+) 18.00 Москва. Красная площадь. Парад, посвященный Дню Победы 19.00 Сегодня 19.30 Фильм «Топор. 1943» (16+) 19.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 20.00 Сегодня 20.35 Фильм «В августе 44-го...» (16+) 22.25 Фильм «Топор. 1944» (16+) 00.00 Фильм «Алеша» (16+) 03.15 Фильм «Апперкот для Гитлера» (16+)	07.00, 08.40, 09.20, 11.00, 11.20, 13.00, 13.40, 14.20, 15.00, 16.40, 17.20, 19.00, 19.40, 19.00, 19.40, 21.20, 22.00, 23.30 АСТВ фест (16+) 08.00, 10.20, 12.20, 13.40, 16.00, 18.20, 20.40, 20.40, 23.00 Наши в Ютуб (12+) 08.30, 10.50, 12.50, 14.10, 16.30, 18.50, 21.10, 21.10 ДВ-блиц (12+) 08.33, 10.53, 12.53, 14.13, 16.33, 18.53, 18.53, 21.13 Сахалин в цифрах (12+) 08.36, 10.56, 12.56, 14.16, 16.36, 18.56, 18.56, 21.16 Опрос дня (12+) 09.10, 11.30, 13.30, 14.50, 17.10, 19.30, 19.30, 21.50 Черно-белый Сахалин (12+) 09.15, 11.35, 13.35, 14.55, 17.15, 19.35, 19.35, 21.55 Острова поэзии (12+) 09.16, 11.36, 13.36, 14.56, 17.16, 19.36, 19.36, 21.56 Фэн-шуй прогноз (12+)	06.00 Сериал «Оттепель» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Оттепель» (16+) 15.05 Сериал «Гардемарины, вперед!» (12+) 17.00 Новости 17.15 Сериал «Гардемарины, вперед!» (12+) 19.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 20.05 Сериал «Гардемарины, вперед!» (12+) 20.25 Фильм «Виват, гардемарины!» (12+) 22.50 Фильм «Гардемарины III» (12+) 00.50 Фильм «Двенадцать стульев» (12+) 03.25 Фильм «Антон Иванович сердится» (12+) 04.40 Мультфильмы (0+)	06.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 08.40 Фильм «Живые и мертвые» (12+) 12.00 Новости дня (16+) 12.10 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.10 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 13.50 «Они сражались За Родину». Док. фильм (16+) 14.00 Новости дня (16+) 14.10 «Они сражались За Родину». Док. фильм (16+) 14.40 «Великая Отечественная в хронике ТАСС». Док. фильм (12+) 15.00 Новости дня (16+) 15.10 «Великая Отечественная в хронике ТАСС». Док. фильм (12+) 15.45 «История военных парадов на Красной площади. 1945 год». Док. фильм (16+) 16.00 Новости дня (16+) 17.00 Москва. Красная площадь. Военный парад, посвященный 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 18.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 19.00 Новости дня (16+) 19.15 Специальный репортаж (16+) 20.00 Новости дня (16+) 20.30 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 21.40 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 22.00 Новости дня (16+) 22.15 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 23.00 Новости дня (16+) 23.15 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 23.40 Сериал «Батальоны просят огня» (12+) 04.10 Фильм «Пясть земли» (12+)	06.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 08.40 Фильм «Живые и мертвые» (12+) 12.00 Новости дня (16+) 12.10 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.10 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 13.50 «Они сражались За Родину». Док. фильм (16+) 14.00 Новости дня (16+) 14.10 «Они сражались За Родину». Док. фильм (16+) 14.40 «Великая Отечественная в хронике ТАСС». Док. фильм (12+) 15.00 Новости дня (16+) 15.10 «Великая Отечественная в хронике ТАСС». Док. фильм (12+) 15.45 «История военных парадов на Красной площади. 1945 год». Док. фильм (16+) 16.00 Новости дня (16+) 17.00 Москва. Красная площадь. Военный парад, посвященный 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне 18.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 19.00 Новости дня (16+) 19.15 Специальный репортаж (16+) 20.00 Новости дня (16+) 20.30 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+) 21.40 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 22.00 Новости дня (16+) 22.15 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 23.00 Новости дня (16+) 23.15 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 23.40 Сериал «Батальоны просят огня» (12+) 04.10 Фильм «Пясть земли» (12+)	07.30 Свидание с войной (16+) 10.50 Сериал «Возвращение в Эдем» (16+) 15.20 Фильм «Польный - трава окаянная» (16+) 16.55 Сериал «Из Сибири с любовью» (16+) 19.50 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 20.00 Сериал «Подкидыш» (16+) 22.55 Фильм «Бриджит Джонс-3» (16+) 00.50 Сериал «Чужая дочь» (16+) 04.10 Свидание с войной (16+)	06.00 Фильм «Высота 89» (16+) 07.40 Фильм «Сталинград» (16+) 09.10 Фильм «Сталинград» (16+) 10.40 Сериал «Битва за Москву» (12+) 12.00 Сериал «Битва за Москву» (12+) 13.25 Сериал «Битва за Москву» (12+) 14.40 Сериал «Битва за Москву» (12+) 16.05 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 16.50 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 17.30 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 18.15 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 18.55 Сериал «Танкист» (12+) 19.35 Сериал «Танкист» (12+) 19.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания (0+) 20.00 Известия (16+) 20.15 Сериал «Танкист» (12+) 20.40 Сериал «Танкист» (12+) 21.20 Сериал «Танкист» (12+) 22.00 Фильм «Танки» (12+) 23.30 Фильм «Ржев» (12+) 01.20 Сериал «Крепкая броня» (16+) 02.15 Сериал «Крепкая броня» (16+) 03.05 Сериал «Крепкая броня» (16+) 03.55 Сериал «Крепкая броня» (16+) 04.40 Сериал «Крепкая броня» (16+) 05.30 Сериал «Крепкая броня» (16+)

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА»
49-16-06

РОССИЯ 24

УСЛУГИ
Ремонт стиральных и посудомоечных машин, духовых шкафов, варочных панелей и водонагревателей.
Т. 8-984-136-84-89.

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, 57, оф. 213. Тел.: 444-777

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

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**



вторник, 10 мая

Table with 8 columns representing TV channels: 1, РОССИЯ 1, НТВ, АСТВ, МИР, ЗВЕЗДА, D, ПЯТЫЙ КАНАЛ. Each column lists program titles and times. Includes promotional boxes for 'Женщина 40 лет...' and 'В ТЦ «Океан» сдаются в аренду помещения...'.

среда, 11 мая

Table with 8 columns representing TV channels: 1, РОССИЯ 1, НТВ, АСТВ, МИР, ЗВЕЗДА, D, ПЯТЫЙ КАНАЛ. Each column lists program titles and times. Includes a large advertisement for 'Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31' at the bottom left.

