№34
(1202)
25 августа
2021
среда

ТелеМир ™

16+

Твоя любимая газета

Кино не рождается без зрителя

7

Интернет давно и прочно вошел в нашу жизнь, но все еще слабо осмыслен как факт реальности. Один из главных отечественных документальных фильмов последних лет - «Котлован» Андрея Грязева, показанный на Берлинале и Артдокфесте, получивший «Нику» как лучший неигровой фильм 2020-го. Фильм собран из видеообращений к президенту на хостинге YouTube и широко описывает настоящую, непарадную жизнь в России. Кирилл Букетов поговорил с автором документальной антиутопии о «Котловане», его творчестве и современной документалистике в России.

- Андрей, у вас был очень долгий перерыв перед «Котлованом». Чем занимались эти восемь лет?

- Этот перерыв в первую очередь был для зрителей. Но это не значит, что ничего не делалось. Шел по пути, которому учился, - режиссера игрового кино. После фильма «Завтра» (2012) случилось разочарование документалистикой.

Как натренировать память?

Подробности на стр. 6

КАТАРАКТА?
САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА
РЕШЕНИЕ ЕСТЬ –
АМБУЛАТОРНОЕ УДАЛЕНИЕ КАТАРАКТЫ
В САХАЛИНСКОМ ЦЕНТРЕ МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА
САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ПРЕДЛАГАЕТ:
- БЕСШОВНОЕ УДАЛЕНИЕ катаракты; АМБУЛАТОРНО, без необходимости пребывания в стационаре;
- АМЕРИКАНСКИЕ И ЕВРОПЕЙСКИЕ искусственные хрусталики;
- ТОЛЬКО НОВОЕ оборудование;
- МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ, имеющий многолетний опыт работы в диагностике и лечении глазных заболеваний
НАШ АДРЕС: г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 279А
СПРАВКИ и запись по телефонам: 290-440, 266-220
Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста
Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257 выдана 20.03.2019 Министерством здравоохранения Сахалинской области

АЛКОГОЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
Врач-нарколог высшей категории
Дю Виктор Дмитриевич
ПОМОЩЬ НА ДОМУ
ЕЖЕДНЕВНО до 21.00
25-81-55, 733-222
АНОНИМНО
Лицензия ЛО-65-01-000562 от 09.09.2013 г. выд. мин. здравоохр. Сах. обл.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ С ОБСАДКОЙ
Гарантия
Требуется специалист-бурильщик
28-79-37,
8-914-758-79-37

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

"Мега Транс Сервис"
Транспортно-экспедиционная компания
г. Южно-Сахалинск
ОТПРАВКА ДОМАШНИХ ВЕЩЕЙ
во все города России - от 1 кг
БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО
ул. Пуркаева, 65
Т.: 8 (4242) 39-00-94, 39-00-98, 39-00-91

Стоматологическая клиника
ООО «Стоматолог»
- ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ
- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ НА ИМПЛАНТАТАХ
- МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКИЕ КОРОНКИ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ
- ВКЛАДКИ КЕРАМИЧЕСКИЕ
- ЦЕЛЬНЫЕ ДИОКСИД-ЦИРКОНИЕВЫЕ КОРОНКИ (БЕЗ СКОЛА КЕРАМИКИ)
- ВРЕМЕННЫЕ ДОЛГОСРОЧНЫЕ КОРОНКИ (КОМПОЗИТНЫЕ)
- БЮГЕЛЬНЫЕ ПРОТЕЗЫ
- МЯГКИЕ ПРОТЕЗЫ
- ЦЕЛЬНОЛИТЫЕ И МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ ПРОТЕЗЫ
БУЛЬВАР им. АНКУДИНОВА, 11
ТЕЛ.: 76-22-98, 60-45-45
МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ
ЛИЦЕНЗИЯ ЛО-65-01-000624 ОТ 21.02.2014 ВЫДАНА МИНИСТЕРСТВОМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

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 (заезд с ул. Западной)
47-03-47 МЫ ОТКРЫЛИСЬ!
ООО «ООО «Чистяковъ», ОГРН 1166501052761, г. Южно-Сахалинск, ул. Тихая, 104
- СТИРКА ОДЕЯЛ, ДИВАННЫХ ЧЕХЛОВ, ПЛЕДОВ
- ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ
СТИРКА КОВРОВ (от 2 дней)
CLEANING COMPANY Чистяковъ
47-03-47 30-30-43
Приедем, заберем, постираем, привезем!

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

СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»
Полный комплекс услуг по доступным ценам
АКЦИЯ! Установка южнокорейского импланта по системе Any One + коронка под ключ 70 000 руб.
- Терапия от 3 000 руб.
- Металлокерамика 8 600 руб. - все включено
- Хирургия
- Изготовление всех видов ортопедических конструкций, включая новые технологии
- Профессиональная гигиена полости рта + фторирование – комплекс 6 000 руб.
- Полная диагностика полости рта
- Удаление от 2 500 руб.
УЛ. ВОКЗАЛЬНАЯ, 9 А. ТЕЛ.: 770-660, 400-010
О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ САХАЛИНА
НОВЫЙ АСТВ
ТЕПЕРЬ 24 ЧАСА
ВО ВСЕХ СЕТЯХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ
ТЕЛ. РЕДАКЦИИ: 49-15-49
8 (962) 125-15-15

Смотреть НОВЫЙ ТЕЛЕКАНАЛ уже можно в сетях крупнейших кабельных операторов Сахалина:
в сети кабельного оператора «Солнце Телеком» (65 канал);
в сети кабельного оператора «ТТК-Транстелеком» (65 канал);
в интерактивном телевидении ООО «Сайт» (22 канал);
в интерактивном телевидении «Ростелеком» (751 канал).
Кроме того, телеканал АСТВ – первый и единственный на Сахалине – запустил стриминговое вещание в сети Интернет - в том числе на портале astv.ru и в собственном мобильном приложении АСТВ, доступном для скачивания в App Store и Google Play.
По вопросам настройки просмотра телеканала АСТВ обращайтесь на телефон горячей линии 8 (4242) 49-16 -16.

СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»

Неврологи, мануальные терапевты, остеопаты
Лечение различных болей в позвоночнике, мышцах и суставах, в том числе при грыжах и протрузиях дисков, головных болей, головокружений, невритов и др.
735-999, 42-00-30
Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.
Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»

Массаж
Специалисты по различным видам массажа (классический, лечебный, спортивный, посттравматический, реабилитационный, расслабляющий, антицеллюлитный и др.).
72-00-30, 735-999
Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.
Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»

Онколог высшей категории
Удаление образований кожи (папиллом, бородавок, сосудистых звездочек) новейшими лазерными технологиями.
735-999, 42-00-30
Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.
Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Лиц. NO 6502 № 000155 от 25.11.2011 г., выд. Деп. здрав. Сах. обл.
ООО «ВИРГО»
ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ
ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ
Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.
ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3
Т.: 22-08-79, 46-82-50
E-mail: virgo_sakh@mail.ru

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

Лиц. №77-01-001395 от 10.08.2006 г. выд. Деп. здравоохр. г. Москвы, продлена на основании лицензирующего органа до 28.04.2021 г. №697.
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

На базе областного медицинского учреждения выполняются следующие виды услуг:
ИССЛЕДОВАНИЯ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА
Удаление папиллом, кондилом, родинок
Тел. 48-03-77
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА
Остекление, отделка, расширение
УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ
ЦЕНЫ НИЗКИЕ
КАЧЕСТВО
27-86-32

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

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
КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ
ШКАФЫ-КУПЕ
КУХНИ
САЛОН Стиль Купе
Подлежит обязательной сертификации
от дизайн-проекта до монтажа
СКИДКИ от 5 до 10%*
* До 31.08.2021 г. Подробности по тел. 5-000-88. Организатор - магазин «Стиль-купе» (ИП Пе Ю. Д.).
Рассрочка платежа
г. Южно-Сахалинск, ул. Железнодорожная, 27 (ТЦ "Караван"), 3-й этаж, тел. 5-000-88

КОМПАНИЯ ДОМИНАНТА НЕДВИЖИМОСТЬ
ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДАЖА ВАШЕЙ КВАРТИРЫ
ПРОДАНО
DOMINANTA65.RU
39-88-11

Отдел информации «Телемира»
49-16-06

Участники «Дальневосточной ипотеки» скоро отметят новоселье

Фото sakhalin.gov.ru

В сентябре ключи от комфортабельных квартир в новом доме получат жители областного центра, участвующие в программе льготного кредитования. Возведение многоэтажки завершается на улице Комсомольской. Ход комплексной застройки во время традиционного субботнего объезда проверил губернатор Валерий Лимаренко.

Всего в новом доме – 370 квартир. Большая их часть будет сдана под ключ. В них проведены электричество, вода и отопление, установлены подвесные потолки. В квартирах есть всё необходимое – межкомнатные двери, окна и сантехника.

Строительной компании осталось доделать фасад и внутреннюю отделку помещений, завершить работы по благоустройству территории.

- Совсем скоро работы будут полностью завершены, поэтому предлагаю организовать осмотр квартир новоселами, - отметил Валерий Лимаренко. - Это позволит строительной компании своевременно устранить выявленные недочеты. Важно, чтобы люди остались довольны качеством жилья.

- В сентябре это обязательно будет сделано. Хорошая практика, – подчеркнул мэр областного центра Сергей Надсадин.

Всего здесь возведут пять многоэтажек. При этом строительство второго дома планируется завершить уже в следующем году.

Территория жилого комплекса организована по принципу «двор без машин» – предусмотрены многоуровневая и гостевые подземные парковки.

Кроме того, в ближайшие недели на территории комплекса обустроят сквер. Также в проект планировки территории включено возведение школы и детского сада.

Отметим, возведение жилья в островном регионе находится на особом контроле правительства области и губернатора. Ежегодно по поручению Валерия Лимаренко в регионе планируется вводить семь тысяч квартир.

Областные власти используют все возможные механизмы для увеличения объемов жилищного строительства. Так, с финансовым институтом развития ДОМ.РФ подписано соглашение о строительстве 50 тысяч квадратных метров арендного жилья. Более 800 сахалинцев смогут улучшить свои жилищные условия – врачи, учителя и другие востребованные специалисты.

С группой компаний «ПИК» заключено соглашение о реализации проектов комплексной застройки площадью более 800 тысяч квадратных метров.

Еще один фактор развития рынка нового жилья – внедрение индустриальных методов строительства. В этом году планируется сдать завод по производству домокомплектов для индивидуального жилищного строительства и цех по производству панелей для индустриального домостроения.

Разделять пока не научились

В министерстве ЖКХ обсудили с руководителем УК трудности, возникшие в ходе реализации раздельного сбора отходов.

Фото news.solidwaste.ru

О реализации проекта по раздельному сбору отходов в Южно-Сахалинске шла речь в министерстве ЖКХ Сахалинской области на рабочей встрече с руководителем одной из управляющих компаний. Своим взглядом и возникшими проблемами поделился с заместителем министра ЖКХ Андреем Белининым директор ЖЭУ-8 Евгений Тарасов.

- Для корректировки работы, а также выявления проблем важно получать обратную связь, - рассказал Андрей Белинин. - Контейнерные площадки обслуживают работники управляющих организаций, и они как никто знают и о том, как выбрасывают жители мусор и как вывозит этот мусор перевозчик. Мы готовы встретиться со всеми УК.

На обслуживаемой ЖЭУ-8 территории находится 21 контейнерная площадка. Со слов директора, в момент расстановки сетчатых контейнеров на некоторых адресах уменьшили количество евроконтейнеров для смешанных отходов. Что, по его мнению, делать на начальном этапе было нежелательно.

- Количество установленных евроконтейнеров было рассчитано по нормативу с учетом числа проживающих людей в домах, прикрепленных к этой контейнерной площадке, - подчеркнул Евгений Тарасов. - Жители еще не привыкли сортировать отходы. Поэтому, убрав одну емкость, началось переполнение евроконтейнеров, а также заполнение контейнеров для раздельного сбора отходов смешанным мусором. Эту ситуацию надо решать.

В ходе встречи заместитель министра поручил специалистам ведомства проанализировать ситуацию на факт возврата евроконтейнера для смешанных отходов на контейнерную площадку. В случае невозможности – изменить график и увеличить периодичность вывоза отходов с конкретной контейнерной площадки.

В целом реализацию проекта по раздельному сбору отходов работники ЖЭУ-8 и жители областного центра поддерживают.

Напомним, что реализация проекта по раздельному сбору отходов в Сахалинской области стартовала с Южно-Сахалинска. На территории областного центра установили 547 сетчатых контейнеров для пластика, стекла и жестяных и алюминиевых банок. Еще по 50 контейнеров должны появиться в районах. Сортировка будет осуществляться в областном центре на трех полигонах – в Корсакове, Ногликах и «Известковом». В «Известковом» запускают первую очередь мобильной сортировки, которая позволит разделять отходы, в том числе и те, которые не были выброшены в специальные контейнеры.

Отсортированный мусор будут прессовать и отправлять на материк. Планируется также перерабатывать отходы на острове и использовать в производстве полимерных труб и брусчатки. Областные власти намерены оказывать поддержку предприятиям, которые займутся вторичной переработкой.

В дальнейшем на Сахалине должны запустить «Экотехнопарк». Там разместят производственные мощности для вторичной переработки пластика, полиэтиленовых пакетов, картона и бумаги.

Планируется, что к Южно-Сахалинску в борьбе за чистые острова в 2021 году присоединятся Корсаков и Ноглики, в 2022 году – остальные районы Сахалина, а в 2023-м – Курильские острова.

АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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

Инвентаризация детских площадок завершена

По поручению мэра Южно-Сахалинска Сергея Надсадина в областном центре проводилась инвентаризация детских площадок, расположенных на территории городского округа. Работа завершена. Выявлено 405 детских площадок, установлены собственники. Ведется работа по обследованию элементов и малых архитектурных форм (МАФ) для определения объемов необходимого ремонта.

Дефектовку проводят сотрудники МКУ «Управление мониторинга городского хозяйства». Обследуется каждый элемент, установленный на площадке. Принимается решение о ремонте или демонтаже конструкций, которые повреждены и небезопасны. На данный момент в дефектную ведомость внесено более 500 МАФов, нуждающихся в ремонте.

Мэром поставлена задача - привести детские площадки в нормальное состояние в кратчайшие сроки. Ремонт будут выполнять департамент городского хозяйства и МУП «ЖЭУ-10». Это примерно 200 площадок. По остальным ведется работа с управляющими компаниями.

Кроме того, на детских площадках будут установлены информационные щиты с правилами эксплуатации элементов и ограничениями по возрасту.

Также мэр взял на личный контроль ситуацию с детской площадкой по ул. 2-й Красносельской, 20 в Новоалександровске. О неудовлетворительном ее состоянии Сергею Надсадину в Инстаграм написал юный житель дома Максим. Мальчик пожаловался на старое оборудование, а также на выгул собак. С этой проблемой он пытался бороться самостоятельно: рисовали с братом плакаты, развешивали их во дворе, но каких-то видимых результатов это не принесло.