четверг, 12 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 АнтиФейк (16+) 09.45 Жизнь здорово! (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.00 Новости 17.20 Информационный канал (16+) 20.00 Новости 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 Время 21.45 Сериал «Молчание» (16+) 22.45 Большая игра (16+) 23.45 АнтиФейк (16+) 00.25 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 Вести 11.30 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Кто против? (12+) 17.00 Вести 17.30 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Елизавета» (16+) 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 01.00 Сериал «Земский доктор» (12+) 02.45 Сериал «Версия» (12+)	06.05 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня 21.00 Сериал «Алекс Лютый. Дело Шульца» (16+) 00.30 Сегодня 01.00 Основано на реальных событиях (16+) 03.40 Сериал «Обратный отсчет» (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+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23 Новостята (12+) 07.24, 08.24, 09.24, 10.24, 11.24, 12.24, 13.24, 14.24, 15.24, 16.24, 17.24, 18.24, 19.24, 20.24, 21.24, 22.24, 23.24, 00.24, 01.24, 02.24, 03.24, 04.24, 05.24, 06.24 Острова поэзии (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, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 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 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 Фаншуй прогноз (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)	06.00 Мультфильмы (0+) 06.40 Сериал «Гардемарины, вперед!» (12+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Гардемарины, вперед!» (12+) 11.40 Фильм «Виват, гардемарины!» (12+) 14.00 Новости 14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 15.10 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 16.05 Дела судебные. Новые истории (16+) 17.00 Новости 17.15 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 18.25 Мировое соглашение (16+) 19.10 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.05 Игра в кино (12+) 21.50 Слабое звено (12+) 22.40 Слабое звено (12+) 23.30 Назад в будущее (16+) 00.15 Сериал «Братаны» (16+) 03.20 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 04.05 Дела судебные. Новые истории (0+) 04.50 Наше кино. История большой любви (12+) 05.15 Наше кино. История большой любви (12+) 05.40 Фильм «Вратарь» (6+)	05.20 Сериал «Бомба» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Специальный репортаж (16+) 09.35 Фильм «Выйти замуж за капитана» (12+) 11.20 Открытый эфир (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Не факт! (12+) 14.00 «Битва оружейников». Док. сериал (16+) 14.45 Сериал «Бомба» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.05 Не факт! (12+) 18.45 Специальный репортаж (16+) 19.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 20.25 Открытый эфир (16+) 22.00 Между тем (12+) 22.25 Код доступа (12+) 23.15 Фильм «Голубая стрела» (12+) 00.50 Фильм «Выйти замуж за капитана» (12+) 02.15 Фильм «Здесь твой фронт» (16+) 03.35 Сериал «Бомба» (16+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.15 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.25 Верну любимого (16+) 16.00 Сериал «Корзина для счастья» (16+) 20.00 Сериал «Жена с того света» (16+) 00.00 Фильм «Трое в лабиринте» (16+) 02.10 Понять. Простить (16+) 03.00 Порча (16+) 03.50 Знахарка (16+) 04.15 Тест на отцовство (16+) 05.55 Давай разведемся! (16+) 06.45 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) 06.30 Фильм «Небесный тихоход» (12+) 07.55 Фильм «Солдатик» (6+) 09.35 День ангела (0+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Сильнее огня» (16+) 11.30 Сериал «Сильнее огня» (16+) 12.30 Сериал «Сильнее огня» (16+) 13.25 Сериал «Сильнее огня» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Сильнее огня» (16+) 14.55 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 15.50 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 16.40 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 17.35 Сериал «Снайпер. Офицер СМЕРШ» (16+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «Условный мент-3» (16+) 19.50 Сериал «Условный мент-3» (16+) 20.35 Сериал «След» (16+) 21.15 Сериал «След» (16+) 21.55 Сериал «След» (16+) 22.40 Сериал «След» (16+) 23.25 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «След» (16+) 02.50 Сериал «След» (16+) 03.30 Сериал «След» (16+) 04.05 Сериал «Детективы» (16+) 04.40 Сериал «Детективы» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

пятница, 13 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 АнтиФейк (16+) 09.45 Жизнь здорово! (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 18.00 Вечерние новости 108.40 Человек и закон (16+) 19.40 Поле чудес(16+) 21.00 Время 21.45 Сериал «Молчание» (16+) 22.45 Фильм «Один вдох» (12+) 00.30 Информационный канал (16+) 04.30 Россия от края до края (12+)	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 Вести 11.30 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Кто против? (12+) 17.00 Вести 17.30 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 00.00 Фильм «Привет от аиста» (12+) 03.20 Фильм «Родной человек» (16+)	06.05 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.45 ДНК (16+) 20.00 Сегодня 21.50 Страна талантов (12+) 00.05 Захар Прилепин. Уроки русского (12+) 00.30 Своя правда 02.10 Квартирный вопрос (0+) 03.05 Сериал «Обратный отсчет» (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+) 07.24, 08.24, 09.24, 10.24, 11.24, 12.24, 13.24, 14.24, 15.24, 16.24, 17.24, 18.24, 19.24, 20.24, 21.24, 22.24, 23.24 Острова поэзии (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+) 07.55, 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, 01.20, 03.20, 05.20 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 Фаншуй 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 (12+) 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостята (12+) 00.50, 04.50 Держи краба (12+) 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 01.50, 03.50, 05.50 Наши в Ютуб (12+) 02.50, 06.50 Готовим просто (12+)	06.00 Фильм «Вратарь» (6+) 06.50 Мультфильмы (0+) 07.15 Сериал «Братаны» (16+) 11.00 Новости 11.10 В гостях у цифры (12+) 11.20 Сериал «Братаны» (16+) 14.00 Новости 14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 15.05 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 16.10 Дела судебные. Новые истории (16+) 17.00 Новости 17.20 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 108.40 Фильм «Вий» (16+) 20.00 Новости 20.15 Слабое звено (12+) 21.05 Игра в кино (12+) 21.45 Всемирные игры разума (12+) 22.25 Фильм «Зимняя вишня» (0+) 00.00 Фильм «Дети понедельника» (12+) 01.30 Фильм «Граф Монте-Кристо» (12+) 04.30 Сериал «Девушка спешит на свидание» (6+) 05.35 Мультфильмы (0+)	05.05 Сериал «Бомба» (16+) 06.35 «Надя Богданова». Док. фильм (12+) 07.25 Фильм «Семь часов до гибели» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 «13 мая - День Черноморского флота». Док. фильм (16+) 10.05 Фильм «Инспектор ГАИ» (12+) 11.35 Фильм «Рысь» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.20 Фильм «Рысь» (16+) 14.25 Сериал «Берега» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.20 Сериал «Берега» (16+) 21.15 Здравствуй, товарищи! (16+) 22.15 Фильм «Я объявляю вам войну» (16+) 23.40 Фильм «Семь часов до гибели» (12+) 00.50 Фильм «Ждите связного» (12+) 02.05 Фильм «Голубая стрела» (12+) 03.35 «Крым. Камни и пепел». Док. фильм (12+) 04.15 «Зафронтовые разведчики». Док. фильм (16+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.55 Давай разведемся! (16+) 10.55 Тест на отцовство (16+) 13.10 Понять. Простить (16+) 14.15 Порча (16+) 14.45 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 15.55 Сериал «Никогда не сдавайся» (16+) 20.00 Сериал «Дочки» (16+) 23.40 Фильм «Четыре кризиса любви» (16+) 01.35 Понять. Простить (16+) 02.30 Порча (16+) 02.55 Знахарка (16+) 03.20 Верну любимого (16+) 03.45 Тест на отцовство (16+) 05.25 По делам несовершеннолетних (16+) 07.05 Предсказания. 2022 (16+)	06.00 Известия (16+) 06.30 Сериал «Старое ружье» (16+) 07.20 Сериал «Старое ружье» (16+) 08.10 Сериал «Старое ружье» (16+) 09.05 Сериал «Старое ружье» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Снайпер. Герой сопротивления» (16+) 11.20 Сериал «Снайпер. Герой сопротивления» (16+) 12.05 Сериал «Снайпер. Герой сопротивления» (16+) 12.55 Сериал «Снайпер. Герой сопротивления» (16+) 13.45 Фильм «Ржев» (12+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Фильм «Ржев» (12+) 16.35 Фильм «Танки» (12+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «След» (16+) 19.45 Сериал «След» (16+) 20.25 Сериал «След» (16+) 21.05 Сериал «След» (16+) 21.55 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.00 Сериал «След» (16+) 00.45 Светская хроника (16+) 01.45 Они потрясли мир (12+) 02.25 Сериал «Свои-4» (16+) 03.05 Сериал «Свои-4» (16+) 03.40 Сериал «Свои» (16+) 04.15 Сериал «Свои» (16+) 04.50 Сериал «Свои» (16+) 05.25 Сериал «Свои» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

суббота, 14 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
06.00 Доброе утро. Суббота 09.00 Умницы и умники (12+) 09.45 Слово пастыря (0+) 10.00 Новости 10.10 Вера Алентова. «Как долго я тебя искала...» (12+) 11.25 Видели видео? (0+) 12.00 Новости 12.15 Видели видео? (0+) 13.55 Фильм «Ширли-мырли» (16+) 15.00 Новости 15.15 Фильм «Ширли-мырли» (16+) 16.40 Кто хочет стать миллионером? (12+) 18.00 Вечерние новости 18.20 Фильм «Без памяти» (12+) 21.00 Время 21.35 Фильм «Без памяти» (12+) 23.00 Фильм «Как быть хорошей женой» (16+) 00.55 Наедине со всеми (16+) 03.10 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 Вести 12.15 Доктор Мясников (12+) 13.20 Сериал «Точка кипения» (16+) 17.00 Вести 18.00 Привет, Андрей! (12+) 20.00 Вести 21.00 Фильм «Виктория» (12+) 00.40 Фильм «После многих бед» (12+) 03.45 Фильм «Не в парнях счастье» (12+)	06.15 Хорошо там, где мы есть (0+) 06.40 Фильм «Взрывная волна» (16+) 08.30 Смотр (0+) 09.00 Сегодня 09.20 Поедем, поедим! (0+) 10.20 Едим дома (0+) 11.00 Сегодня 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 «Новые документы об НЛО». Научное расследование (12+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 19.00 По следу монстра (16+) 20.00 Центральное телевидение 21.20 Ты не поверишь! (16+) 22.20 Секрет на миллион. Олеся Железняк (16+) 00.15 Международная пирамида (16+) 00.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. «Эпидемия» (16+) 02.05 Дачный ответ (0+) 02.55 Сериал «Обратный отсчет» (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 07.23, 09.23, 11.23, 13.23, 15.23, 17.23, 19.23, 21.23, 23.23, 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостята (12+) 07.27, 08.25, 09.27, 10.25, 11.27, 12.25, 13.27, 13.50, 14.25, 15.27, 16.25, 17.27, 18.25, 19.27, 20.25, 21.27, 22.25, 23.27, 00.27, 01.25, 02.27, 03.25, 04.27, 05.25, 06.27 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 11.50, 17.50, 21.50, 00.50, 04.50 Держи краба (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 Фэншуй прогноз (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 01.20, 03.20, 05.20 Опрос дня (12+) 08.23, 10.23, 12.23, 14.23, 16.23, 18.23, 20.23, 22.23, 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50, 01.50, 03.50, 05.50 Наши в Ютуб (12+) 09.50, 15.50, 19.50, 23.50, 02.50, 06.50 Готовим просто (12+) 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.00 Всё, как у людей (6+) 07.15 Мультфильмы (0+) 09.45 Исторический детектив (12+) 10.10 Слабое звено (12+) 11.00 Погода в мире 11.10 Фильм «Зимняя вишня» (0+) 12.40 Сериал «Вангелия» (16+) 17.00 Новости 17.15 Сериал «Вангелия» (16+) 20.00 Новости 20.15 Сериал «Вангелия» (16+) 00.25 Фильм «Граф Монте-Кристо» (12+) 03.25 Фильм «Сердца четырех» (6+) 05.00 Мультфильмы (0+)	04.55 Фильм «Сицилианская защита» (12+) 06.25 Фильм «Казачья застава» (12+) 07.45 Фильм «Старик Хоттабыч» (6+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 Фильм «Старик Хоттабыч» (6+) 09.40 Легенды науки (12+) 10.15 Главный день. «Сказ про Федота-стрельца, удалого молодца» и Леонид Филатов (16+) 11.05 «Война миров». Док. сериал (16+) 11.50 Не факт! (12+) 12.15 СССР. Знак качества (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Легенды музыки (12+) 13.40 Круиз-контроль (12+) 14.10 Морской бой (6+) 15.10 Сериал «Большая перемена» (12+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 Задело (16+) 18.25 Сериал «Большая перемена» (12+) 20.30 Фильм «28 панфиловцев» (16+) 22.30 Всероссийский вокальный конкурс «Новая звезда-2022». Отборочный тур (6+) 23.50 Десять фотографий. Марьяна Наумова (12+) 00.30 Фильм «Деревенский детектив» (12+) 01.55 Фильм «Анискин и Фантомас» (12+) 04.05 Фильм «Казачья застава» (12+) 05.20 «Оружие Победы». Док. сериал (12+)	07.30 Предсказания. 2022 (16+) 07.55 Сериал «Крылья» (16+) 11.40 Сериал «Перепутанные» (16+) 20.00 Сериал «Великолепный век» (16+) 23.45 Сериал «Наседка» (16+) 03.15 Сериал «Перепутанные» (16+) 06.35 Пять ужинов (16+) 06.50 Предсказания. 2022 (16+)	ПЯТНИЦА! 06.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 07.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 07.50 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.40 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.30 Мамы Пятницы (16+) 10.00 Умный дом (16+) 11.00 Фильм «Чего хотят женщины» (16+) 13.20 Четыре свадьбы (16+) 14.50 Четыре свадьбы (16+) 16.40 Четыре свадьбы (16+) 18.10 Четыре свадьбы (16+) 19.40 Четыре свадьбы (16+) 21.30 Четыре свадьбы (16+) 23.00 Четыре свадьбы (16+) 00.30 Фильм «Чокнутый профессор-2» (16+) 02.30 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.20 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 04.10 Пятница News (16+) 04.40 На ножах (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Сериал «Такая работа» (16+) 06.40 Сериал «Такая работа» (16+) 07.15 Сериал «Такая работа» (16+) 07.55 Сериал «Такая работа» (16+) 08.30 Сериал «Такая работа» (16+) 09.15 Сериал «Такая работа» (16+) 10.00 Светская хроника (16+) 11.00 Они потрясли мир (12+) 11.50 Фильм «Любимая женщина механика Гаврилова» (12+) 13.15 Фильм «Соломенная шляпка» (12+) 14.35 Фильм «Соломенная шляпка» (12+) 15.55 Сериал «След» (16+) 16.40 Сериал «След» (16+) 17.30 Сериал «След» (16+) 18.20 Сериал «След» (16+) 19.05 Сериал «След» (16+) 19.45 Сериал «След» (16+) 20.30 Сериал «След» (16+) 21.15 Сериал «След» (16+) 22.00 Сериал «След» (16+) 22.45 Сериал «След» (16+) 23.30 Сериал «След» (16+) 00.15 Сериал «След» (16+) 01.00 Известия. Главное (16+) 01.55 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 02.45 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.35 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.10 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49 16 31