Это обращение не прошло мимо внимания мэра. Сергей Надсадин дал поручение подчиненным и курирующему вице-мэру Александру Гринбергу выехать на место и предметно изучить состояние двора, а также рассмотреть различные варианты благоустройства этой

территории, чтобы она была комфортной в первую очередь для детей. Накануне в рамках инвентаризации детских площадок по этому адресу побывали профильные специалисты, которые оперативно демонтировали часть старых конструкций и взяли эту территорию на особый контроль.

Также мэр лично созвонился с Максимом. Мальчик рассказал, что перешел в 4-й класс, неплохо учится и ему небезразлично состояние двора, в котором он живет. Именно поэтому он не постеснялся и обратился к мэру напрямую. В свою очередь Сергей Надсадин поблагодарил Максима за активность, пожелал мальчишке успехов в наступающем учебном году, дал номер своего телефона и попросил юного активиста напрямую обращаться к нему по любым вопросам, требующим оперативного решения.

Горожан старшего возраста приглашают на медосмотры

Маломобильные жители Южно-Сахалинска могут пройти углубленное обследование организма, для этого им необходимо обратиться к координатору серебряных волонтеров Наталье Суворовой (тел. +7-924-181-54-88) или к серебряным волонтерам, которые есть в каждой поликлинике. Они помогут записаться в медицинское учреждение и при необходимости организуют доставку и сопровождение при посещении врача.

В Южно-Сахалинске такой медосмотр можно пройти в клинико-диагностическом центре, Сахалинской областной клинической больнице, поликлиниках № 2 и № 4. Запись осуществляется в поликлинике по месту жительства или по индивидуальному приглашению.

Основные направления обследования - выявление новообразований, болезней сердечно-сосудистой и мочеполовой системы, заболеваний костно-суставной системы. В медосмотр входят современные диагностические обследования сердца, сосудов шеи, желудочно-кишечного тракта, мочеполовой системы. Пациентам предложат сдать все необходимые анализы, сделать компьютерную томографию, ЭКГ, а также пройти другие диагностические исследования.

При прохождении обследования информация о пациенте размещается в системе БАРС и передается участковому врачу-терапевту для дальнейшего динамического наблюдения. Кроме того, данные о выявленных заболеваниях передаются в специализированные диспансеры для оказания необходимой медицинской помощи пациентам.

К слову, возможностью пройти углубленное обследование воспользовались уже более 26 тысяч сахалинцев старшего возраста (65+). Эта работа ведется в рамках проекта губернатора региона Валерия Лимаренко «Забота. Защита. Уважение».

Комсомольскую открыли для движения

В Южно-Сахалинске для сквозного проезда открыли участок улицы Комсомольской от проспекта Победы до улицы Пограничной. Движение общественного транспорта здесь возобновилось со вторника, 24 августа.

Капитальный ремонт улицы Комсомолькой продолжается. По информации департамента дорожного хозяйства и благоустройства, сроки закрытия второго участка ул. Комсомоль-

ской - от моста через р. Пригородный до ул. Емельянова перенесены на 2 сентября. До этого времени для движения автотранспорта будет свободно две полосы.

Кроме этого, ориентировочно с 25 сентября будет закрыт перекресток улиц Комсомольской – Емельянова. Проезд по всей улице Комсомольской откроют в ноябре – по окончании активного строительного сезона. Работы, которые можно производить в холодное время года, будут вестись с частичным ограничением движения по полосам в случае необходимости.

В Южно-Сахалинске почтили память Игоря Фархутдинова

В областной столице на территории Воскресенского кафедрального собора состоялась лития в память о погибших в авиакатастрофе Игоря Фархутдинова и сопровождавшей его команды.

Возложить цветы к мемориалу пришли родственники, друзья и бывшие коллеги. В траурной церемонии приняли участие мэр города Сергей Надсадин, губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко, депутаты, представители общественных организаций.

Архиепископ Южно-Сахалинский и Курильский Никанор отслужил заупокойную литию. Собравшиеся почтили память погибших минутой молчания.

- Для меня этот день пропитан скорбью и грустью, - отметил Сергей Надсадин. - С Игорем Павловичем я был знаком лично. Еще со времен своего студенчества, когда учился в Киевском институте инженеров гражданской авиации. Мы жили с ним в одном доме, в одном подъезде. Гибель Игоря Фархутдинова в августе 2003-го стала большим потрясением для меня и всей моей семьи. Его хорошо знали мои родители - Александр Сергеевич и Людмила Филипповна. Я навсегда запомню Игоря Павловича человеком невероятной внутренней силы, всем сердцем и душою болеющего за наши острова. Во многом благодаря его работе были заложены основы нынешнего стабильного развития и Южно-Сахалинска, и всей области в целом. Светлая память Игорю Павловичу и всей его команде.

Напомним, 20 августа 2003 года вертолёт Ми-8, летевший из Петропавловска-Камчатского в Северо-Курильск потерпел крушение возле горы Опалы. На его борту находился губернатор Игорь Фархутдинов и сопровождавшие его руководители и сотрудники различных структур администрации Сахалинской области. Они направлялись в служебную командировку. В авиакатастрофе погибли 20 человек, в том числе члены экипажа.

«Дары морей» угощают до воскресенья

За две с половиной недели гастрономического марафона «Дары морей» горожане 875 раз заказали фестивальный сет, состоящий из трех блюд на основе лосося, камбалы и кальмара. У тех, кто еще не открыл новый вкус привычных продуктов, такая возможность есть до 29 августа.

Напомним, в гастрономическом марафоне «Дары морей» в рамках фестиваля «Остров-Рыба» участвуют 6 предприятий общественного питания Южно-Сахалинска, в которых гостям предлагают специальные сеты из трех блюд стоимостью 750 рублей.

- На создание фестивальных блюд вдохновил наш остров. На Сахалине богатая природа, в том числе есть дары морей, которые мы старались представить в разных комбинациях и сочетаниях. В этом и есть главная цель марафона - раскрыть новый вкус привычных продуктов, чтобы гости нашего заведения и других участников проекта могли попробовать лосось, камбалу и кальмар в разных вариациях, - рассказали в ресторане «ЕдаВино». - Мы старались придумать такие блюда, чтобы посетитель почувствовал, что из простых продуктов, которые доступны на любом рынке, можно приготовить что-то интересное и эксклюзивное.

Над фестивальным меню в ресторане «ЕдаВино» работал известный шеф-повар из Москвы Евгений Диденко. Сет придумали специально для марафона, здесь нет ни одной позиции из основного меню - это ризотто с кальмаром, голландским соусом и зеленью, равиоли с лососем, соусом биск и зеленым маслом, а также салат с камбалой и киноа со свежими овощами, рукколой и соусом на основе шпината.

Как отмечают в ресторане, марафон популярен у гостей: не было ни одного дня, чтобы кто-то из посетителей не заказал фестивальный сет. Возможно, самые популярные блюда появятся в основном меню заведения по завершении мероприятия.

Ознакомиться с фестивальным меню можно в тематическом разделе фестиваля «Остров-Рыба» на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска.

В Елочках появится зимний турмаршрут

В Южно-Сахалинске ведется подготовка к проведению восстановительных работ на участке от СНТ «Звездочка» в Елочках до станции «Перевал». Субсидию на эти цели в размере 3,5 млн рублей выделило министерство туризма Сахалинской области.

Стоит отметить, что данный участок дороги в летнее время года используется сахалинцами как самостоятельный маршрут для пеших прогулок, езды на джипах, квадроциклах или велосипедах. Это направление не входит в список плановых летних маршрутов.

Региональное министерство туризма и администрация Южно-Сахалинска на текущий момент рассматривают его как зимний маршрут для проведения организованных снегоходных туров. Это связано с тем, что участок затрагивает мостовые и тоннельные переходы, которые, по заявлению сахалинского территориального управления РЖД, находятся в плохом состоянии и небезопасны для посещения.

Как пояснили в администрации города, в ходе проведения работ планируется провести восстановление водопропускной железобетонной трубы с устройством бетонных оголовков и восстановить размытый участок дороги.

- На сегодняшний момент оформлены необходимые правоустанавливающие документы на земельный участок, - рассказала начальник отдела туризма администрации Южно-Сахалинска Елена Ястребова. - В стадии заключения находится контракт на организацию работ. Завершить обустройство планируется в сентябре 2021 года.

Также министерством туризма Сахалинской области будет предоставлена субсидия на содержание данного зимнего маршрута региональному туроператору, организующему снегоходные туры.

В регионе будут снижать цены на жилье

Губернатор Валерий Лимаренко принял участие в Совете при заместителе председателя правительства РФ – полномочном представителе президента в ДФО Юрии Трутневе. Главной темой стало развитие строительной отрасли.

- Мы запускаем программу «Дальневосточный квартал» в этом году, - сказал Юрий Трутнев. - Сейчас разрабатывается механизм таким образом, чтобы не строительные компании больше заработали, а люди дешевле получили жилье. Практически все субъекты высказали желание участвовать в этой программе.

Губернатор Валерий Лимаренко отметил, что Сахалинская область готова стать пилотным регионом в апробации «Дальневосточного квартала».

- Государство бесплатно предоставит застройщику земельный участок, обеспечит подключение ко всей необходимой инфраструктуре, - рассказал Валерий Лимаренко. - Себестоимость квадратного метра для застройщика снизится. Благодаря такой поддержке из федерального бюджета мы не только увеличим объемы строительства, но и сможем сдержать цены на недвижимость для сахалинцев и курильчан. В островной области мы наметили долгосрочную программу жилищного строительства, определили 370 перспективных участков под застройку.

В 2019 году на Сахалине и Курилах ввели 330 тысяч квадратных метров жилья, в 2020-м – на 110 тысяч больше. План на этот год – 500 тысяч «квадратов». В островном регионе один из лучших показателей в России по объемам возводимого жилья по отношению к количеству жителей.

Сегодня треть всего строящегося на островах жилья – арендное и социальное. Сахалинская область одной из первых в России расселила дома, признанные непригодными для проживания до 1 января 2017 года. Островной регион выполняет уже новую программу расселения до 2026 года. В прошлом году расселили 131 тысячу квадратных метров аварийного фонда, в этом предстоит еще 120 тысяч. До нового года ключи от квартир должны получить 5800 сахалинцев и курильчан. Всего в ближайшую пятилетку новоселье отпразднуют почти 29 тысяч человек.

Сахалинские власти используют все возможные механизмы, чтобы квартирный вопрос могли решить не только переселенцы из аварийного фонда, но и жители региона, которые хотят купить квартиру на рыночных условиях.

На островах сформировано 370 перспективных участков под жилищное строительство. «Дальневосточные кварталы» могут появиться в Дальнем, Новоалександровске и селе Мицулевка. Под индивидуальное жилищное строительство намечены перспективные участки в Анивском районе.

В Южно-Сахалинске появятся два больших микрорайона: «Уюн» на 300 тысяч квадратных метров и «Северный городок» – на 500 тысяч. Обустроить дороги и сети водо-, тепло- и энергоснабжения планируется с использованием механизма инфраструктурных облигаций, о котором заявил президент Владимир Путин.

Валерий Лимаренко также отметил, что в Сахалинской области стремятся наладить производство стройматериалов на месте. Благодаря такому подходу появятся новые рабочие места и дополнительные налоговые отчисления в областной бюджет.

В этом году должны запустить домостроительный комбинат – единственное в островном регионе предприятие по производству железобетонных конструкций для крупнопанельного строительства. В Тымовском районе планируется создать технопарк лесопереработки, где будут производиться многослойные клееные деревянные панели. Экологичный материал можно будет использовать при строительстве индивидуальных домов.

На устранение последствий дали полтора месяца

Вопросы ликвидации последствий техногенного происшествия в Углегорском районе обсуждались на совещании в региональном правительстве. В заседании, которое провел губернатор, приняли участие представители «Восточной горнорудной компании», надзорных органов, островных профильных ведомств и администрации муниципального образования.

Фото sahalin.gov.ru

- Были предприняты все меры, чтобы оперативно минимизировать последствия случившегося, - отметил Валерий Лимаренко. – К сегодняшнему дню полностью завершен первый этап восстановительных работ – река Желтая теперь протекает по обводному каналу. Но ВГК нужно еще многое сделать. До 15 октября необходимо полностью восстановить ход реки по построенному каналу, исключив возможность накопления воды во время паводка или обильных осадков, и тем самым исключить подмывание грунта. В течение полугода следует подготовить проект по восстановлению устойчивости отвала и проведению мероприятий по рекультивации. Важно, чтобы он прошел экспертизу промышленной безопасности. Ликвидировать последствия и установить причины случившегося нужно как можно скорее. Прошу принять в этом самое активное участие контрольно-надзорные органы.

- Работаем над тем, чтобы повысить устойчивость отвала, - рассказал председатель совета директоров «Восточной горнорудной компании» Олег Мисевра. – Для этого мы привлекли ведущие специализированные организации, которые проводят для нас изыскания. Их основная цель – определить состав грунтов, и они уже приступили к бурению скважин для получения данных. Как только будут подготовлены проектные решения, мы сразу приступим к формированию ярусов. Работы много, но мы должны успеть провести их до начала сезона дождей. Также ведётся разработка проекта рекультивации земель, затронутых сходом грунта. Этот проект требует проведения экспертизы и согласований, после которых мы сможем оперативно приступить к его реализации.

По поручению губернатора в Углегорском районе организован постоянный мониторинг качества питьевой воды. По словам представителей Роспотребнадзора, оно находится в пределах нормы.

Напомним, в ночь на 10 июля возле склада временного хранения Солнцевского угольного разреза в долину реки Желтой сошла порода. Никто не пострадал. Ликвидация последствий случившегося находится на постоянном контроле Валерия Лимаренко. На этапе создания обводного канала губернатор посетил место техногенного происшествия, где пообщался с местными общественниками.

Причины произошедшего устанавливает специально созданная комиссия, проводится расследование. В связи с ликвидацией последствий схода породы и необходимостью недопущения возникновения ЧС на территории муниципального образования был введен режим повышенной готовности.

Губернатор оценил качество ремонта

В минувший понедельник автомобилисты смогли оценить качество новой четырехполосной дороги между проспектом Победы и улицей Пограничной. Ход работ на инфраструктурном объекте губернатор проконтролировал во время традиционного объезда по Южно-Сахалинску.

- Ремонт выполнен хорошо, - подчеркнул Валерий Лимаренко. - Подрядчик идет с опережением графика. В связи с этим считаю необходимым открыть дорогу как можно быстрее. Скоро 1 сентября, поэтому важно сделать движение автомобилей в островной столице более свободным.

Рабочие расширили дорогу с трех до четырех полос движения, полностью заменили инженерные сети, обустроили тротуары, смонтировали новую ливневую канализацию с очистными сооружениями, установили современные системы уличного освещения и светофорного регулирования. Также здесь впервые появились велодорожки.

Особое внимание уделено людям с ограниченными возможностями здоровья. Для них на пешеходной части предусмотрели тактильную плитку.

Через ручей Пригородный подрядчик построил новый мост – теперь вместо двух здесь четыре полосы движения.

- Общая длина участка - 700 метров, - рассказал мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин. - Ремонт на нем практически завершен. Осталось закончить обустройство тротуара от улицы Пограничной до мостового перехода. Полностью работы на объекте будут выполнены к 1 сентября.

Работы на этом участке являются первым этапом проекта капитального ремонта Комсомольской от проспекта Победы до улицы Пуркаева. Выполнение второго уже началось – подрядчик приступил к выносу электросетей за мостовым переходом.

Напомним, 26 августа в Южно-Сахалинске для движения откроют улицу Ленина от Сахалинской до поворота на оптово-торговую базу. Полностью работы на объекте, где также продолжается капитальный ремонт, завершат к 1 октября.

Раздельный сбор мусора дойдет до Курил к 2023 году

Фото sahalin.gov.ru

В 2021 году Корсаков и Ноглики присоединяются к Южно-Сахалинску в борьбе за чистые острова. В 2022 году раздельный сбор отходов планируется внедрить во всех остальных районах Сахалина, а в 2023-м – на Курилах.

- Областной центр первым перешел на раздельный сбор мусора, - сказал Валерий Лимаренко. - Спасибо сахалинцам, что с пониманием отнеслись к изменениям. Президент Владимир Путин поставил перед регионами задачу – к 2030 году на вторичную переработку должны отправлять 30 процентов отходов. Сахалинская область планирует достичь таких показателей уже до конца 2024 года.

- Раздельный сбор мусора – это первый этап перехода на вторичную переработку, - пояснила министр ЖКХ Сахалинской области Наталия Куприна. - На островах этот процесс синхронизируется с запуском сортировочных линий на полигонах и вводом мощностей по переработке отходов.

В Южно-Сахалинске установили 547 сетчатых контейнеров для пластика, стекла и жестяных банок. Еще по 50 контейнеров должны появиться в районах. Сортировка будет осуществляться на трех полигонах – в Корсакове, Ногликах и «Известковом» в областном центре. Там запускают первую очередь мобильной сортировки, которая позволит разделять отходы, в том числе и те, которые не были выброшены в специальные контейнеры.

Отсортированный мусор будут прессовать и отправлять на материк. Планируется также перерабатывать отходы на острове и использовать в производстве полимерных труб и брусчатки. Областные власти намерены оказывать поддержку предприятиям, которые займутся вторичной переработкой.

В дальнейшем на Сахалине должны запустить экотехнопарк. Там разместят производственные мощности для вторичной переработки пластика, полиэтиленовых пакетов, картона и бумаги.

На островах появится офшор

Глава региона прокомментировал интервью полномочного представителя президента РФ в ДФО Юрия Трутнева по вопросам развития Дальнего Востока.

- В интервью Юрий Петрович Трутнев поднял многие темы, актуальные для Сахалинской области и всего Дальнего Востока. В их числе, конечно же, рост экономики и качества жизни на Курильских островах. Недавно мы посещали их с премьер-министром Михаилом Владимировичем Мишустиным. Тогда было озвучено важное решение: ввести на Курилах особый налоговый режим.

Как отметил Юрий Петрович, по сути, речь идет о создании российского офшора. Это станет драйвером развития Курильских островов и всей Сахалинской области. Придут новые инвесторы, будут созданы предприятия и рабочие места, повысится туристическая привлекательность территории.

Как для островного региона, для нас особенно значимы вопросы транспортной доступности. Серьезным шагом в этом направлении

Фото sahalin.gov.ru

стал запуск Дальневосточной авиакомпании. Она уже выполняет ряд значимых авиарейсов, в том числе из Южно-Сахалинска в Петропавловск-Камчатский и Красноярск, из Охи, Ноглик и Шахтерска в Хабаровск. Что особенно важно – билеты можно приобрести по приемлемым ценам.

Кроме того, Юрий Петрович озвучил предложение создать на Дальнем Востоке круизную компанию. Очень интересная инициатива. В Сахалинской области мы уже движемся в сторону развития морского туризма. И появление такой компании откроет новые возможности для знакомства с островами.

Безусловно, наша главная задача – сделать жизнь в регионе более качественной, комфортной и привлекательной. Этому способствуют федеральные программы «Дальневосточная ипотека» и «Дальневосточный гектар». Возможностью улучшить свои жилищные условия уже воспользовались свыше 1,5 тысячи сахалинских семей, земельные участки получили более 10 тысяч человек.

Еще одним эффективным инструментом должен стать проект «Дальневосточный квартал». Его суть – в предоставлении льгот застройщикам при условии снижения цен на жилье. Это совершенно новый для России механизм, его детали пока прорабатываются. Но, я надеюсь, мы сможем успешно применить его в регионе в ближайшее время.

По всем этим вопросам мы тесно взаимодействуем с полпредством и всегда чувствуем поддержку наших инициатив со стороны Юрия Петровича и его команды. Уже через две недели мы встретимся на площадке Восточного экономического форума, чтобы вместе с коллегами из других регионов обсудить будущее Дальнего Востока.

Советы для тех, кто в поиске работы

Я работаю в кадровом агентстве, провожу каждый день от 3 до 10 собеседований, и с каждым новым приходящим кандидатом меня все больше и больше занимает вопрос: неужели люди правда не понимают, что мешает им получить работу?
Сегодня постараюсь ответить основные ошибки, которые допускают соискатели, и ответить на самые распространенные вопросы. Поехали!

[PIKABU.**RU**]

Ошибка № 1

Негативный отзыв о предыдущем работодателе. Очень часто бывает, что приходит человек и начинает рассказывать, какой же его руководитель был/есть дурак, как он лучше всех все знает и т.д.

Что в этом плохого?

У будущего работодателя может сложиться впечатление, что через некоторое время, на другом собеседовании вы будете так же говорить и про него. Всем мил не будешь, всегда найдутся люди, кто недоволен.

Что нужно делать?

Даже если ваш начальник отбитый упырь, не стоит это говорить на интервью. Замените слова недовольства нейтральными. Например: «Мой руководитель очень специфический человек, иногда он поступает крайне нелогично, что замечают и другие сотрудники».

Старайтесь приводить примеры в разговоре, если они действительно подтверждают ваши слова.

Ошибка № 2

Отсутствие четкого понимания, кем вы хотите работать.

Бывали ситуации, когда ко мне приходили девушки на должность секретаря, которые говорили, что они могут быть как менеджерами по продажам и актрисами, так и бортпроводниками и логистами.

Что в этом плохого?

Если HR видит, что человек три месяца поработал бариста, месяц слесарем, потом решил пойти в рекламу, понял, что это не его, и попробовал себя в роли блогера (а ещё лучше фрилансера, сейчас каждый второй - фрилансер), можно подумать, что будущая должность его так же ненадолго заинтересует и придется искать замену.

Что нужно делать?

При идеальном раскладе - определиться и найти свое место в жизни. Но не все могут это сделать. Поэтому если вы пришли на собеседование на должность инженера, не стоит упоминать, что вы всегда мечтали стать водителем трактора, например. Старайтесь упоминать только те достижения, которые могут быть полезны и интересны будущему работодателю.

Ошибка № 3

Не мыться перед собеседованием. Честно, это уже совсем атас. Когда сидишь в переговорке с человеком и видишь круги на подмышках и буквально забываешь, как дышать, это вызывает не симпатию, а банальное желание сбежать из комнаты.

Почему это плохо?

Естественность и природный запах - это, конечно, хорошо, но научитесь думать о других людях. Если вам комфортно стирать одежду один раз в месяц и не знать, что такое утюг, другие люди могут отнестись к этому скептически.

Что нужно делать?

Перед встречей или накануне нее помойтесь, приготовьте одежду, продумайте свой образ. Наша жизнь такова, что в основном действительно встречают по одёжке. Даже если в компании нет дресс-кода, выглядеть надо «по-бизнесовому», от этого меняется даже восприятие речи человека.

Ошибка № 4

Тяп-ляп резюме. Приведу несколько выдержек из того, с чем встречалась лично:

- «Руководитель проекта. Обязанности и достижения: руководил проектом»;
- «Помощник руководителя. Обязанности и достижения: помощь руководителю»;
- «Должность: мама, декрет».

В приведенных мной примерах на этом описание функционала заканчивалась.

Почему это плохо?

Менеджер по персоналу просматривает большое количество резюме в сутки. Как вы думаете, будет ли он разбираться и додумывать за человека то, что он не удосужился написать о себе? Правильно, нет. Ведь есть сотни человек, которые ответственно подошли к процедуре создания резюме.

Что нужно делать?

Сделайте ваше резюме структурированным. Напишите списком свои обязанности (лучше перечислять их через маркированный список, дефисы и тире создают внутреннее ощущение отрицания). На первое место поставьте те задачи, которые вам приходится делать на постоянной основе. В конце можно указать, чем вы занимаетесь. Старайтесь не копировать обязанности из должностей инструкции, это очень легко индентифицировать.

Укажите ваши достижения/ значимые проекты/награды на каждом из мест работы. Чем больше информации в резюме, тем лучше.

Опционально: опишите причины ухода с предыдущих мест работы, чтобы у менеджера, просматривающего ваше резюме, не возникло сомнений, почему вы покинули одну из компаний, проработав несколько месяцев.

Важное замечание: адекватным сроком работы считается от трех лет и более на одном месте. Остальных, часто могут назвать «попрыгунчиками».

Вопросы и ответы

Вопрос: Зачем меня спрашивают, кем я вижу себя через пять лет в компании?

Ответ: Правильно на самом деле спросить: «кем вы видите себя через пять лет?». Данный вопрос банально выявляет вашу мотивацию к карьерному росту. Если такой вопрос задают уборщице или дворнику, это не издевательство, а попытка узнать, неужели человек готов до конца своей жизни мести улицы, или все-таки он к чему-то стремится. В норме каждый должен понимать, чего он хочет достичь и какими средствами. Даже если это выглядит как фантастика. Главное - желание, а не возможность.

Вопрос: Почему мне не перезвонили?

Ответ: Тут есть два пути. Либо HR заработался и реально забыл направить вам отказ, либо он испугался.

Я лично отправляю обратную связь всем, какой бы она ни была. И в 30% случаев люди начинают докапываться, почему им отказали. Сказать прямо - обидеть человека, поэтому мы так этого не любим.

Выход тут один: прямо на собеседовании обговорить предоставление обратной связи. Самый лучший вариант, уточнить день, до которого будет принято решение. Если вам не перезвонят к этому моменту, значит, ответ отрицательный. Таким образом, вы избавите HRa от мук отказа и сами будете понимать, как обстоят дела.

Помните, чаще всего не вы оказались плохими, а другие оказались лучше. И то для конкретного работодателя. Каждый человек прекрасен и уникален, но не для всех. Никогда не выбирают одного из одного.

Вопрос: почему кадровики такие тупые?

Ответ: для начала давайте разграничим понятия HR и кадровик. Основной функционал HRa - подбор, адаптация и обучение персонала, кадровика же - оформление, прием на работу, начисление зарплаты и прочая работа с документацией. Кадровики действительно не умеют (в большинстве своем) общаться с людьми, есть два типа личности - по бумажкам, и по людям. И обычно кто может в бумажки, тот не может в людей. И наоборот.

Определенно, менеджер по персоналу - это лицо компании. Если вы видите некомпетентность сотрудника уже на первом этапе - значит, вам не нужно в эту компанию. В приличных крупных компаниях всегда есть свой HR-отдел и руководитель просто не может себе позволить взять в команду непрофессионала.

Вопрос: что спросить перед устройством на работу?

Ответ: постарайтесь выяснить все важные для вас моменты при первой встрече. Лучше понять, что это не ваше место в первый день, чем после оформления.

Основные моменты, которые стоит уточнить: уровень заработной платы и от чего она зависит, возможность карьерного роста, средний возраст в коллективе, судьба предыдущего сотрудника, срочность поиска, социальный пакет и плюшки, непосредственные обязанности и пару слов о руководителе.

Резюмируем вышесказанное

Итак, устраиваясь на работу:

- подготовьтесь к собеседованию, почитайте про компанию, в которую вы идете;
- будьте вежливы;
- продумайте все заранее;
- не опаздывайте и предупреждайте об отмене встречи;
- поставьте себе цель получить работу.

Как прокачать память

Сегодня многие жалуются на недостаточные возможности своей памяти, забывчивость и неумение обходиться без многочисленных девайсов даже в самых простых ситуациях. У нас хорошие новости: если ваша память оставляет желать лучшего, ее можно натренировать.

[BLOG.MANN-IVANOV-FERBER.RU]

Постоянно тренируйте мозг

«Фитнес для мозга», который еще называют когнитивными тренировками, отлично воздействует на умственную деятельность. Специальные упражнения могут значительно увеличить объем рабочей памяти, развить внимание, увеличить скорость мышления и его гибкость.

Каждый день 15-20 минут проводите трудную, но интересную тренировку для мозга. Как именно? Самый эффективный и быстрый способ - решение задач типа n-назад, многочисленные вариации которых есть в Интернете.

Также вы можете играть в шахматы, решать судоку, запоминать тексты и картинки. Постарайтесь заучивать хотя бы по одной песне или стихотворению в неделю.

Учитесь всю жизнь

Нам по природе надлежит всегда учиться и приобретать новые навыки. Современные исследования показывают, что таким образом мы создаем изменения в структурах мозга, генерируя новые нейронные цепи. Это прямо влияет на улучшение когнитивных функций, в том числе памяти.

Изучайте что-то новое каждую неделю. Необязательно за один раз усваивать новое знание или навык. Достаточно узнать пару фактов о предмете, который вас интересует. Помните: наш мозг способен на чудеса. И когда мы не используем его, то теряем его возможности.

Медитируйте

Исследования показывают, что регулярные медитации активизируют формирование новых нейронов в гиппокампе и других отделах головного мозга, отвечающих за память и обучение.

В ходе одного эксперимента, проведенного в Вашингтонском университете, участники, регулярно занимавшиеся медитацией, показали лучшую способность к сосредоточению и запоминанию информации, чем остальные.

Чтобы ощутить на себе пользу медитации, делайте упражнения каждый день. Начните с занятий по пять минут, а затем постепенно увеличивайте их продолжительность.

Высыпайтесь

Во время ночного отдыха мозг остается активным. Он обрабатывает полученную за день информацию и переводит ее из кратковременной в долговременную форму. Когда сна человеку не хватает, процесс нарушается, что отрицательно влияет на нашу способность к обучению и запоминанию.

Достаточный сон очень важен для мыслительной активности человека. Ученые уже не раз это доказывали. Например, одно из исследований показало, что дети с более высоким коэффициентом умственного развития каждую ночь обычно спят на 30–40 минут дольше, чем их сверстники со средним показателем.