TM

РОССИЯ 24
16.00 Дальний Восток

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА»
49-16-06

воскресенье, 15 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
06.00 Новости 06.10 Россия от края до края (12+) 06.35 Фильм «Перекресток» (16+) 08.25 Часовой (12+) 08.55 Здоровье (16+) 10.00 Новости 10.10 Ко дню рождения Михаила Булгакова. «Полет Маргариты» (16+) 11.05 Сериал «Мосгаз» (16+) 12.00 Новости 12.15 Сериал «Мосгаз» (16+) 15.00 Новости 15.15 Сериал «Мосгаз» (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 Сериал «Мосгаз» (16+) 21.00 Время 22.35 Фильм «Трое» (16+) 01.00 Наедине со всеми (16+) 03.15 Россия от края до края (12+)	05.20 Фильм «Во имя любви» (12+) 07.15 Устами младенца 08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели 08.35 Когда все дома 09.25 Утренняя почта 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 12.15 Доктор Мясников (12+) 13.20 Сериал «Точка кипения» (16+) 17.00 Вести 18.00 Песни от всей души (12+) 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 01.30 Фильм «Красотка» (12+) 03.15 Фильм «Во имя любви» (12+)	06.10 Фильм «Деньги» (16+) 07.35 Центральное телевидение (16+) 09.00 Сегодня 09.20 У нас выиграют! (12+) 11.00 Сегодня 11.20 Первая передача (16+) 12.00 Чудо техники (12+) 12.55 Дачный ответ (0+) 14.00 НашПотребНадзор (16+) 15.00 Своя игра (0+) 16.00 Следствие вели... (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 19.00 Новые русские сенсации (16+) 20.00 Итоги недели 21.30 Ты супер! 60+. Новый сезон (6+) 00.00 Звезды сошлись (16+) 01.20 Основано на реальных событиях (16+) 04.10 Фильм «Взрывная волна» (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 Наш день 07.23, 09.23, 11.23, 13.23, 15.23, 17.23, 19.23, 21.23, 23.23 Новостята (12+) 07.27, 08.25, 09.27, 10.25, 11.27, 12.25, 13.27, 14.25, 16.25, 17.27, 18.25, 19.27, 20.25, 21.27, 22.25, 23.27, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 11.50, 15.50, 19.50, 23.50 Держи краба (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 Фэншуй прогноз (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+) 08.23, 10.23, 12.23, 14.23, 16.23, 18.23, 20.23, 22.23, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Сахалин в цифрах (12+) 08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50 Наши в Ютуб (12+) 09.50, 13.50, 17.50, 21.50 Готовим просто (12+) 15.27, 00.24, 01.24, 02.24, 03.24, 04.24, 05.24, 06.24 Острова поэзии (12+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Двублиц (12+) 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+)	06.00 Мультфильмы (0+) 09.15 Фильм «Вий» (16+) 10.30 ФазендаЛайф (6+) 11.00 Новости 11.10 Фильм «Дети понедельника» (16+) 12.40 Сериал «Метод Фрейда» (16+) 17.00 Новости 17.15 Сериал «Метод Фрейда» (16+) 19.30 Вместе 20.30 Сериал «Метод Фрейда» (16+) 01.00 Вместе 02.00 Сериал «Метод Фрейда» (16+) 02.35 Сериал «Вангелия» (16+)	05.40 Фильм «Два Федора» (12+) 07.10 Фильм «28 панфиловцев» (16+) 09.00 Новости недели (16+) 09.25 Служу России (12+) 09.55 Военная приемка (12+) 10.45 Скрытые угрозы (16+) 11.30 Код доступа (12+) 12.15 Секретные материалы (16+) 13.00 Легенды армии (12+) 13.45 Специальный репортаж (16+) 14.10 Сериал «Война в Корее» (16+) 18.00 Главное (16+) 20.00 Легенды советского сыска (16+) 23.00 Фетисов (12+) 23.45 Фильм «Я объявляю вам войну» (16+) 01.15 Фильм «Инспектор ГАИ» (12+) 02.30 «Крымская легенда». Док. фильм (12+) 03.25 Сериал «Война в Корее» (16+)	07.30 Предсказания. 2022 (16+) 07.40 Фильм «Трое в лабиринте» (16+) 09.50 Фильм «Четыре кризиса любви» (16+) 11.45 Сериал «Жена с того света» (16+) 15.55 Сериал «Дочки» (16+) 19.45 Пять ужинов (16+) 20.00 Сериал «Великолепный век» (16+) 23.45 Сериал «Верни мою жизнь» (16+) 03.30 Сериал «Перепутанные» (16+) 06.50 Чудотворица (16+)	ПЯТНИЦА! 06.00 Пятница News (16+) 06.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 07.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 07.50 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.40 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.40 Мамы Пятницы (16+) 10.00 На ножах (16+) 11.00 Умный дом (16+) 12.00 На ножах (16+) 13.00 На ножах (16+) 14.00 На ножах (16+) 15.10 На ножах (16+) 16.10 На ножах (16+) 17.20 На ножах (16+) 18.20 На ножах (16+) 19.20 На ножах (16+) 20.30 На ножах (16+) 21.30 На ножах (16+) 22.30 На ножах (16+) 23.30 На ножах (16+) 00.30 Фильм «Чарли и шоколадная фабрика» (16+) 02.20 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.10 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 04.10 Пятница News (16+) 04.40 На ножах (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 06.50 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.35 Сериал «Улицы разбитых фонарей-2» (16+) 08.20 Сериал «Улицы разбитых фонарей-2» (16+) 09.05 Сериал «Улицы разбитых фонарей-2» (16+) 10.05 Сериал «Условный мент-3» (16+) 11.00 Сериал «Условный мент-3» (16+) 11.45 Сериал «Условный мент-3» (16+) 12.40 Сериал «Условный мент-3» (16+) 13.30 Сериал «Условный мент-3» (16+) 14.20 Сериал «Условный мент-3» (16+) 15.15 Сериал «Условный мент-3» (16+) 16.05 Сериал «Условный мент-3» (16+) 17.00 Сериал «Бирюк» (16+) 17.55 Сериал «Бирюк» (16+) 18.40 Сериал «Бирюк» (16+) 19.35 Сериал «Бирюк» (16+) 20.25 Сериал «Двойной блюз» (16+) 21.15 Сериал «Двойной блюз» (16+) 22.05 Сериал «Двойной блюз» (16+) 23.00 Сериал «Двойной блюз» (16+) 23.50 Фильм «Свои» (16+) 01.55 Фильм «Любимая женщина механика Гаврилова» (12+) 03.10 Фильм «Соломенная шляпка» (12+) 04.15 Фильм «Соломенная шляпка» (12+) 05.15 Сериал «Улицы разбитых фонарей-2» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49 16 31

TM

УСЛУГИ СПЕЦТЕХНИКИ

- Площадки, площадки бортовые - 12 м, 14 м, г/п до 25 т
- Контейнеровозы
- Фронтальные погрузчики (ковш 2,2 куб. м)
- Самосвалы (20 - 25 т)
- Рефрижератор (86 куб. м, г/п 25 т, по Сахалину и Дальнему Востоку)
- Автокран (г/п 25 т)

ПОМОЖЕМ С ПЕРЕЕЗДОМ Автофургон (2 т) + грузчики

Т. 27-41-69

ИП Филиппов О. А. ОГРН 304650135800109

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.
Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».

Все, что нужно знать о морской капусте

Ламинария (иное название морской капусты) является полезной пищей для людей любой возрастной категории. Данная водоросль должна быть обязательным элементом в рационе и взрослых и детей. Рассмотрим, в чем состоит польза и вред морской капусты, в каких сферах и для чего применяется, каков ее состав.

Ламинария богата содержащимися микро- и макроэлементами, комплексом витаминов. Она небезуспешно применяется в следующих сферах жизни:

- в питании, улучшая деятельность щитовидной железы;
- в медицинской отрасли для производства слабительных лекарств;
- в косметической промышленности для восстановления волоса и кожного покрова и сохранения их в здоровом состоянии;
- для изготовления удобрения в сельском хозяйстве.

Морские водоросли обладают широким перечнем полезных характеристик.

Они восполняют недостаток йода в организме, стабилизируя деятельность щитовидной железы, предупреждая выпадение волос, улучшая цвет кожного покрова.

Наличие в составе стерина снижает риск возникновения атеросклероза. Водоросли хороши в качестве профилактической меры от тромбозов, поскольку стерин оказывает кроворазжижающее воздействие.

Помогают избавиться от запоров. Наибольшим эффектом обладает сушеный продукт. Пектины, содержащиеся в нем, нормализуют деятельность органов ЖКТ.

Морской женьшень полезен людям после проведенной операции по удалению опухоли. Также его рекомендуют для профилактики заболеваний онкологического характера.

Обезвреживает токсичные вещества, радионуклиды и соли тяжелых металлов. Улучшает работу кровеносной системы и благотворно воздействует на репродуктивную функцию.

Исключить из рациона продукт необходимо:

- при наличии нефритов;
- если есть патологии геморрагического характера;
- при наличии острого фурункулеза и его хронической формы;
- при повышенной функции щитовидной железы;
- нельзя принимать в пищу водоросли, если обнаружена аллергия на них или индивидуальная непереносимость.

Польза

Для женщин. Лечебные свойства водоросли положительно влияют на женский организм, оказывая не только профилактическое, но и целебное воздействие на него. Для женщин употребление ламинарии позволяет:

- привести в норму менструальный цикл;
- стабилизировать гормональный фон;
- повысить сексуальное влечение (либидо).

Употребление данного продукта способствует устранению проблем, являющихся причиной женского бесплодия.

Прием в пищу ламинарии препятствует развитию раковых опухолей груди.

Женщины часто используют водоросли в качестве антицеллюлитного средства, а также для сохранения здоровья и замедления процесса старения кожи лица и волоса и кожного покрова.

Для мужчин. Мужчинам рекомендуется есть водоросли для профилактики недугов половой системы. Продукт нормализует потенцию, повышает либидо и является афродизиак натурального происхождения.

Водоросли восполняют нехватку необходимых



для функционирования организма веществ, препятствуя развитию патологий сердца и сосудов. Ламинария является незаменимым продуктом для мужчин, испытывающих колоссальные физические нагрузки и занимающихся умственной деятельностью.

Полезность морских водорослей для мужчин состоит в устранении воспалительных процессов, благотворном отражении на качестве спермы.

Для детей. Водоросли разрешено употреблять в пищу только детям, достигшим 3-летнего возраста. Иначе может быть причинен значительный вред органам пищеварительной системы. В раннем возрасте у детей в организме недостаточно ферментов для переваривания ламинарии или они совсем отсутствуют. Также у ребенка может проявиться повышенная чувствительность к йоду.

Давая ребенку первый раз попробовать ламинарию, необходимо внимательно наблюдать, как реагирует его организм на новый продукт. Малыш может отказаться от его употребления, поскольку водоросли обладают специфическим запахом, да и цвет их не всегда нравится детям. Не все родители знают, сколько продукта можно давать ребенку, что провоцирует диарею или запоры.

При беременности. При вынашивании плода следует с осторожностью относиться к приему в пищу морского женьшеня, поскольку он может навредить здоровью будущего младенца. Это обусловлено высоким содержанием в продукте йода, который может проникнуть через плаценту. Не исключено и его попадание в материнское молоко. Повышенное содержание йода может вызвать нарушения в развитии малыша и нанести урон его здоровью.

Чем богата

Одним из факторов, обуславливающих полезность ламинарии, является ее небольшая калорийность. В 100 граммах продукта содержится 24 ккал. В водорослях много микро- и макроэлементов, внушительный список витаминов, полезных для людей любого возраста.

В морских водорослях содержится целый комплекс витаминов, обеспечивающих стабильное функционирование всего организма. В этот перечень входят витамин А, С, D, E, K и все

витамины группы В.

Ламинария отличается богатым химическим составом. В 100 граммах продукта содержится:

- 1056 мг хлора;
- 970 мг калия;
- 519 мг натрия;
- 168 мг магния;
- 55 мг фосфора;
- 51 мг кремния;
- 40 мг кальция;
- 2500 мкг йода;
- 580 мкг алюминия;
- 340 мкг фтора;
- 225 мкг бора;
- 130 мкг меди;
- 85 мкг ванадия;
- 16 мкг железа;
- 14 мкг кобальта;
- 7,7 мкг лития;
- 1,6 мкг молибдена;
- 1,23 мкг цинка;
- 0,2 мкг никеля;
- 0,2 мкг марганца.

Противопоказания

У каждого продукта и лекарственного препарата наряду с полезными для организма человека свойствами имеется перечень противопоказаний. У капусты, произрастающей в морях, они также существуют:

- следует проявлять осторожность при употреблении продукта в период грудного вскармливания. Начинать следует с маленьких порций, внимательно наблюдая за реакцией младенца;
 - не рекомендована ламинария при наличии почечных заболеваний;
 - следует полностью отказаться от употребления водорослей при повышенной активности щитовидки, поскольку концентрация йода в организме уже превышена;
 - фурункулез и крапивница также являются поводом для отказа от продукта;
 - нельзя есть ламинарию и при наличии туберкулеза;
 - людям с острыми заболеваниями органов пищеварения она также противопоказана.
- Выращиваемая в морях капуста оказывает послабляющее воздействие, поэтому употреблять

ее нужно лишь ограниченными порциями. Человек, не имеющий проблем со здоровьем, может съедать до 100 граммов ламинарии в течение суток. Дети, не достигшие 3-летнего возраста, не должны употреблять более 50 граммов продукта в день.

При наличии ряда заболеваний суточная дозировка капусты уменьшается. При обострении болезней ЖКТ ее потребуется полностью исключить из меню.

Консервированная

Не часто в продаже встречается сырая ламинария, поэтому приходится покупать консервированную морскую капусту в небольших стеклянных банках. Большая часть специалистов утверждает, что консервация существенно снижает содержание уникальных микро- и макроэлементов. Несмотря на это, в морской капусте остается много положительных для человека свойств. В маринованных водорослях на долю йода приходится 3% от всей их массы, что положительно воздействует на здоровье людей, страдающих гиперплазией щитовидки и болезнями ЖКТ.

Благодаря значительному содержанию в маринованной морской капусте такого вещества, как фитостерин, она помогает снизить уровень холестерина. Также данный элемент является отличным профилактическим средством от атеросклероза.

Консервы из водорослей обладают более яркими вкусовыми характеристиками, чем продукт в сыром виде. Поэтому консервированную капусту, выросшую в море, часто используют в качестве компонента при приготовлении салатов, мясных, овощных и первых блюд.

Лечебные свойства

Йод, содержащийся в большом количестве в водорослях, обеспечивает выведение из организма тяжелых металлов. Он оказывает благотворное воздействие на функцию щитовидной железы, препятствуя появлению эндемического зоба и гипотериоза.

Это далеко не весь перечень лечебных свойств ламинарии, ведь не зря в Древнем Китае врачи именовали ее морским женьшенем. Она оказывает помощь в лечении следующих



заболеваний и патологий:

- рак молочной железы;
- авитаминоз и гиповитаминоз;
- излишняя масса тела;
- стрессовые и депрессионные состояния;
- повышенное содержание холестерина;
- диарея и запоры;
- снижение сексуального влечения.

Морской женьшень стабилизирует работы иммунной системы, улучшает метаболические процессы, положительно влияет на память.

Ламинария помогает больным людям смягчить симптомы некоторых заболеваний. Необходимо лишь знать, сколько водорослей можно съедать, чтобы воздействовать на организм с пользой, а не усугубить болезнь.

При панкреатите. Морская капуста благотворно воздействует на организм человека при панкреатите. Но, чтобы не навредить здоровью, норма ее потребления устанавливается с врачом. Она находится в прямой зависимости от стадии болезни и от самочувствия больного.

На начальной стадии заболевания включение ламинарии в рацион пациента оказывает регенерирующее воздействие на клетки. Нормализуются пищеварительные процессы, в поджелудочную железу поступают вещества, препятствующие разрушению тканей.

В случае обострения воспалительного процесса следует отказаться от употребления продукта. Если проигнорировать данную рекомендацию, стимулирование работы ЖКТ может спровоцировать появление колик, диарею и повышенное газообразование.

При гастрите. При наличии гастрита полезна свежая морская капуста. Она помогает снять болевые ощущения, нормализовать работу органов пищеварения. Наиболее полезны водоросли при повышенной кислотности. Навредить капуста может только при развитии воспалительного процесса в желудке либо при имеющихся противопоказаниях.

При диабете. Капуста из моря людям, страдающим сахарным диабетом, гарантирует снижение уровня глюкозы. Водоросль нормализует выработку инсулина, стабилизирует функции панкреатической и тиреоидной желез. Морской продукт является хорошим профилактическим средством от сахарного диабета.

Во избежание негативного воздействия диететики должны включать ламинарию в свой рацион после консультации с эндокринологом. Безопасной для здоровья дозировкой является употребление 50 граммов водорослей в сутки или по 100 граммов трижды в течение недели.

В косметологии

Морской женьшень, благодаря имеющимся в нем микроэлементам и комплексу витаминов,

нашел активное применение в косметической области для восстановления и сохранения красоты волос и дермы. Она используется:

- для принятия лечебных ванн;
- для выполнения обертываний;
- как компонент масок.

Водоросль нормализует обменные процессы, избавляет от излишков жидкости, устраняет дерматологические проблемы. Капуста из моря помогает снизить вес, поскольку стабилизирует обменные процессы и функции щитовидной железы.

Антицеллюлитные обертывания. Основной пользой антицеллюлитных обертываний является избавление от целлюлита и растяжек. В результате регулярного выполнения процедур постепенно улучшается состояние кожных покровов. Активизируются биохимические процессы в организме, улучшается кровоток в области жировых тканей, что способствует исчезновению «апельсиновой корки». В результате обертываний поверхность кожи в области живота, бедер и ягодичной зоны становится более подтянутой и гладкой, поэтому выглядят они более привлекательно.

Выполнение процедуры происходит в несколько шагов:

- сначала надо подготовить кожу, очистив ее с помощью скраба;
- далее необходимо в 5 литрах воды, нагретой до 60°, растворить 160 граммов средства для обертываний;
- пасту размешать до однородности;
- через 20 минут состав готов к применению. Для снижения веса на проблемные зоны нужно наносить еще теплое средство. Чтобы повысить эластичность дермы, пасту следует остудить. Через час нанести его на тело, после чего обернуть пленкой.

Спустя 50 минут состав смыть. Для достижения максимального эффекта кожу лучше полотенцем не вытирать.

Если имеются доброкачественные опухоли в области малого таза, то от обертываний следует отказаться, поскольку они лишь усугубят проблему.

Наибольший эффект достигается за счет сочетания обертываний с умеренными физическими нагрузками и здоровым питанием.