Фокусируйтесь на том, что надо запомнить

При недостаточной концентрации информация не будет усвоена и не дойдет до хранилища памяти. Это прекрасно иллюстрирует следующий эксперимент. Включите телевизор и найдите что-то для вас интересное. Затем в течение двух минут постарайтесь запомнить список из 10 слов. Проверьте себя.

А теперь попробуйте выучить десять любых слов, когда телевизор выключен. Легче? Большинство людей обнаруживает, что результаты гораздо хуже, когда их отвлекают.

Итак, без внимания невозможно ничего запомнить. Если вы хотите, чтобы информация осталась в голове, вам нужно максимально на ней сосредоточиться. Для этого необходимо создать благоприятную обстановку (исключить отвлекающие факторы) и освободить сознание от посторонних мыслей.

Ищите пользу

Мотивация лежит в основе любого произвольного запоминания. И при прочих равных условиях именно ее сила определяет качество памяти. То, что мы считаем значимым, запоминается намного быстрее и легче. Поэтому задавайте себе вопросы (например, перед чтением): «Зачем мне нужна эта информация? Какую еще пользу она принесет?»

Используйте «усилители» внимания

Допустим, вам нужно прочитать статью или запомнить какие-то тезисы из книги, а интереса нет. Сохранять концентрацию в таком случае очень трудно.

Как же себя заинтересовать? Попробуйте представить, что текст, который вы читаете, написал ваш враг! Если вы ищете ошибки и неточности, то заметно лучше концентрируетесь и больше запоминаете.

Тот же самый прием можно использовать, когда вы слушаете лекцию и не можете на ней сосредоточиться: попробуйте начать искать противоречия в словах выступающего.

Похожий прием - пообещать себе пересказать текст после того, как он будет прочитан. Вы начнете читать, пропуская несущественную информацию и удерживая внимание на самом важном, что достойно упоминания при пересказе.

Запоминайте частями

Хорошая память совершенно необходима актерам. Для некоторых ролей требуется выучить до 50 страниц текста! Как им это удается? А вот как: вместо того чтобы зубрить всю роль целиком, актеры сначала учат только две или три страницы. Убедившись, что эта часть текста хорошо усвоена, они делают перерыв, а потом приступают к изучению следующих нескольких страниц.

Таким образом, если нужно запомнить много информации, будет лучше разбить изучение на этапы: скажем, заниматься по часу в день в течение трех дней более эффективно, чем попытаться выучить все за три часа подряд.

Упорядочивайте информацию

Организация критически важна для памяти. Перегруппировка, классификация, структурирование информации - все это способы ее упорядочения. Кроме того, необходимо связывать новые сведения с уже полученными знаниями.

Чем лучше информация организована, тем легче ее запоминать (выучивать) и вспоминать.

Старайтесь находить порядок даже там, где его вроде бы нет. Например, если вы разделите список покупок на группы товаров в соответствии с магазинами, где они продаются, вам будет проще запомнить его.

Вникайте в суть

Общеизвестно, что заучивать, а потом повторять, как попугай, - совершенно не эффективный способ. И это действительно правда. Чтобы надолго сохранить в памяти информацию, нужно понимать, о чем идет речь.

Непонятные идеи быстро забываются. Поэтому, чтобы улучшить память, нужно осознать смысл того, что вы собираетесь запомнить.

Задавайте вопросы самому себе. Вникайте в суть, ищите логику и закономерности изучаемого предмета. Понял - значит запомнил.

Пользуйтесь методом мест

Этот прием основан на особенностях нашего восприятия: мы лучше запоминаем информацию, если она привязана к определенному месту. Скажем, вы хотите запомнить список покупок (пельмени, майонез, помидоры и так далее). Сначала надо выделить несколько знакомых вам локаций - пусть это будут спальня, коридор, туалет, кухня и балкон.

Мысленно переместимся в спальню. Представьте, как кладете пельмени на подоконник и солнце сквозь стекло подогревает их до уровня готовности. Можно обедать. Но с майонезом вкуснее. Выдавите всю пачку (также на подоконник) - и приступайте к трапезе.

Выходим в коридор. Пельменями вы не наелись - сделаем салат. Мысленно нарежьте прямо на пол помидоры и огурцы. Заправкой послужит подсолнечное масло. «Наливаем» его столько, чтобы пространство заполнилось по щиколотку... Потренируйтесь сами! Так можно запоминать любую информацию. Главное - переводить ее в яркие образы и связывать с уже известными местами.

Придумывайте ассоциации

Метод ассоциаций весьма эффективен, поскольку позволяет нам превращать слова и идеи в образы, которые запоминаются гораздо легче.

Допустим, вам нужно закрепить в памяти слово «коллизия». Оно обозначает «столкновение». Запомнить звучание и смысл можно при помощи одного примера. Речь идет об архитектурном памятнике Рима - Колизее.

Наверняка в числе ассоциаций у вас всплыли гладиаторские бои, а это не что иное, как столкновение противников.

На всякий случай можно придумать еще одну ассоциацию: представьте, как в Колизее во время боев произошло столкновение двух колесниц. Удар был таким мощным, что они разлетелись в щепки.

Рифмуйте

Мозг любит слышать рифмы, поэтому они так часто встречаются в рекламных слоганах. Такие фразы остаются в голове надолго.

По той же причине рифму используют во всевозможных памятках. Вот, к примеру, известный стишок про число Пи:

Чтобы нам не ошибаться,
Надо правильно прочесть:
Три, четырнадцать, пятнадцать,
Девяносто два и шесть.

Идея проста: если вам нужно что-то запомнить, посмотрите, можно ли это зарифмовать.

Повторяйте

Повторение, проверка и многократное воспроизведение информации существенно улучшают запоминание.

Чтобы запомнить информацию на долгий срок, нужно пять повторений: сразу после запоминания; через 20 минут; через день; через две недели; через два месяца.

Конечно, все зависит от конкретных целей и временных рамок. Так, если надо подготовиться к экзамену за одну неделю, то повторения можно организовать следующим образом: 1. Сразу после запоминания (понедельник). 2. Через 20 минут (понедельник). 3. Через день (среда). 4. Через шесть дней (воскресенье).

Кино не рождается без зрителя

Интернет давно и прочно вошел в нашу жизнь, но все еще слабо осмыслен как факт реальности. Один из главных отечественных документальных фильмов последних лет - «Котлован» Андрея Грязева, показанный на Берлинале и Артдокфесте, получивший «Нику» как лучший неигровой фильм 2020-го. Фильм собран из видеообращений к президенту на хостинге YouTube и широко описывает настоящую, не парадную жизнь в России. Кирилл Букетов поговорил с автором документальной антиутопии о «Котловане», его творчестве и современной документалистике в России.

[KINO-TEATR.**RU**]

I Кадр из фильма «Котлован»

I Андрей Грязев

- Андрей, у вас был очень долгий перерыв перед «Котлованом». Чем занимались эти восемь лет?

- Этот перерыв в первую очередь был для зрителей. Но это не значит, что ничего не делалось. Шел по пути, которому учился, - режиссера игрового кино. После фильма «Завтра» (2012) случилось разочарование документалистикой. Сложно показать или раскрыть какие-то тяжелые темы через доккино. Например, нельзя показать смерть человека, не раскроешь тему суицидов. Такое можно сделать только постановочными кадрами, когда ты понимаешь, что это вымысел. Поэтому я и переключился на игровое. Писались сценарии, были попытки найти бюджеты. С переменным успехом пока все идет.

- Как возникла идея «Котлована»?

- «Котлован» появился в то время, когда я работал над игровой короткометражкой «Первая кровь» (2020). Дабы отвлечься, захотелось найти какую-то легкую форму, универсальную. Что называется, «Сидя на одном месте, не зная героев, найти материал, который близок к современной оптике, и попытаться этими кадрами показать свое отношение к действительности».

Привлекли внимание обращения к президенту. Сначала очень долго от себя гнал возможность сесть за сбор материала, потому что неизвестно, сколько ты найдешь. Сколько на это нужно времени? Это такой эксперимент, в который ты вторгаешься, только если понимаешь, что у тебя хватает сил. Я сел смотреть, сколько материала можно нарыть в интернете, и сразу задал себе такие рамки: буду искать только на YouTube. Сначала я вводил запрос: «Обращения к президенту» - и в течение двух-трех дней все эти ролики, даже не просматривая, скачивал. Так, дойдя до самого конца, подумал, что материала не хватит на полнометражный фильм. Потом решил добавить к запросу «РФ» - появилось еще несколько сотен обращений. И так, за счет разной постановки вопроса, я получил за месяц для работы около 3000 видеообращений на 80 часов. Понял, что материал есть, и начал смотреть. Недели две я без перерыва смотрел, потому что нельзя в таком процессе выключаться, и чем больше входил в этих героев, тем больше погружался на эмоциональное дно, на дно котлована. И я понимал, что в моей голове они как будто говорят друг с другом. Просьба одного перетекала в обращение следующего, даже не близостью тем, а близостью эмоций.

- Как вы выстраивали порядок в фильме?

- Было очень много вариантов на монтаже. Первоначальный - вообще на четыре часа: настолько мне не хотелось избавляться от героев. Но появлялась зрительская усталость: когда «все понятно, но долго». Можно сделать то же самое, но покороче - за счет эмоции. Как раз здесь я понял, что нет смысла дробить героев по темам. Надо было дробить по эмоциональной шкале, чтобы зрителя удержать за нос - и водить через эту шкалу, такие эмоциональные горки. В результате оставляешь зрителя с мыслями, которые он будет обдумывать уже после просмотра.

- В чем ценность работы, которая представляет собой просто коллаж интернет-роликов?

- Я абсолютно четко понимал, что изменения, которые происходят в нашей стране, ведут к суверенному Интернету, отсутствию YouTube. И где мы сможем увидеть реальный мир? Мы даже не сможем что-то прочитать из старых газет. Во-первых, мы их не найдем, во-вторых, не знаем, где искать. Есть же еще такой закон о «забвении в Интернете», когда двух-трехгодичной давности материал по запросу стирается. Все как у Оруэлла: «Мы не будем помнить своего прошлого». И тогда к какому будущему мы будем идти? Мне захотелось законсервировать эти минувшие десять лет в банку и оставить на годы вперед. Этот фильм не для нас: «Котлован» прямо сейчас ничего не поменяет. Мы не способны ничего поменять, но поколение, которое придет через десять лет, имеет право знать, как было.

- Многие наверняка зададутся вопросом, почему «Котлован» носит гордое звание фильма. Почему монтажное кино - тоже кино?

- Во многом именно потому, что есть такой вопрос, я сначала отправлял фильм на фестивали, заручался поддержкой и фидбеком от критиков и профессионалов. Есть такая мысль у обывателя, что это может сделать нейросеть. Как на айфоне, когда тебе делают монтаж под музыку «Что произошло за год». Ты так смотришь - вроде бы интересно. (Смеется.) Однако смысла никакого нет. Тебя нет. Должна быть авторская метафора за набором кадров.

- Вы хотели показать палитру мнений или же составить собирательный образ этого «простого русского человека»?

- Документальное кино ты снимаешь потому, что у тебя есть много вопросов, ответов на которые не имеется. Сценарий дока часто умещается в одно предложение. Что будет, когда ты вторгнешься в жизнь своих героев? Это предугадать практически невозможно. Мне не было известно, какой образ сложится после просмотра «Котлована». Это будет метафора котлована, как у Платонова? Или же что-то еще?

- А есть ли какой-то особый смысл у названия фильма? Случайно ли созвучность с романом Платонова?

- У меня давно крутилась в голове мысль прочитать эту книгу. На самом деле я начал ее читать, когда фильм уже сделал. Потом понял, что разница между фильмом и книгой колоссальна. Если у Платонова копают для строительства светлого будущего, то сейчас мы даже забыли, что хотим строить. Для чего мы копаем? Смысл фильма в невозможности докричаться до тех, кто находится на поверхности этого котлована, тех, кто дал указание его копать. Находясь в преддверии стройки, мы настолько привыкли к этому, что для нас это стало жизнью. Главное, мы перестали задавать вопрос: что мы хотим воздвигнуть на месте котлована? И спросить не у кого, а расстояние между теми, кто наверху и на дне, все больше и больше.

- Герои «Котлована» это отчаявшиеся люди, или они правда верят, что они способны изменить что-то своим обращением?

- Я изучал каждого персонажа. Нужно было от кого-то отказываться, и вырезал я, как правило, заведомую постановку. Когда человек наговаривает «телегу» не для решения проблемы, а для сиюминутного хайпа. Еще убирал сразу те видео, где люди читали по бумажке. Они сами срежиссировали все, а для меня важен всплеск эмоций, крик души.

Большинство видео, попавших в фильм, они так и называются: «крик души», а не «послание президенту». Почти каждый ролик состоял из нескольких частей: «Здравствуйте, меня зовут…», потом человек рассказывал о количестве пройденных инстанций - и потом уже следует эмоциональная часть. Люди из фильма не лодыри или бездельники, которые вместо решения проблемы сразу записывают и выкладывают себя в Интернет. Получив отказы, они в определенный момент понимали, что остались наедине со своей проблемой.

Если западный человек, имея проблему, идет к психологу, то у нас звонишь подруге/другу, берешь бутылку и выливаешь свои переживания. Тем самым освобождаешься. Почему люди в поездах дальнего следования так сильно открываются друг другу? Потому что ты не имеешь ничего личного с попутчиками и можешь рассказать даже то, что самому близкому не раскроешь. С моими героями так же. Ты ходишь по дому и понимаешь, что все. Припекло. Хватаешь камеру, направляешь на себя и выговариваешься. Сначала с точки зрения логики, и в тот момент, когда тебе надо сказать «До свидания!», у тебя что-то еще остается. Вроде бы все уже сказал: и про свой путь, и даже поздоровался, но человека все еще не выключает. Тогда и начинается тирада, которую невозможно продумать заранее. Угрозы и слезы - личное проявление характера. Из этих маленьких отрезков и состоит фильм «Котлован».

- До карьеры режиссера вы были фигуристом, а сейчас тренируете. Ваше спортивное прошлое помогает в творчестве?

- Я скажу меркантильную вещь: это помогает просто выживать, единственный способ себя прокормить.

- Вы говорили ранее, что пошли в кино ради денег. Однако вместо фильмов для телеканалов или игрового кино вы выбрали документалистику, которая считается самым неприбыльным направлением кинематографа. Как так вышло?