Маска для лица из ламинарии в домашних условиях. В качестве маски для лица капуста, выращенная в морях, используется в следующих целях:

- снимает раздражение, избавляет от сухости и шелушения поверхности кожи;
- помогает избавиться от рубцов, акне и обеспечивает разглаживание морщинок;
- сужает расширенные поры, гарантирует обесцвечивание веснушек и уменьшает пигментацию.

Маски оказывают на кожу лица следующее воздействие:

- питают;
- увлажняют;
- способствуют ее омоложению;
- обладают антибактериальным, антистрессовым и противовоспалительным эффектом.

Маски на основе ламинарии рекомендованы при увядании кожи, поскольку помогают скорректировать контур лица. Также успешно используются рецепты для устранения сухости кожных покровов и их повышенного салоотделения.

Для масок используется сушеная капуста, которая представлена в аптеках в виде порошка. Необходимо 15 граммов средства залить 100 мл теплой воды и подождать четверть часа, чтобы оно успело набухнуть. Кожу лица предварительно очистить и наложить на нее приготовленное средство. Для наилучшего эффекта можно в состав маски добавить другие компоненты. Процедура делается не чаще двух раз в неделю, иначе можно навредить коже.

Необходимо учитывать, что у масок из морской капусты существует ряд противопоказаний:

1. Наличие воспалительных явлений в области лица грозит распространением инфекции в связи с ускоренным кровотоком.
2. Нельзя использовать маску при кожных высыпаниях.
3. Маски не разрешены при гиперчувствительности к йоду.
4. При куперозе может появиться сосудистая сетка.

Капуста, выросшая в морях, имеет слизистую консистенцию, поэтому маску следует наносить лежа.

У большинства представительниц слабого пола пользуются популярностью следующие рецепты масок.

С глиной. Ее применяют для повышения тонуса кожных покровов. Маска полезна для кожи лица жирного типа, поскольку устраняет комедоны и сужает поры. Для косметического состава понадобится сухая морская капуста (5 г), голубая глина и теплая кипяченая вода (5 мл). Все ингредиенты надо смешать и нанести на лицо. Выждать четверть часа и маску смыть. Мощными средствами при смывании пользоваться не нужно.

С оливковым маслом и мёдом. Средство помогает разглаживанию морщин, улучшает состояние кожных покровов и подходит для чувствительной кожи. Мед обладает регенерирующим эффектом, противовоспалительным действием, удерживает влагу, предупреждая сухость кожных покровов. Благодаря содержащимся в оливковом масле полиненасыщенным жирным кислотам и токоферолу кожа лица выглядит молодой и красивой. Маску можно

сделать путем смешивания 5 граммов водорослей, 5 мл меда и 3-х капель масла.

С желатином. Маска полезна для увядающей жирной кожи, благодаря наличию коллагена. Систематическое применение данного средства способствует разглаживанию морщинок и приостанавливает возрастные изменения. Нормализуется функция сальных желез, что ведет к избавлению от акне и улучшению цвета лица. Для маски понадобится взять по 5 г ламинарии и пищевого желатина. Из трав готовят отвар и вводят в него желатин. После его разбухания еще раз разогревают отвар, чтобы добавить в него заранее замоченную в воде ламинарию. Маску нанести на лицо, дать ей застыть, после чего смыть теплой водой.

ВНИМАНИЕ! Маски, которые делаются на основе морской капусты, эффективны для всех типов кожи. При правильном применении они не наносят вреда.

Ламинария для волос. Микроэлементы в составе морского женьшеня питают волосы и обеспечивают их рост, препятствуют выпадению и избавляют от чрезмерного салоотделения. Маски с ламинарией показаны для ломких и тусклых волос. Вещества, имеющиеся в ней, оказывают следующее воздействие:

- йод питает волосы;
- витамин С защищает волосяной покров от вредных факторов;
- благодаря холину и ниацину нормализуется функция сальных желез.

Чтобы не навредить, маску делают раз в семь дней. Она запрещена при наличии индивидуальной непереносимости. Водоросли 5 минут варят на слабом огне, затем остывшим отваром промакивают локоны, обертывают в целлофан и укутывают полотенцем. Спустя 30 минут волосы промывают.

Заключение

Еще с давних времен люди употребляют в пищу морскую капусту, зная все о ее пользе и вреде для организма. Богатый химический состав и множество целебных характеристик делают ее ценным и полезным продуктом. Низкая калорийность ламинарии позволяет эффективно использовать ее для похудения и убрать целлюлит. Она одинаково полезна и для женского, и для мужского здоровья, поскольку восстанавливает менструальный цикл и репродуктивную функцию у женщин и нормализует мужскую потенцию. Капусту, выросшую в море, используют в качестве лечебного средства при некоторых недугах, а также она хороша для их профилактики. Употребление водорослей в пищу, их применение в косметических целях способствует сохранению здоровья и красоты, замедляет старение.

Морепродукты, которых не было

Следственным отделением ОМВД России по Корсаковскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 55-летней жительницы Корсакова, обвиняемой в серии мошенничеств. Фигурантка сообщала гражданам, что может посодействовать в приобретении морепродуктов прямой поставкой с завода, брала с граждан предоплату, после чего сначала затягивала поставку под различными предлогами, а затем и вовсе переставала выходить на связь.

Так, первому потерпевшему гражданка сообщила, что может привезти красную икру из



Поронайска со всеми необходимыми документами. В ходе дальнейшего общения мужчина договорился приобрести у нее 20 килограмм за 30 000 рублей и в тот же день отдал деньги.

Женщина сообщила, что привезет товар через четыре дня. Но после назначенной даты гражданка сообщала потер-

певшему различные причины, из-за которых доставка складывается. Среди них были неблагоприятные дорожные или погодные условия, поломка транспорта на предприятии, его задержка и прочее. Спустя несколько недель мужчина потребовал вернуть деньги. Но каждый раз у обвиняемой были

различные отговорки: потеря паспорта, болезнь внучки, задержки в разгрузке и т.д. Кроме того, заявителю звонили неизвестные лица и сообщали о том, что отправили на его счет денежные средства, однако в действительности они ему так и не поступили. Фигурантка впоследствии перестала отвечать на звонки, и ее номер стал недоступен.

Всего по аналогичной схеме злоумышленница похитила обманом денежные средства шестерых сахалинцев. Общая сумма материального ущерба, причиненного гражданам, составила более 100 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Свидание с мошенницей

В дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило заявление от 32-летнего жителя города Москвы, который проживает в городе Южно-Сахалинске. Его обманули и похитили денежные средства в сумме 7 727 рублей.

В приложении для знакомств мужчина познакомился с некоей женщиной. После недолгой переписки они обменялись номерами телефонов и продолжили общение в интернет-мессенджере. Новая знакомая предложила заявителю сходить в театр и прислала ссылку на сайт якобы для брони и покупки билетов.

Потерпевший прошел по ней, открыл вкладку «Приобрести билет» и указал номер банковской карты и коды, которые пришли в смс-сообщениях. После этого со счета была списана вышеуказанная сумма, а виртуальная собеседница перестала выходить на связь. По данному факту возбуждено уголовное дело. Ведется следствие.

Раскрыто преступление

В середине января в ОМВД России по городскому округу «Долинский» поступило заявление от 51-летнего жителя села Стародубского. Мужчина сообщил о том, что посторонний проник в принадлежащий ему дом, расположенный по улице Набережной, откуда похитил телевизор стоимостью семь тысяч рублей.

Сотрудники уголовного розыска оперативным путем установили личность подозреваемого. Оказалось, что 47-летний гражданин, недавно переехал в Долинский район. Во время прогулки по селу он приметил дом потерпевшего, который, как ему показалось, внешне выглядел нежилым. Мужчина проник на частную территорию потерпевшего, прошел в дом через угольное хранилище, оттуда попал на веранду, а затем и внутрь жилища. Находясь там, он увидел телевизор, который решил продать.

Сначала он покинул жилище без телевизора и отправился на поиски покупателя. Спустя несколько дней злоумышленник нашел подходящего человека, вернулся за добычей и реализовал задуманное.

Когда потерпевший пришел в дом, в котором не проживает, но за которым регулярно присматривает, то заметил отсутствие телевизора и обратился в полицию.