- Все мы имеем какие-то иллюзии, особенно когда человек со студенческой скамьи думает, что все двери открыты. Отсюда и идут разочарования, кризис среднего возраста - когда человек судорожно начинает получать второе высшее и искать себя в другом месте. У меня все начиналось с монтажа. Нравилось собирать такие пазлы и наблюдать за тем, как они действуют. А если включить что-то еще свое, не документальное, а игровое, то можно столько смыслов вписать в произведение! Закончив режиссуру монтажа, я пошел на режиссера кино. Придя туда, ты видишь себя в другом мире с другими бюджетами. На ВКСР (Высшие курсы сценаристов и режиссеров) у нас была сдвоенная мастерская игрового и документального кино. Нам сказали, что неважно, что снимать, главное, чтобы это было «про себя».

- А что важно знать или уметь начинающему документалисту?

- Давайте объясню на примере моего первого большого фильма – «Саня и Воробей» (2009). Я тогда учился еще в ВКСР, на все съемки ушло три месяца. Технику брал у школы, монтировал на своем компьютере. Единственное, на что я тратился, - проезд на метро, а снималось все в Москве. Соответственно, весь бюджет фильма - три проездных на метро. Потому что субтитры я делал сам, цветокоррекцию тоже, звук сам, даже дистрибьютором я был сам. Вот это самое важное для начинающего документалиста - взвалить на себя все. Пройти все с точки зрения каждой профессии. Фильм «Саня и Воробей» я отослал примерно на 200 фестивалей. Как и с «Котлованом», тогда я не понимал вообще, что сделал и как это оценивать. Нашел список всех фестивалей России - тогда их было больше - и не поленился отправить на каждый.

- Ваши первые картины - «Саня и Воробей» и «День шахтера» (2010) - сняты в манере нового российского дока. С чем связан выбор такой формы, в чем-то более сложной для зрительского восприятия?

- В первой половине жизни я не был связан с кино: я его особо не смотрел, и иногда оно мне даже не нравилось. Кино я увидел только на ВКСР - и там с девяти утра сидел под дверьми и ждал, когда начнут запускать в кинозал. Возвращался домой в шоковом состоянии, рассказывая, какие фильмы сегодня посмотрел. Смотрел в каком-то огромном количестве по четыре-пять в день. При этом, так как все мы учились на режиссуре игрового кино, документалистику нам показывали мало. За все время обучения я посмотрел пять документалистов: Герц Франк, Сергей Лозница, Костомаров и Расторгуев и Сергей Дворцевой. Это, видимо, в момент обучения засело в голове, и я осознавал достаточно честно: «Вот так, как они делают, я не смогу». У меня нет такого круга общения, чтобы найти героя, и я не подойду к случайному человеку в толпе. Я понятия не имел, как это происходит. Как происходит этот контакт творца с объектом? Как происходит первая любовь? Как некая форма сумасшествия, когда ты есть не можешь, спать не можешь, думаешь о своем герое и том, как передать его жизнь. Настолько тебе становится собственная жизнь неинтересна. На примере таких режиссеров я и учился снимать.

- Какова ваша философия на съемочной площадке?

- Ты обязан провоцировать события изнутри жизни героев. Ты становишься неким руководителем их жизни. В момент съемок они должны чувствовать себя в безопасности, что-то есть рядом и интересуется тобой. Герою нужно ощутить возможность вести себя так свободно, как он не мог бы себя вести без тебя. Человек за камерой точно не даст умереть с голоду. Пока он рядом, к нему можно обратиться, если все плохо. Режиссер становится плакательной жилеткой для героя, неизвестным пассажиром поезда, которому можно раскрыться.

- Что главное в общении с героем?

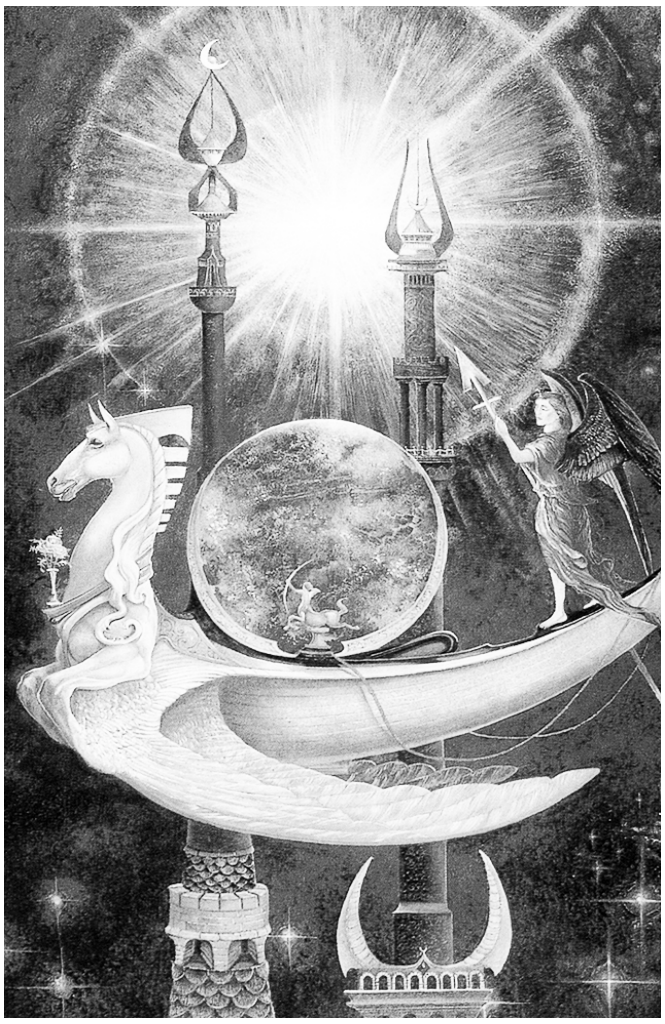
- Главное - это отсутствие какой-либо самоцензуры и лжи. Ты должен абсолютно догола раскрыться перед ним. Не только с точки зрения описания своей жизни, но и мышления. Только тогда они будут действовать по тем же лекалам, что и ты. Потому что ты даешь им пример!

- Как вам кажется, документалистика должна быть общественным высказыванием или же это в первую очередь искусство, для которого политика - лишь фон?

- Кино само по себе искусство, а свершилось ли оно, мы узнаем лишь по прошествии какого-то времени. Режиссер вообще, по сути, ничего и никому не должен. Автор проявляет свои знания как пленку, не пытаясь дозировать «вот этого больше, а вот этого меньше». Это все психология творчества. Попытки из хаоса создать что-то законченное и совершенное, поэтому здесь нет такой формулы.

Если фильм не является жестом искусства, то оно не рождается. Кино не рождается без зрителя. Это как акция в современном искусстве: она произошла не тогда, когда совершилась, и не тогда, когда была зафиксирована. Она случилась лишь тогда, когда эта фиксация попадает во всеобщее информационное поле, когда она начинает сталкивать мнения.

Подробнее на Кино-Театр.РУ



Гороскоп на неделю

с 30 августа по 5 сентября

Овен. Овны неплохо поработали в последнее время, пора и отдохнуть. Отправляйтесь на природу, на дачу - туда, где свежий воздух. Одиноким представителям данного знака звезды сулят удачу на личном фронте.

Телец. За ваш труд вы, наконец, получите достойное вознаграждение. Возможно, это будет похвала от шефа или даже премия. Ее вы смело можете потратить на себя любимых.

Близнецы. В этот период не все будет идти так, как вы запланировали. Вместо того чтобы паниковать, пустите дела на самотек. Поверьте, удача вас не оставит. Будьте мягче и терпимее по отношению к вашим детям.

Рак. С начальством и коллегами по работе у вас будут складываться прекрасные отношения, а вот с домочадцами - нет. Компромиссы не помогут, наоборот, отстаивайте свою позицию.

Лев. Не удивляйтесь, если в этот период у вас будут дни, когда все буквально из рук валится. Их надо просто пережить. В остальном же дела у вас пройдут блестяще. Ожидаются встречи с друзьями.

Дева. Вам может поступить предложение, касающееся серьезных перемен в вашей жизни. Замужество, смена работы - это может быть все что угодно. Не бойтесь идти навстречу переменам, они будут счастливыми.

Весы. Велика вероятность, что в ближайшее время вас будет ожидать разочарование в одном из людей из вашего окружения. Не принимайте все близко к сердцу. Вслед за плохими новостями придут и радостные.

Скорпион. Впереди у вас - тяжелый, с эмоциональной точки зрения, период. Возможны выговоры со стороны начальства, неурядицы в семье, обиды друзей. Возможно, у вас попросят денег в долг. Не давайте, не вернут.

Стрелец. На этой неделе близкие родственники не дадут вам покоя. За ними потребуются уход и присмотр. Держите себя в руках и не срывайтесь ни на ком. Внимательно следите за питанием.

Козерог. Те представители знака, кто в этот период окажется в отпуске, будут несказанно этому рады. Вы хорошо отдохнете и наберетесь сил. Тем, кто остается на работе, звезды советуют набраться терпения.

Водолей. Появится возможность подняться еще на одну ступень по карьерной лестнице. Но учтите: обязанностей и ответственности у вас прибавится! Старайтесь избегать ссор и разногласий.

Рыбы. Звезды не советуют вам сейчас сорить деньгами. Наоборот, если есть возможность, начните откладывать финансы «на черный день». Не рекомендуется распространяться о своих далеко идущих планах.

понедельник, 30 августа

1

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское/Женское (16+)
17.00 Время покажет (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Сериал «Шифр» (16+)
23.45 К 70-летию Алексея Учителя. «Учитель как призвание» (12+)
00.45 Время покажет (16+)
03.50 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

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
09.25 Выборы-2021
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.35 Судьба человека (12+)
12.45 60 минут (12+)
14.00 Вести
14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (6+)
18.45 60 минут (12+)
20.00 Вести
21.20 Сериал «Перекати-поле» (6+)
00.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)
03.25 Сериал «Дуэт по праву» (12+)

НТВ

05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+)
07.30 Утро. Самое лучшее (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
11.00 Сегодня
11.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
14.00 Сегодня
14.25 Чрезвычайное происшествие
15.00 Место встречи (16+)
17.00 Сегодня
17.25 ДНК (16+)
19.30 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
20.00 Сегодня
20.40 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
22.15 Сериал «Пёс» (16+)
00.30 Сегодня
00.50 Фильм «Черный пес» (12+)
04.10 Сериал «Адвокат» (16+)

АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Наш день (16+)
07.20 Специальный репортаж (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.37 Мои острова (16+)
08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.00 Наш день (16+)
09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.37 Сахалин в цифрах (16+)
09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Наш день (16+)
10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Наш день (16+)
11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.37 Мои острова (16+)
11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Наш день. Коротко (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Наш день. Коротко (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Наш день. Коротко (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Наш день. Коротко (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.37 Это Сахалин, детка (16+)
16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Наш день. Коротко (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Наш день. Коротко (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Наш день. Коротко (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.37 Это Сахалин, детка (16+)
19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Наш день (16+)
20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Наш день (16+)
21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.37 Сахалин в цифрах (16+)
21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Наш день (16+)
22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Наш день (16+)
23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

АСТВ 12 ТВК

07.00 Наш день (16+)
07.20 Специальный репортаж (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
22.00 Наш день (16+)

ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК

20.00 Наш день (16+)
21.00 Наш день (16+)

Солнце ТВ

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

РОССИЯ 24

13.00 Вести. События недели»
09.00 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
18.00-18.30 Выборы-2021
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

ЗВЕЗДА

06.00 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)
06.10 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал (12+)
07.00 Сегодня утром (12+)
09.00 Новости дня
09.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
10.00 Дневник АрМИ - 2021
10.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
11.00 Фильм «Фартовый» (16+)
13.00 Новости дня
13.20 Сериал «Забытый» (16+)
18.00 Новости дня
18.30 Специальный репортаж (12+)
18.50 «На пороге войны». Док. сериал (12+)
19.40 Скрытые угрозы (12+)
20.25 Загадки века (12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
22.40 Между тем (12+)
23.00 Дневник АрМИ - 2021
23.15 Фильм «Берем все на себя» (6+)
00.55 Фильм «Зимний вечер в Гаграх» (12+)
02.20 Фильм «Девушка с характером» (0+)
03.45 Фильм «Мой бедный Марат» (16+)
05.15 «Хроника Победы». Док. сериал (12+)
05.40 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)

D

07.30 6 кадров (16+)
07.35 Реальная мистика (16+)
08.35 По делам несовершеннолетних (16+)
10.10 Давай разведемся! (16+)
11.15 Тест на отцовство (16+)
13.25 Понять. Простить (16+)
14.30 Порча (16+)
15.00 Знахарка (16+)
15.35 Фильм «Одна на двоих» (16+)
20.00 Сериал «Как долго я тебя ждала» (16+)
00.15 Сериал «Восток-запад» (16+)
03.25 Реальная мистика (16+)
04.15 Порча (16+)
04.40 Знахарка (16+)
05.05 Понять. Простить (16+)
05.55 Тест на отцовство (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
06.15 Моя история. Виктор Мережко (12+)
06.40 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
07.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
07.30 Евромакс. Окно в Европу
08.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
08.30 Евромакс. Окно в Европу
09.15 Среда обитания (12+)
09.40 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
11.30 Врачи (12+)
12.00 «Анна от 6 до 18». Док. фильм (12+)
13.45 Календарь (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.00 Врачи (12+)
15.30 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
16.00 Легенды Крыма (12+)
16.30 Моя история. Виктор Мережко (12+)
17.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
17.10 Сериал «День рождения Буржуя-2». 6-я серия (16+)
18.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
18.30 Free talk (16+)
18.45 Жизнь без границ (16+)
19.00 Календарь (12+)
20.00 Новости
20.05 ОТРажение
21.00 Новости
21.10 ОТРажение
23.00 Новости
23.10 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
01.00 Вредный мир (16+)
01.30 Легенды Крыма (12+)
02.00 Врачи (12+)
02.30 Домашние животные (12+)
03.00 Новости
03.15 ОТРажение
05.05 Календарь (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Известия (16+)
06.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.55 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.55 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.50 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
10.00 Известия (16+)
10.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
11.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
12.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
13.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.00 Известия (16+)
14.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.30 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
15.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
16.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
17.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
18.30 Известия (16+)
18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)
20.35 Сериал «След» (16+)
21.25 Сериал «След» (16+)
22.30 Сериал «След» (16+)
23.20 Сериал «След» (16+)
00.10 Сериал «Свои-4» (16+)
01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)
01.30 Сериал «След» (16+)
02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
03.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
04.10 Известия (16+)
04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
05.10 Сериал «Детективы» (16+)
05.35 Сериал «Детективы» (16+)

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

ОБЪЯВЛЕНИЯ

НЕДВИЖИМОСТЬ

ПОКУПКА

■ Куплю 1-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 2-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 3-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 1-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 2-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 3-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

■ Куплю частный дом. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 2-комн. квартиру (брежневку) в 9 мкрн. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 3-комн. квартиру в 11 мкрн. Тел. 44-77-30.

■ Куплю 1-комн. квартиру в 9, 11, 12, 13, 13а, 14, мкрн (97, 138 серии). Тел. 44-77-30.

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

ПИЛОМАТЕРИАЛЫ В АССОРТИМЕНТЕ ОПТОМ И В РОЗНИЦУ. ТЕЛ. 23-83-27, 40-86-15.

УСЛУГИ

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

вторник, 31 августа

1

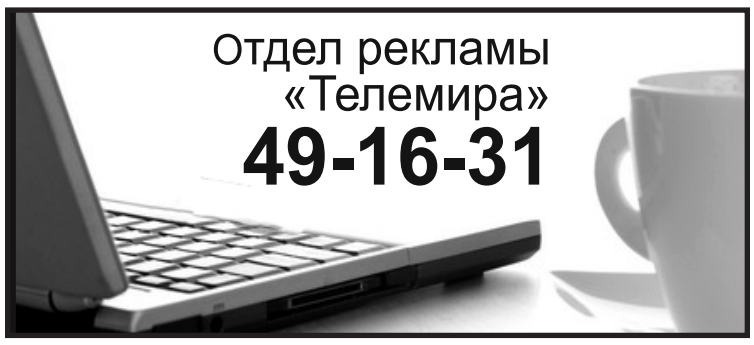
05.00 Доброе утро
07.00 Выборы-2021
08.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское/Женское (16+)
17.00 Время покажет (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Сериал «Шифр» (16+)
22.40 Сергей Гармаш. «Какой из меня Ромео!» (12+)
23.40 Наедине со всеми (16+)
00.30 Время покажет (16+)
03.35 Давай поженимся! (16+)
04.15 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

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
09.25 Выборы-2021
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.35 Судьба человека (12+)
12.45 60 минут (12+)
14.00 Вести
14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (6+)
18.45 60 минут (12+)
20.00 Вести
21.20 Сериал «Перекати-поле» (6+)
23.30 Выборы-2021. Дебаты (12+)
00.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)
02.50 Сериал «Дуэт по праву» (12+)

НТВ

05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+)
07.30 Утро. Самое лучшее (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
11.00 Сегодня
11.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
14.00 Сегодня
14.25 Чрезвычайное происшествие
15.00 Место встречи (16+)
17.00 Сегодня
17.25 ДНК (16+)
19.30 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
20.00 Сегодня
20.40 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
22.15 Сериал «Пёс» (16+)
00.30 Сегодня
00.50 Фильм «Восьмерка» (16+)
02.35 Фильм «Вор» (16+)
04.15 Сериал «Адвокат» (16+)



АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.37 Мои острова (16+)
08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.00 Наш день (16+)
09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.37 Сахалин в цифрах (16+)
09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Наш день (16+)
10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Наш день (16+)
11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.37 Мои острова (16+)
11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Наш день. Коротко (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Наш день. Коротко (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Наш день. Коротко (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Наш день. Коротко (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.37 Это Сахалин, детка (16+)
16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Наш день. Коротко (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Наш день. Коротко (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Наш день. Коротко (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.37 Это Сахалин, детка (16+)
19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Наш день (16+)
20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Наш день (16+)
21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.37 Сахалин в цифрах (16+)
21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Наш день (16+)
22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Наш день (16+)
23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

АСТВ 12 ТВК

07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
22.00 Наш день (16+)

ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК

08.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
21.00 Наш день (16+)

Солнце ТВ

07.00 Сахалинская неделя (16+)
13.00 Сахалинская неделя (16+)
20.00 Сахалинская неделя (16+)
20.30 Спортивная неделя (0+)

РОССИЯ 24

09.15 Интервью
16.00 Интервью
18.00-18.30 Выборы-2021
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

ЗВЕЗДА

06.00 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)
06.10 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал (12+)
07.00 Сегодня утром (12+)
09.00 Новости дня
09.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал(12+)
10.00 Дневник АрМИ - 2021
10.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
11.05 Не факт! (6+)
11.40 Фильм «Титаник» (12+)
13.00 Новости дня
13.15 Фильм «Титаник» (12+)
14.00 Сериал «Точка взрыва» (16+)
18.00 Новости дня
18.30 Специальный репортаж (12+)
18.50 «На пороге войны». Док. сериал (12+)
19.40 Легенды армии (12+)
20.25 Улика из прошлого (16+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
22.40 Между тем (12+)
23.00 Дневник АрМИ - 2021
23.15 Танковый биатлон-2021. Эстафета. Полуфинал. Первый дивизион
01.15 Танковый биатлон-2021. Эстафета. Полуфинал. Второй дивизион
03.15 Фильм «Титаник» (12+)
04.45 «Звездный отряд». Док. фильм (12+)
05.15 «Гагарин». Док. фильм (12+)
05.40 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)

D

07.30 6 кадров (16+)
07.35 Реальная мистика (16+)
08.30 По делам несовершеннолетних (16+)
10.10 Давай разведемся! (16+)
11.15 Тест на отцовство (16+)
13.25 Понять. Простить (16+)
14.30 Порча (16+)
15.00 Знахарка (16+)
15.35 Фильм «Отчаянный домохозяин» (16+)
20.00 Сериал «Как долго я тебя ждала» (16+)
00.15 Сериал «Восток-запад» (16+)
03.25 Реальная мистика (16+)
04.10 Порча (16+)
04.35 Знахарка (16+)
05.00 Понять. Простить (16+)
05.50 Тест на отцовство (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
06.15 Моя история. Юрий Антонов (12+)
06.40 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
07.30 Free talk (16+)
07.45 Жизнь без границ (16+)
08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
08.30 Free talk (16+)
08.45 Жизнь без границ (16+)
09.15 Среда обитания (12+)
09.40 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
11.30 Врачи (12+)
12.00 ОТРажение (12+)
13.45 Календарь (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.00 Врачи (12+)
15.30 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
16.00 Легенды Крыма (12+)
16.30 Моя история (12+)
17.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
17.10 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
18.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
18.30 Free talk (16+)
18.45 Право знать (16+)
19.00 Календарь (12+)
20.00 Новости
20.05 ОТРажение
21.00 Новости
21.10 ОТРажение
23.00 Новости
23.10 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
01.00 Вредный мир (16+)
01.30 Легенды Крыма (12+)
02.00 Врачи (12+)
02.30 Домашние животные (12+)
03.00 Новости
03.15 ОТРажение
05.05 Календарь (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Известия (16+)
06.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.55 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.50 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
10.00 Известия (16+)
10.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
11.15 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
12.15 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
13.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.00 Известия (16+)
14.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.30 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
15.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
16.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
17.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
18.30 Известия (16+)
18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)
20.35 Сериал «След» (16+)
21.30 Сериал «След» (16+)
22.20 Сериал «След» (16+)
23.20 Сериал «След» (16+)
00.10 Сериал «Свои-4» (16+)
01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)
01.30 Сериал «След» (16+)
02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
03.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
04.05 Известия (16+)
04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
05.10 Сериал «Детективы» (16+)
05.35 Сериал «Детективы» (16+)

среда, 1 сентября

1

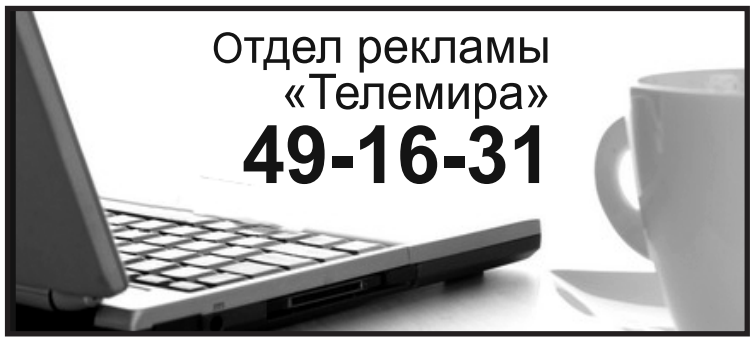
05.00 Доброе утро
07.00 Выборы-2021
08.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское/Женское (16+)
17.00 Время покажет (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Сериал «Шифр» (16+)
22.25 Валентин Гафт. «Чужую жизнь играю, как свою» (12+)
23.25 Наедине со всеми (16+)
00.10 Время покажет (16+)
03.20 Модный приговор (6+)
04.10 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

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
09.25 Выборы-2021
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.35 Судьба человека (12+)
12.45 60 минут (12+)
14.00 Вести
14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (6+)
18.45 60 минут (12+)
20.00 Вести
21.20 Сериал «Перекати-поле» (6+)
23.30 Выборы-2021. Дебаты (12+)
00.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)
03.00 Сериал «Дуэт по праву» (12+)

НТВ

05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+)
07.30 Утро. Самое лучшее (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
11.00 Сегодня
11.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
14.00 Сегодня
14.25 Чрезвычайное происшествие
15.00 Место встречи (16+)
17.00 Сегодня
17.25 ДНК (16+)
19.30 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
20.00 Сегодня
20.40 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
22.15 Сериал «Пёс» (16+)
00.30 Сегодня
00.50 Поздняков (16+)
01.00 Фильм «Батальон» (16+)
04.55 Сериал «Адвокат» (16+)



АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Горы (16+)
09.00 Наш день (16+)
09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.37 Сахалин в цифрах (16+)
09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Наш день (16+)
10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Наш день (16+)
11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.37 Мои острова (16+)
11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Наш день. Коротко (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Наш день. Коротко (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Наш день. Коротко (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Наш день. Коротко (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.37 Это Сахалин, детка (16+)
16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Наш день. Коротко (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Наш день. Коротко (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Наш день. Коротко (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.37 Это Сахалин, детка (16+)
19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Наш день (16+)
20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Наш день (16+)
21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.37 Сахалин в цифрах (16+)
21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Наш день (16+)
22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Наш день (16+)
23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

АСТВ 12 ТВК

07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Горы (16+)
15.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
22.00 Наш день (16+)

ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК

08.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
21.00 Наш день (16+)

Солнце ТВ

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

РОССИЯ 24

09.00 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
18.00-18.30 Выборы-2021
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

ЗВЕЗДА

06.10 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал (12+)
07.00 Сегодня утром (12+)
09.00 Новости дня
09.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
10.00 Дневник АрМИ - 2021
10.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
10.55 Не факт! (6+)
11.25 Фильм «Классик» (12+)
13.00 Новости дня
13.15 Фильм «Классик» (12+)
14.05 Сериал «Викинг» (16+)
18.00 Новости дня
18.30 «Специальный репортаж (12+)
18.50 «На пороге войны». Док. сериал (12+)
19.40 Последний день. Андрей Петров (12+)
20.25 Секретные материалы(12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
22.40 Между тем (12+)
23.00 Дневник АрМИ - 2021
23.15 Танковый биатлон-2021. Эстафета. Полуфинал. Первый дивизион
01.15 Танковый биатлон-,2021. Эстафета. Полуфинал. Второй дивизион
03.15 Фильм «Берем все на себя» (6+)
04.30 Фильм «Правда лейтенанта Климова» (12+)

D

07.30 6 кадров (16+)
07.50 Реальная мистика (16+)
08.40 По делам несовершеннолетних (16+)
10.15 Давай разведемся! (16+)
11.20 Тест на отцовство (16+)
13.30 Понять. Простить (16+)
14.35 Порча (16+)
15.05 Знахарка (16+)
15.40 Фильм «Папа напрокат» (16+)
20.00 Сериал «Как долго я тебя ждала» (16+)
00.15 Сериал «Восток-запад» (16+)
03.20 Реальная мистика (16+)
04.00 Порча (16+)
04.25 Знахарка (16+)
04.55 Понять. Простить (16+)
05.45 Тест на отцовство (16+)
07.25 6 кадров (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
06.15 Моя история. Владимир Винокур (12+)
06.40 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
07.30 Free talk (16+)
07.45 Право знать (16+)
08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
08.30 Free talk (16+)
08.45 Право знать (16+)
09.15 Среда обитания (12+)
09.40 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
11.30 Врачи (12+)
12.00 ОТРажение (12+)
13.45 Календарь (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.00 Врачи (12+)
15.30 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
16.00 Легенды Крыма (12+)
16.30 Моя история. Владимир Винокур (12+)
17.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
17.10 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
18.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
18.30 Среда обитания (12+)
18.40 Free talk (16+)
19.00 Календарь (12+)
20.00 Новости
20.05 ОТРажение
21.00 Новости
21.10 ОТРажение
23.00 Новости
23.10 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
01.00 Вредный мир (16+)
01.30 Легенды Крыма (12+)
02.00 Врачи (12+)
02.30 Домашние животные (12+)
03.00 Новости
03.15 ОТРажение
05.05 Календарь (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Известия (16+)
06.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.55 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.50 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.45 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
10.00 Известия (16+)
10.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
11.05 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
12.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
13.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.00 Известия (16+)
14.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
15.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
16.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
17.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
18.30 Известия (16+)
18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)
20.35 Сериал «След» (16+)
21.30 Сериал «След» (16+)
22.30 Сериал «След» (16+)
23.20 Сериал «След» (16+)
00.10 Сериал «Свои-4» (16+)
01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)
01.30 Сериал «След» (16+)
02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
04.05 Известия (16+)
04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
05.10 Сериал «Детективы» (16+)
05.35 Сериал «Детективы» (16+)

четверг, 2 сентября

1

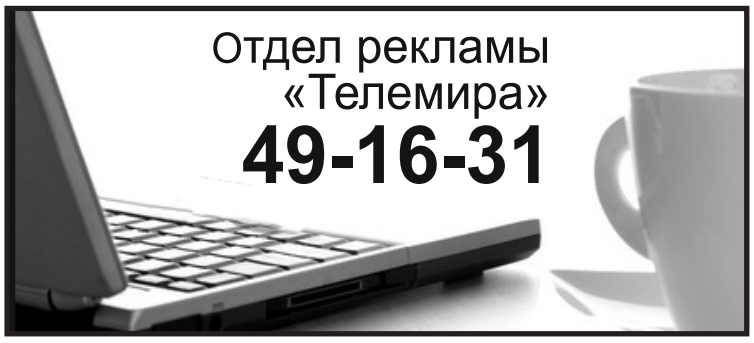
05.00 Доброе утро
05.35 Футбол. Отборочный матч чемпионата мира, 2022 г. Сборная России - сборная Хорватии. Прямой эфир
07.35 Выборы-2021
08.30 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское/Женское (16+)
17.00 Время покажет (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Сериал «Шифр» (16+)
23.45 К 80-летию писателя. «Написано Сергеем Довлатовым» (16+)
00.50 Время покажет (16+)
04.00 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

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
09.25 Выборы-2021
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.35 Судьба человека (12+)
12.45 60 минут (12+)
14.00 Вести
14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (6+)
18.45 60 минут (12+)
20.00 Вести
21.20 Сериал «Перекати-поле» (6+)
23.30 Выборы-2021. Дебаты (12+)
00.45 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)
03.00 Сериал «Дуэт по праву» (12+)