По данному факту было возбуждено уголовное дело. В отношении ранее неоднократно судимого подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Гость лишился телефона

Следственным отделением ОМВД России по Макаровскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 41-летней местной жительницы, обвиняемой в покушении на кражу.

Установлено, что в гости к фигурантке

и её сожителю пришел сосед. Вместе они стали распивать спиртные напитки. Позже, когда один из мужчин направился в магазин за дополнительной порцией алкоголя, а второй отвлёкся, она незаметно взяла со стола телефон соседа, отключила аппарат и отправилась спать, спрятав гаджет под подушку.

Похищенный девайс она планировала продать, так как ни она, ни её сожитель нигде не работают. Довести свой преступный умысел, направленный на тайное хищение имущества обвиняемая до конца не смогла по независящим от нее обстоятельствам.

В случае доведения преступного умысла до конца потерпевшему был бы причинен ущерб на общую сумму 15 688 рублей. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Кражу раскрыли по горячим следам

В ОМВД России по Углегорскому городскому округу 25 апреля поступило заявление от 31-летнего местного жителя. Мужчина сообщил, что днем ранее, находясь в Шахтерске, он утерял свою банковскую карту. Затем с кредитки кто-то похитил почти 6500 рублей, оплатив товары в местных магазинах.

Сотрудники полиции оперативно установили гражданина, причастного к совершению кражи.

Как выяснилось, 18-летний молодой человек нашел на тротуаре чужую банковскую карту. Не углубляясь в тонкости законодательства, не отличив находку от кражи, он принялся тратить чужие деньги на покупки, используя функцию бесконтактной оплаты.

Возбуждено уголовное дело. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Сахалинец продал чужой автомобиль

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 23-летнего жителя планировочного района Новоалександровск, обвиняемого в краже.

Установлено, что фигурант 13 ноября 2021 года вместе со своим товарищем катался на машине друга по селу Березняки. Внимание фигуранта привлек автомобиль отечественного производства, в обыденности называемый «буханкой», и у него возник умысел похитить его. Транспорт был припаркован на территории земельного участка, на котором строился дом. Кому принадлежало транспортное средство, ему известно не было. Мотивом послужило то, что обвиняемый испытывал нужду в денежных средствах. Далее молодой человек в сети Интернет нашел покупателя на машину. Договорившись о сделке, он назвал мужчине адрес. Покупатель приехал на грузовом автомобиле (кране-манипуляторе).

Уже на месте, после осмотра автомобиля, между ними была достигнута договоренность, и мужчина отдал злоумышленнику 10 тысяч рублей. Погрузив машину на свой автомобиль, они разъехались по домам. Денежные средства, полученные от реализации похищенного, обвиняемый потратил по собственному усмотрению. Таким образом, потерпевшему причинен значительный материальный ущерб на сумму 100 000 рублей. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Пир за чужой счет

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 35-летнего жителя планировочного района Новоалександровск.

Установлено, что фигурант находился в одном из местных торговых центров вместе с двумя товарищами. Один из мужчин по пути следования нашел банковскую карту, которую фигурант забрал себе. Увидев, что кредитка оборудована бесконтактной функцией оплаты, он решил осуществить покупки и произвести оплату за них найденной картой, пока на счету не закончатся денежные средства. Осуществляя задуманное, он расплачивался ею в магазинах областного центра, кроме того, давал воспользоваться ею и своим друзьям.

Действуя умышленно, фигурант намеревался похитить имеющиеся на карте денежные средства в сумме около 24 тысяч рублей, но не успел, поскольку потерпевшая гражданка заблокировала карту. На момент закрытия счета, обвиняемый успел потратить только 6 тысяч рублей. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Под суд за добычу икры

Следственным отделением ОМВД России по Макаровскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении двух жителей Углегорска, обвиняемых в незаконной добыче водных биологических ресурсов по предварительному сговору.

Установлено, что в сентябре минувшего года фигуранты прибыли к реке Лазовой Макаровского района, которая является миграционным путем рыбы лососевых пород на нерест. При помощи запрещенного орудия (бредня) граждане осуществляли незаконный вылов горбуши, из которой отбирали самок. Здесь же на месте они поролы икру, которую забирали себе, а тушки выбрасывали в реку.

К моменту задержания сотрудниками правоохранительных органов обвиняемые успели напороть более 11 килограммов икры. Сумма ущерба составила более 310 тысяч рублей. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД России 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 14 500 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

СТЕЛЛА
 Полный комплекс по обустройству захоронений (под ключ):
 + памятники + укладка
 + оградки + гранитной плиткой
 + столы + бетонирование
 + лавки + худ. работы и т. д.
 + вазы
 • Хранение, выезд консультанта – бесплатно
 • Беспроцентная рассрочка • Гибкая система скидок
306-326, 306-304
 г. Южно-Сахалинск, пр. Мира, 182 (пер. Мира - Победы); г. Анива, ул. Пудова, 42

Отдел информации «Телемира»
49-16-06



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Голубцы с мясом и рисом

Ингредиенты: свинина - 500 г, рис - 150 г, капуста белокочанная - 1 кочан, лук репчатый - 1 шт., морковь - 1 шт., томатная паста - 3 ст. л., сметана - 2 ст. л., лавровый лист, душистый перец горошком, смесь свежемолотых перцев, соль и растительное масло.

Приготовление: отделить листья капусты друг от друга. Для этого нужно сделать надрезы на кочане около кочерыжки. Опустить подготовленный кочан в кипящую воду на 5 минут. Когда капуста проварилась, отсоединить листья по одному. На каждом листе нужно срезать утолщения. Рис промойте, выложите в кастрюлю, налейте воду (в 1,5 раза больше, чем риса), посолите и варите до полуготовности. Мясо вымойте, снимите лишний жир и перекрутите на мясорубке. Лук почистите, вымойте и перекрутите на мясорубке. Мясо с луком перемешайте, добавьте рис, приправьте солью, перцем и тщательно перемешайте.

Морковь очистите, вымойте, натрите на крупной терке и пожарьте в сковороде с добавлением томатной пасты. На капустный лист



положите горсть фарша и заверните его конвертиком. В сковороду выложите жариться голубцы. Обжарьте их с двух сторон до румяного цвета. Жареные голубцы складывайте в кастрюлю, в которой они будут тушиться. Когда все голубцы будут обжарены и сложены в кастрюлю, залейте их морковно-томатной подливой, добавьте сметану, лавровый лист, перец.

Кастрюлю накройте крышкой и тушите голубцы 1 час на маленьком огне.

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

465 рублей.

Свинина - 290 руб.

Рис - 15 руб.

Капуста белокочанная - 120 руб.

Лук репчатый - 15 руб.

Морковь - 25 руб.

Томатная паста, сметана, лавровый лист, душистый перец горошком, смесь свежемолотых перцев, соль и растительное масло - из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательный сертификат

Бризоль с сосиской и сыром

Ингредиенты: яйца - 2 шт., сосиска (молочная или любая другая) - 1 шт., сыр твердый - 30 г, майонез - 1 ст. л., соль, перец черный молотый - по вкусу, масло растительное - 1 ст. л.

Приготовление: сосиску тонко нарезаем. Сыр твердых сортов измельчаем при помощи терки.

К яйцам добавляем майонез. Солим. Можно при желании добавить молотого перца. Миксером, венчиком или обычной вилкой взбиваем яйца до образования однородной массы.

На сковороде разогреваем растительное масло. Выливаем на сковороду яичную массу.

На одну сторону сразу выкладываем нарезанную кружочками сосиску. На сосиски выкладываем тертый сыр.

Яичная масса уже успела снизу схватиться. Накрываем начинку второй половиной омлета. Жарим с каждой стороны еще примерно по 2 минуты.

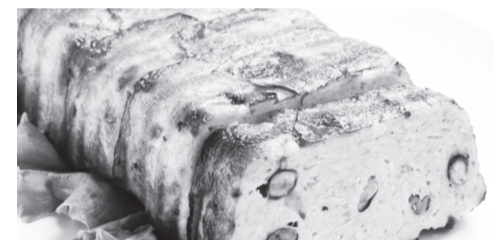


Омлет-бризоль с сосисками и сыром готов.

Террин из индейки с фисташками в беконе

Ингредиенты: филе индейки - 600 г, фисташки - 100 г, бекон сырокопченый (нарезка) - 80 г, масло сливочное - 1 ст. л., яйцо куриное - 1 шт., молоко - 100 мл, сухари панировочные - 2 ст. л., травы пряные сухие - 0,5-1 ч. л., чеснок сушеный, соль и перец молотый - по вкусу.

Приготовление: филе индейки вымыть, обсушить бумажными полотенцами. Нарезать филе кусочками и пропустить через мясорубку. Добавить в фарш из индейки яйцо, соль и специи. Перемешать. Добавить размягченное сливочное масло, перемешать. Добавить панировочные сухари (лучше домашнего приготовления), перемешать. Постепенно вливая молоко, тщательно



вымесить фарш. Несколько раз отбить фарш в миске, чтобы он стал мягким и однородным. Фисташки очистить и вмешать их в фарш.

Прямоугольную форму для запекания, размером 20x11x6 см, выстелить пластинами бекона так, чтобы концы бекона свисали за пределы формы. Внутри равномерно выложить подготовленный фарш из индейки с фисташками, разровнять, чтобы не было пустот. Накрывать фарш свисающими концами бекона. Запекать террин из индейки с фисташками в беконе в разогретой до 190 градусов духовке в течение 35-45 минут.

Готовый террин из индейки переложить на решетку, немного остудить. Затем нарезать порционно и подавать - в теплом или охлажденном виде.

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.

АСТВ РАДИО

БУДНИ
07.00-11.00 Обла-бла-стное шоу
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
07.15, 09.25 ЭкстраТрек
07.30, 17.15 ИнтерШум
07.50 Игра «Вот так факт»
08.35, 14.35 На старте
09.30 Афиша

09.45, 14.50, 18.50
Информационный выпуск о транспортной обстановке
10.30 О май гаджет
10.50 Игра «Финалити»
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор
пн 12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43
вт, ср, пт 12.43, 14.43, 15.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43
чт 12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 19.43, 21.43
Легенда на радио АСТВ
12.15 Игра «Говорит радио»
13.00-14.00 Открытая студия
16.00 - 17.00 (ср) Наша музыка
16.40 МЭТР
16.50 (вт) Крупным планом

18.00 - 19.00 (чт) От первого лица
20.00 - 21.00 Аллоха-чат
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов
Свободный выход 1 раз в день Игра «Болеем за наших»
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»
12.15 Игра «Говорит радио»
сб 12.43, 14.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43
вс 12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43
Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Аллоха-чат
14.30 Игра «Главная роль»

БОЛЬШОЙ ВЫБОР

СТРАННИК

РЕАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!

п/р. Луговое, ул. Дружбы, 56, тел. 799-308;
п/р. Новоалександровск, пер. Железнодорожный, 20 Б, тел. 797-289;
г. Южно-Сахалинск: ул. Ленина, 316, тел. 24-50-90, ул. Украинская, 107



Девушки встречаются с нормальными парнями чисто размяться перед тем самым мудаком.

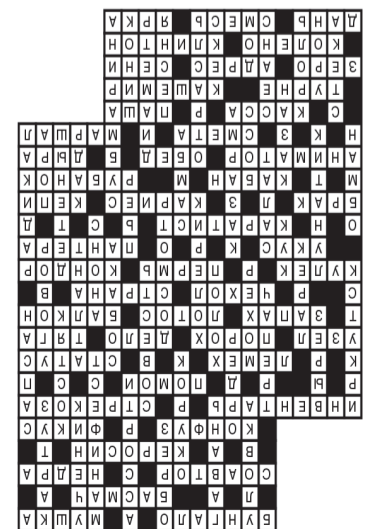
Если вы заблудились в лесу и не знаете, куда идти - идите домой.

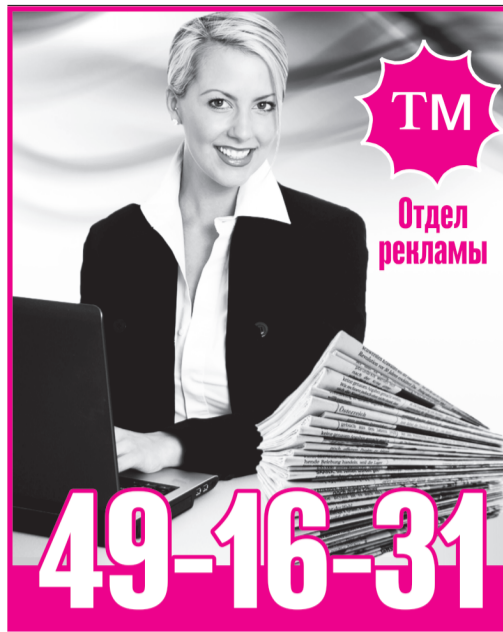
— Все будет хорошо, — говорит врач пациенту, — только вам нужно больше находиться на свежем воздухе, минимум час. Да и вообще ходить пешком, причем каждый день, независимо от погоды.

— А когда лучше, — спрашивает пациент. — До того, как я разношу почту, или после?

Ничто так не ускоряет цифровизацию, как дефицит бумаги.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16





							Ружье "в стиле мини"		Лит. воззвание					
							Конфетный микс		Временная родинка					
	"Вилла" у моря на территории отеля	Финт мошенника	Тихая стоянка в порту	"Инвентарь" учителя танцев	Бывалою						Подросток в школьной форме		Головной убор деревенского гармониста	
							Контрреволюционер из Средней Азии		Ценное "чрево" матушки Земли					
	Напарник по написанию книги	Разрешение судьи на арест	"Бульон" для примуса								Группа ценнейших кадров коллектива		"Птичье" название экспресса	
	Стыд от неудачи						Внутренний "контролер" человека		"Мещанское" растение в кадке					
	Разносчик секретов													

							Мыльная вода с очистками		"Вертолет" приземлившийся на кувшинку					
	Город в Сибири	V-образный у платья	Острое лезвие в конструкции плуга	Шерсть ангорки в мотках	Оскорбление для обокраденного Шпака						Кусачка из мультсериала "Фиксики"	"Качок" с небом на плечак	... дорожке денег	
	"Крепление" на конце нитки	Будка с жвачкой на остановке				Самый темпераментный темперамент		Пристрастный обыск чужих вещей		Состояние "замужем" на страничке в соцсети				
			Взрывчатка в петарде				На преступника заведено уголовное ...				Сила в печке	Реклама ТВ-передачи		
	Свойство предметов, которое "нюхом чуют"				Белоснежный цветок из мутных вод Ганга					"Ложа" для прослушивания серенад				
	Конус из тетрадного листа	Любитель прогуляться во сне	Съеденный аборигенами мореплаватель				Каждая из пятерки БРИКС					Щенок для собаки, медвежонок для медведицы	Политик, склонный к крайним мерам	
				"Жилетка" на телефоне	Город с памятником "солевым ушам"					Гриф, облюбовавший Анды				
Алиби, придуманное на ходу	Женский "боевой" прием с зубами			"Клязьма" на праздничном столе	"Гостиница" для солдат-срочников	Танец на бразильском карнавале		Багира в мире животных						
	Итог работы халтурщика	Японский профессиональный драчун						Имя, объединяющее Бомарше и Кубертена	Лодкав морских глубинах	Изображение на фото-пленке	Сезон подругому			
			Котел на кухне узбечки	Руководитель для своих подчиненных	Червоточина, разрушающая зуб					"Берет" модницы в костюме жокея				
"Тамада", развлекающий гостей отеля	Секач, обожающий желуди					Животноводство в формате с/х	Дважды радиус	"Утюг" для шершавой доски						
					Ритуал перед тихим часом				Звание Георгия Жукова	"Бездна" в рваном кармане				
	Лопаточка в коробке с пластилином	Не brass и не баттерфляй	Бюджет стройки	Получасовой массаж			"Детище" барда		Кабак с салом, горилкой и варениками					

Концертный "вож" мировой звезды	Закуток билетерши	Людские потери в войне			Сладкая "буханка" с вкраплениями изюма	Сановник турецкого султана								
Ноль, выбранный игроком в рулетку				"Полная чаша" у богатых	Легкая шерстяная ткань									
			Координаты, указанные на почтовом конверте					Холодная "прихожая" в избе						
Место для мениска					Соперница Трампа в предвыборной борьбе									
"Взятка" Чингисхану				Заменитель грудного молока в коробке				Молодка, пасущаяся в отаре						