НТВ

05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+)
07.30 Утро. Самое лучшее (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
11.00 Сегодня
11.25 Сериал «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+)
12.00 Сериал «Морские дьяволы. Рубежи Родины» (16+)
14.00 Сегодня
14.25 Чрезвычайное происшествие
15.00 Место встречи (16+)
17.00 Сегодня
17.25 ДНК (16+)
19.30 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
20.00 Сегодня
20.40 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
22.15 Сериал «Пёс» (16+)
00.30 Сегодня
00.50 Фильм «Шугалей-3» (16+)
02.55 Их нравы (0+)
03.25 Сериал «Адвокат» (16+)



АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Канадзава (16+)
09.00 Наш день (16+)
09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.37 Сахалин в цифрах (16+)
09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Наш день (16+)
10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Наш день (16+)
11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.37 Мои острова (16+)
11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Наш день. Коротко (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Наш день. Коротко (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Наш день. Коротко (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Наш день. Коротко (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.37 Это Сахалин, детка (16+)
16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Наш день. Коротко (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Наш день. Коротко (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Наш день. Коротко (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.37 Это Сахалин, детка (16+)
19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Наш день (16+)
20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Наш день (16+)
21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.37 Сахалин в цифрах (16+)
21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Наш день (16+)
22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Наш день (16+)
23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

АСТВ 12 ТВК

07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Канадзава (16+)
15.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
22.00 Наш день (16+)

ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК

08.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
21.00 Наш день (16+)

Солнце ТВ

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

РОССИЯ 24

16.00 Вести. Сахалин – Курилы
18.00-18.30 Выборы-2021
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

ЗВЕЗДА

06.10 «Русские саперы. Повелители взрыва». Док. сериал (12+)
07.00 Сегодня утром (12+)
09.00 Новости дня
09.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
10.00 Дневник АрМИ - 2021
10.20 «Вечная Отечественная». Док. сериал (12+)
11.00 «Легенды разведки. Конон Молодый». Док. фильм (16+)
11.50 Фильм «Проект «Альфа» (12+)
13.00 Новости дня
13.15 Фильм «Проект «Альфа» (12+)
14.05 Сериал «Викинг-2» (16+)
18.00 Новости дня
18.30 «Специальный репортаж (12+)
18.50 «На пороге войны». Док. сериал (12+)
19.40 Легенды кино (6+)
20.25 Код доступа (12+)
21.15 Новости дня
21.25 Открытый эфир (12+)
22.40 Между тем (12+)
23.00 Дневник АрМИ - 2021
23.15 Фильм «Классик» (12+)
01.25 Сериал «Ангелы войны» (16+)
04.45 «Западная Сахара. Несуществующая страна». Док. фильм (12+)
05.15 «Россия и Китай. «Путь через века». Док. фильм (6+)
05.40 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)

Д

07.30 6 кадров (16+)
07.55 Реальная мистика (16+)
08.55 По делам несовершеннолетних (16+)
10.25 Давай разведемся! (16+)
11.30 Тест на отцовство (16+)
13.40 Понять. Простить (16+)
14.45 Порча (16+)
15.15 Знахарка (16+)
15.50 Фильм «Каинова печать» (16+)
20.00 Сериал «Как долго я тебя ждала» (16+)
00.15 Сериал «Восток-запад» (16+)
03.25 Реальная мистика (16+)
04.15 Порча (16+)
04.40 Знахарка (16+)
05.05 Понять. Простить (16+)
05.55 Тест на отцовство (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
06.15 Моя история. Александр Кутиков (12+)
06.40 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
07.30 Среда обитания (12+)
07.40 Free talk (16+)
08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
08.30 Среда обитания (12+)
08.40 Free talk (16+)
09.15 Среда обитания (12+)
09.35 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
11.30 Врачи (12+)
12.00 ОТРажение (12+)
13.45 Календарь (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.00 Врачи (12+)
15.30 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
16.00 Легенды Крыма (12+)
16.30 Моя история. Александр Кутиков (12+)
17.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
17.10 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
18.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
18.30 Сахалин. Транспортные линии (16+)
18.40 НЭП (16+)
18.50 Черта (16+)
19.00 Календарь (12+)
20.00 Новости
20.05 ОТРажение
21.00 Новости
21.10 ОТРажение
23.00 Новости
23.10 Сериал «Досье детектива Дубровского» (16+)
01.00 Вредный мир (16+)
01.30 Легенды Крыма (12+)
02.00 Врачи (12+)
02.30 Домашние животные (12+)
03.00 Новости
03.15 ОТРажение
05.05 Календарь (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Известия (16+)
06.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.30 День ангела (0+)
10.00 Известия (16+)
10.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
11.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
12.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
13.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.00 Известия (16+)
14.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
15.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
16.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
17.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
18.30 Известия (16+)
18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)
20.35 Сериал «След» (16+)
21.25 Сериал «След» (16+)
22.25 Сериал «След» (16+)
23.20 Сериал «След» (16+)
00.10 Сериал «Свои-4» (16+)
01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)
01.30 Сериал «След» (16+)
02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
03.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
04.05 Известия (16+)
04.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)
05.10 Сериал «Детективы» (16+)
05.35 Сериал «Детективы» (16+)

пятница, 3 сентября

1

05.00 Доброе утро
07.00 Выборы-2021
08.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.00 Мужское/Женское (16+)
17.00 Время покажет (16+)
18.00 Вечерние новости
108.40 Человек и закон (16+)
19.45 Поле чудес (16+)
21.00 Время
21.30 Голос 60+. Новый сезон(12+)
23.25 Вечерний Ургант (16+)
00.20 Фильм «Довлатов» (16+)
02.35 Наедине со всеми (16+)
03.15 Модный приговор (6+)
04.05 Давай поженимся! (16+)
04.40 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

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
09.25 Выборы-2021
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.35 Судьба человека (12+)
12.45 60 минут (12+)
14.00 Вести
14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+)
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (6+)
18.45 60 минут (12+)
20.00 Вести
21.20 Сериал «Перекати-поле» (6+)
00. Фильм «Небо измеряется милями» (12+)

НТВ

05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+)
07.30 Утро. Самое лучшее (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Сериал «Морские дьяволы. Рубежи Родины» (16+)
11.00 Сегодня
11.25 Сериал «Морские дьяволы. Рубежи Родины» (16+)
14.00 Сегодня
14.25 Чрезвычайное происшествие
15.00 Место встречи (16+)
17.00 Сегодня
17.25 ДНК (16+)
18.30 Жди меня (12+)
19.30 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
20.00 Сегодня
20.40 Сериал «Шеф. Игра на повышение» (16+)
22.15 Сериал «Пёс» (16+)
00.40 Своя правда
02.35 Фильм «Одиночка» (16+)
04.30 Сериал «Адвокат» (16+)

АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Красота по-японски (16+)
08.50 Мои острова (16+)
08.51 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.00 Наш день (16+)
09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.37 Сахалин в цифрах (16+)
09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Наш день (16+)
10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Наш день (16+)
11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.37 Мои острова (16+)
11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Наш день. Коротко (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Наш день. Коротко (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Наш день. Коротко (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Наш день (16+)
15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Наш день. Коротко (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.37 Это Сахалин, детка (16+)
16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Наш день. Коротко (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Наш день. Коротко (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Наш день. Коротко (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.37 Это Сахалин, детка (16+)
19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Наш день (16+)
20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Наш день (16+)
21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.37 Сахалин в цифрах (16+)
21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Наш день (16+)
22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Наш день (16+)
23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

АСТВ 12 ТВК

07.00 Наш день (16+)
07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Наш день (16+)
08.30 Японские каникулы. Красота по-японски (16+)
15.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
22.00 Наш день (16+)

ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК

08.00 Наш день (16+)
20.00 Наш день (16+)
21.00 Наш день (16+)

Солнце ТВ

07.00 Сахалинская неделя (16+)
13.00 Сахалинская неделя (16+)
20.00 Сахалинская неделя (16+)
20.30 Спортивная неделя (0+)

РОССИЯ 24

09.00 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
18.00-18.30 Выборы-2021
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

ЗВЕЗДА

06.00 Фильм «Мы из джаза» (0+)
08.10 Фильм «Дело Румянцева» (0+)
09.00 Новости дня
09.15 Фильм «Дело Румянцева» (0+)
10.00 Дневник АрМИ - 2021
10.20 Фильм «Дело Румянцева» (0+)
11.20 Открытый эфир (12+)
13.00 Новости дня
13.25 Сериал «Охота на асфальте» (16+)
18.00 Новости дня
18.25 Сериал «Охота на асфальте» (16+)
21.15 Новости дня
21.40 Сериал «Охота на асфальте» (16+)
22.10 Десять фотографий. Владимир Молчанов (6+)
23.00 Дневник АрМИ - 2021
23.15 Танковый биатлон-2021. Эстафета. Финал. Второй дивизион
01.15 Фильм «Где 042?» (12+)
02.30 Фильм «Мы из джаза» (0+)
03.55 Фильм «В небе «Ночные ведьмы» (6+)
05.15 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)

Д

07.30 6 кадров (16+)
07.35 Реальная мистика (16+)
08.30 По делам несовершеннолетних (16+)
10.10 Давай разведемся! (16+)
11.15 Тест на отцовство (16+)
13.25 Понять. Простить (16+)
14.30 Порча (16+)
15.00 Знахарка (16+)
15.35 Фильм «Ни слова о любви» (16+)
20.00 Сериал «Как долго я тебя ждала» (16+)
00.20 Про здоровье (16+)
00.35 Фильм «Нулевой цикл» (16+)
02.35 Реальная мистика (16+)
03.30 Порча (16+)
03.55 Понять. Простить (16+)
04.45 Тест на отцовство (16+)
06.25 По делам несовершеннолетних (16+)
07.15 6 кадров (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
06.15 Моя история. Дмитрий Бертман (12+)
06.40 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
07.30 Сахалин. Транспортные линии (16+)
07.40 НЭП (16+)
07.50 Черта (16+)
08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
08.30 Сахалин. Транспортные линии (16+)
08.40 НЭП (16+)
08.50 Черта (16+)
09.15 Среда обитания (12+)
09.40 Фильм «Весна» (0+)
11.30 Домашние животные (12+)
12.00 ОТРажение (12+)
13.45 Календарь (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.00 Домашние животные (12+)
15.30 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
16.00 Легенды Крыма (12+)
16.30 Моя история. Дмитрий Бертман (12+)
17.00 «Золотая серия России». Док. фильм (12+)
17.15 Сериал «День рождения Буржуя-2» (16+)
18.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
18.30 Квадратные метры (16+)
18.40 Free talk (16+)
19.00 Календарь (12+)
20.00 Новости
20.05 ОТРажение
21.00 Новости
21.10 ОТРажение
23.00 Новости
23.10 Имею право! (12+)
23.40 Фильм «Дом» (16+)
01.50 За дело! (12+)
02.30 Потомки (12+)
03.00 Новости
03.15 ОТРажение
05.05 «Лебеди и тени Петипа». Док. фильм (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Известия (16+)
06.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
07.10 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
08.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
09.00 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
10.00 Известия (16+)
10.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
11.20 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
12.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
13.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.00 Известия (16+)
14.25 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
14.55 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
15.50 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
16.45 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
17.45 Сериал «Глухарь. Возвращение» (16+)
18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)
20.35 Сериал «След» (16+)
21.30 Сериал «След» (16+)
22.20 Сериал «След» (16+)
23.05 Сериал «След» (16+)
23.55 Сериал «След» (16+)
00.45 Светская хроника (16+)
01.45 Сериал «Последний мент» (16+)
02.50 Сериал «Последний мент» (16+)
03.35 Сериал «Последний мент» (16+)
04.10 Сериал «Последний мент» (16+)
04.45 Сериал «Последний мент» (16+)
05.25 Сериал «Последний мент» (16+)

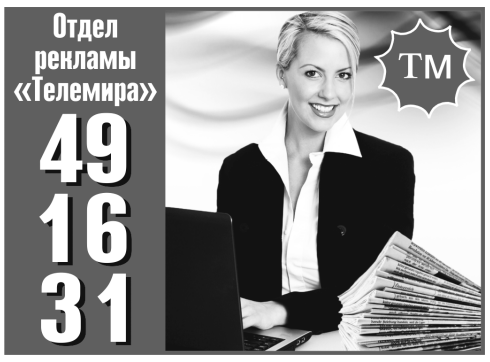
суббота, 4 сентября

1

06.00 Доброе утро. Суббота
09.45 Слово пастыря (0+)
10.00 Новости
10.15 На дачу! (6+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.00 Новости
12.10 Видели видео? (6+)
13.50 К 80-летию писателя. «Написано Сергеем Довлатовым» (16+)
14.40 Эдуард Хиль. «Через годы, через расстояния...» (12+)
15.40 Лайма Вайкуле. «Еще не вечер...» (16+)
17.55 Кто хочет стать миллионером? (12+)
19.30 Музыкальный фестиваль «Голосящий КиВиН-2021» (16+)
21.00 Время
21.20 Музыкальный фестиваль «Голосящий КиВиН-2021» (16+)
22.45 Юбилейный концерт Владимира Кузьмина (12+)
00.50 Сергей Гармаш. «Какой из меня Ромео!» (12+)
01.40 Наедине со всеми (16+)
02.45 Футбол. Отборочный матч чемпионата мира, 2022 г. Сборная России - сборная Кипра. Прямой эфир

РОССИЯ 1

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
11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (6+)
12.20 Доктор Мясников (12+)
13.25 Сериал «Миленький ты мой» (12+)
18.00 Привет, Андрей! (12+)
20.00 Вести
21.00 Фильм «Кузница счастья» (12+)
01.00 Фильм «Благими намерениями» (12+)



НТВ

06.00 Фильм «#Все_исправить!?!» (12+)
07.40 Кто в доме хозяин? (12+)
08.20 Смотр (0+)
09.00 Сегодня
09.20 Готовим (0+)
09.45 Поедем, поедим! (0+)
10.25 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+)
17.00 Сегодня
17.20 Следствие вели... (16+)
19.00 Фактор страха (12+)
20.00 Центральное телевидение
21.20 Ты не поверишь! (16+)
22.20 Секрет на миллион (16+)
00.25 Международная пилорама (16+)
01.15 Квартирник НТВ у Маргулиса. 40 лет Ленинградскому рок-клубу (16+)
02.55 Фильм «Рок» (0+)
04.15 Сериал «Адвокат» (16+)

АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Репортаж (16+)
07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Репортаж (16+)
08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.37 Мои острова (16+)
08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.00 Репортаж (16+)
09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.25 Держи краба (16+)
09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Репортаж (16+)
10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Репортаж (16+)
11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.25 Держи краба (16+)
11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Репортаж (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Репортаж (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Репортаж (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Репортаж (16+)
15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Репортаж (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.25 Держи краба (16+)
16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Репортаж (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Репортаж (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Репортаж (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.25 Держи краба (16+)
19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Репортаж (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Репортаж (16+)
21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.25 Держи краба (16+)
21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Репортаж (16+)
22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Репортаж (16+)
23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

Солнце ТВ

12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)
20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)

РОССИЯ 24

16.00 Интервью

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06

ЗВЕЗДА

05.25 Фильм «Я шагаю по Москве» (0+)
06.50 Фильм «Марья-искусница» (0+)
08.00 Новости дня
08.20 Фильм «Марья-искусница» (0+)
008.40 Морской бой (6+)
09.45 Круиз-контроль (6+)
10.15 Легенды музыки (6+)
10.45 Улика из прошлого (16+)
11.35 Загадки века (12+)
12.30 Не факт! (6+)
13.00 Новости дня
13.20 СССР. Знак качества (12+)
14.05 Легенды кино (6+)
14.55 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)
15.25 «Битва оружейников». Док. сериал (12+)
16.20 Фильм «Где 042?» (12+)
18.00 Новости дня
18.15 Задело!
18.30 Фильм «Экипаж машины боевой» (0+)
19.55 Фильм «Дело Румянцева» (0+)
22.00 Танковый биатлон-2021. Эстафета. Финал. Первый дивизион
00.05 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)
00.35 Сериал «Не хлебом единым» (12+)
03.00 Церемония награждения и закрытия Международных Армейских игр-2021

Д

07.30 6 кадров (16+)
07.45 Знахарка (16+)
08.15 Фильм «Золушка.ru» (16+)
10.30 Фильм «Не могу сказать «прощай» (16+)
12.25 Сериал «Любимые дети» (16+)
20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+)
22.50 Скажи, подруга (16+)
23.05 Фильм «Жена с того света» (16+)
03.15 Сериал «Любимые дети» (16+)
06.10 Восточные жёны в России (16+)
07.00 6 кадров (16+)
07.15 Фильм «Девушка средних лет» (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 Большая страна (12+)
06.55 Культурный обмен (12+)
07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
07.30 Квадратные метры (16+)
07.40 Free talk (16+)
08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)
08.30 Квадратные метры (16+)
08.40 Free talk (16+)
09.40 Потомки (12+)
10.10 За дело! (12+)
10.50 Мультфильм «Фильм, фильм, фильм» (0+)
11.10 Фильм «Год телёнка» (12+)
12.30 Фильм «Дом» (16+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.05 Календарь (12+)
16.05 Большая страна (12+)
17.00 Выступление Красноярского государственного академического ансамбля танца Сибири имени М.С. Годенко (12+)
18.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
18.30 Евромакс. Окно в Европу
19.00 Вспомнить всё (12+)
19.25 Фильм «Шарада» (16+)
21.00 Новости
21.05 Фильм «Шарада» (16+)
21.20 Фильм «Ва-банк» (12+)
23.00 Новости
23.05 Фильм «Ва-банк 2, или Ответный удар» (12+)
00.30 Фильм «Край» (16+)
02.30 Потомки (12+)
03.00 Новости
03.05 Фильм «Цирк сгорел, и клоуны разбежались» (12+)
04.50 Книжные аллеи. Адреса и строки (6+)
05.20 Спецпроект ОТР ко Дню шахтёра. Подземные короли (12+)

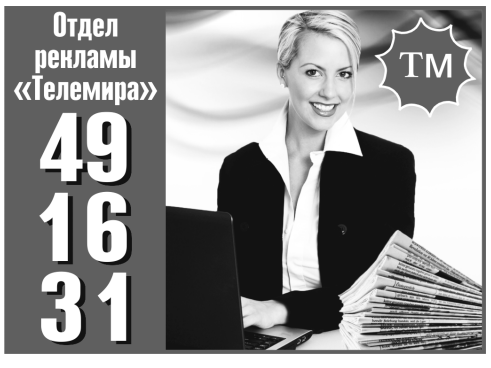
5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Сериал «Последний мент» (16+)
06.35 Сериал «Последний мент» (16+)
07.15 Сериал «Последний мент» (16+)
07.55 Сериал «Последний мент» (16+)
08.35 Сериал «Последний мент» (16+)
09.20 Сериал «Последний мент» (16+)
10.00 Светская хроника (16+)
11.05 Сериал «Свои-3» (16+)
11.55 Сериал «Свои-3» (16+)
12.45 Сериал «Свои-3» (16+)
13.35 Сериал «Свои-3» (16+)
14.25 Сериал «Великолепная пятерка» (16+)
15.15 Сериал «Великолепная пятерка» (16+)
16.00 Сериал «Великолепная пятерка» (16+)
16.55 Сериал «Великолепная пятерка» (16+)
17.50 Сериал «Великолепная пятерка» (16+)
18.40 Сериал «След» (16+)
19.25 Сериал «След» (16+)
20.15 Сериал «След» (16+)
21.05 Сериал «След» (16+)
21.55 Сериал «След» (16+)
22.40 Сериал «След» (16+)
23.25 Сериал «След» (16+)
00.15 Сериал «След» (16+)
01.00 Известия. Главное (16+)
01.55 Сериал «Такая работа» (16+)
02.45 Сериал «Такая работа» (16+)
03.25 Сериал «Такая работа» (16+)
04.05 Сериал «Такая работа» (16+)
04.45 Сериал «Такая работа» (16+)
05.20 Сериал «Такая работа» (16+)

воскресенье, 5 сентября

1

05.00 Сериал «Катя и Блэк» (16+)
06.00 Новости
06.10 Сериал «Катя и Блэк»(16+)
07.00 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.45 Часовой (12+)
08.15 Здоровье (16+)
09.20 Непутевые заметки (12+)
10.00 Новости
10.15 Жизнь других (12+)
11.15 Видели видео? (6+)
12.00 Новости
12.15 Видели видео? (6+)
13.55 К 95-летию Евгения Леонова. «Я король, дорогие мои!» (12+)
14.50 Фильм «Осенний марафон» (12+)
16.40 «Честное слово». Александр Новиков (12+)
17.30 Три аккорда (16+)
19.25 Лучше всех! (0+)
21.00 Время
22.00 Вызов. Первые в космосе (12+)
23.00 Фильм «Прокси-ма»(16+)
01.05 К 95-летию Евгения Леонова. «Я король, дорогие мои!» (12+)
01.55 Наедине со всеми (16+)
02.40 Модный приговор (6+)
03.30 Давай поженимся! (16+)



РОССИЯ 1

04.25 Фильм «Осенний лист» (6+)
06.00 Фильм «Во имя любви» (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели
08.35 Устами младенца
09.20 Когда все дома
10.10 Сто к одному
11.00 Большая переделка
12.00 Парад юмора (6+)
13.25 Сериал «Миленький ты мой» (12+)
18.00 Фильм «Всё решают небеса» (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)
01.30 Фильм «Осенний лист» (6+)
03.15 Фильм «Во имя любви» (12+)

НТВ

05.45 Фильм «Одиночка» (16+)
07.35 Центральное телевидение (16+)
09.00 Сегодня
09.20 У нас выигрывают (12+)
11.00 Сегодня
11.20 Первая передача (16+)
12.00 Чудо техники (12+)
12.50 Дачный ответ (0+)
14.00 НашПотребНадзор (16+)
15.00 Основано на реальных событиях (16+)
17.00 Сегодня
17.10 Основано на реальных событиях (16+)
19.00 Следствие вели… (16+)
20.00 Итоги недели
21.10 Ты супер! (6+)
23.50 Звезды сошлись (16+)
01.25 Фильм «Как встретить праздник не по-детски» (16+)
03.15 Сериал «Адвокат» (16+)

АСТВ

07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 108.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды
07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп
07.00 Репортаж (16+)
07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
07.37 Это Сахалин, детка (16+)
07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.00 Репортаж (16+)
08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
08.37 Мои острова (16+)
08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.00 Репортаж (16+)
09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
09.25 Держи краба (16+)
09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.00 Репортаж (16+)
10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
10.37 Это Сахалин, детка (16+)
10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.00 Репортаж (16+)
11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
11.25 Держи краба (16+)
11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.00 Репортаж (16+)
12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
12.37 Сахалин в цифрах (16+)
12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.00 Репортаж (16+)
13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
13.37 Это Сахалин, детка (16+)
13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.00 Репортаж (16+)
14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
14.37 Мои острова (16+)
14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.00 Репортаж (16+)
15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
15.37 Сахалин в цифрах (16+)
15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.00 Репортаж (16+)
16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
16.25 Держи краба (16+)
16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.00 Репортаж (16+)
17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
17.37 Мои острова (16+)
17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.00 Репортаж (16+)
18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
18.37 Сахалин в цифрах (16+)
18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.00 Репортаж (16+)
19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
19.25 Держи краба (16+)
19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Специальный Репортаж (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.37 Мои острова (16+)
20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Репортаж (16+)
21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.25 Держи краба (16+)
21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.00 Репортаж (16+)
22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
22.37 Это Сахалин, детка (16+)
22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.00 Репортаж (16+)
23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
23.37 Мои острова (16+)
23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

Солнце ТВ

12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)
20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)

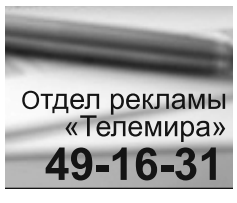
АСТВ 12 ТВК

20.00 Специальный репортаж АСТВ (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

РОССИЯ 24

16.00 Вести. Сахалин – Курилы. События недели
16.30 Спецрепортаж

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».



ЗВЕЗДА

06.05 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)
06.20 Легенды госбезопасности (16+)
07.15 Фильм «Проект «Альфа» (12+)
09.00 Новости недели
09.25 Служу России (12+)
09.55 Военная приемка (6+)
10.45 Скрытые угрозы (12+)
11.30 Секретные материалы (12+)
12.20 Код доступа (12+)
13.15 Специальный репортаж (12+)
13.35 Легенды госбезопасности (16+)
14.20 Сериал «На рубеже. Ответный удар» (16+)
18.00 Главное
19.25 Легенды советского сыска (16+)
22.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)
23.00 Фетисов (12+)
23.45 Фильм «Экипаж машины боевой» (0+)
01.10 Фильм «Шел четвертый год войны...» (12+)
02.35 Фильм «Марья-искусница» (0+)
03.50 Фильм «Небесный тихоход» (0+)
05.05 «Аджимушкай. Подземная крепость». Док. фильм (12+)

Д

07.30 Фильм «Девушка средних лет» (16+)
10.45 Фильм «Нулевой цикл» (16+)
12.40 Фильм «Жена с того света» (16+)
16.55 Пять ужинов (16+)
17.10 Сериал «Любовь Мерьем» (16+)
20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+)
22.55 Про здоровье (16+)
23.10 Фильм «Судьба по имени Любовь» (16+)
03.10 Сериал «Любимые дети» (16+)
06.10 Восточные жёны в России (16+)
07.00 Домашняя кухня (16+)
07.25 6 кадров (16+)

ОТВ-САХАЛИН

06.00 Большая страна (12+)
06.55 За дело! (12+)
07.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
07.30 Евромакс. Окно в Европу
08.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
08.30 Евромакс. Окно в Европу
09.40 Потомки (12+)
10.10 Гамбургский счёт (12+)
10.40 Спецпроект ОТР ко Дню шахтёра. Подземные короли (12+)
11.25 Фильм «Ва-банк» (12+)
13.05 Фильм «Ва-банк 2, или Ответный удар» (12+)
14.40 Среда обитания (12+)
15.05 Календарь (12+)
16.05 Большая страна (12+)
17.00 Выступление Кубанского казачьего хора в Кремлёвском дворце (6+)
18.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)
18.30 Евромакс. Окно в Европу
19.00 Моя история (12+)
19.25 Фильм «Край» (16+)
21.00 Новости
21.05 Фильм «Край» (16+)
21.35 Фильм «Дневник его жены» (12+)
23.00 Новости
23.05 Фильм «Дневник его жены» (12+)
23.20 Фильм «Цирк сгорел, и клоуны разбежались» (12+)
01.10 Фильм «Ва-банк» (12+)
02.50 Фильм «Ва-банк 2, или Ответный удар» (12+)
03.00 Новости
03.05 Фильм «Ва-банк 2, или Ответный удар» (12+)
04.20 За дело! (12+)
05.05 Календарь (12+)

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00 Сериал «Лучшие враги» (16+)
06.40 Сериал «Лучшие враги» (16+)
07.25 Сериал «Лучшие враги» (16+)
08.05 Сериал «Лучшие враги» (16+)
09.00 Сериал «Лучшие враги» (16+)
09.50 Сериал «Чужое» (12+)
10.40 Сериал «Чужое» (12+)
11.30 Сериал «Чужое» (12+)
12.25 Сериал «Чужое» (12+)
13.20 Сериал «Обмен» (16+)
14.20 Сериал «Обмен» (16+)
15.10 Сериал «Обмен» (16+)
16.05 Сериал «Обмен» (16+)
17.05 Сериал «Условный мент» (16+)
17.55 Сериал «Условный мент» (16+)
18.45 Сериал «Условный мент» (16+)
19.40 Сериал «Условный мент» (16+)
20.30 Сериал «Условный мент» (16+)
21.25 Сериал «Условный мент» (16+)
22.15 Сериал «Условный мент» (16+)
23.05 Сериал «Условный мент» (16+)
00.00 Сериал «Условный мент» (16+)
00.55 Сериал «Условный мент» (16+)
01.40 Сериал «Условный мент» (16+)
02.30 Сериал «Условный мент» (16+)
03.20 Сериал «Чужое» (12+)
03.55 Сериал «Чужое» (12+)
04.35 Сериал «Чужое» (12+)
05.20 Сериал «Чужое» (12+)

Польза и вред

Помидор (томат) – травянистое растение рода пасленовых, выращивается как овощная культура. Его родина - Южная Америка, где и по сей день встречаются дикие сорта. Название «помидор» происходит от словосочетания «pomo d'oro», что в переводе с итальянского означает «золотое яблоко».

[FOODANDHEALTH.**RU**]

Долгое время (до XVII столетия) томаты считались несъедобными, поэтому европейские садоводы культивировали их исключительно как экзотическое декоративное растение. Овощной культурой томат признан только в XVIII веке благодаря учёному А. Т. Болотову, который сумел добиться полной спелости плодов при помощи метода дозаривания и рассадного способа.

В нынешнее время помидоры считаются одной из наиболее востребованных культур в мире, широко используемой в пищевой промышленности. По содержанию витамина С томаты делят лавры первенства с черной смородиной и цитрусовыми. Они стимулируют работу почек, выводят шлаки, токсины, ускоряют обменные процессы, снимают отеки, избавляют от запоров, вздутия живота, борются с малокровием, гастритами с пониженной кислотностью, общим недомоганием, повышенным уровнем холестерина.

Химический состав

Помидоры не содержат крахмала и холестерина, жира в них фактически нет, как и сахара, пищевых волокон. Традиционно самым водянистым овощем считается огурец, при этом томат ничем ему не уступает (в 100 г продукта сосредоточено 95,28 г воды), поэтому рекомендован к употреблению в диетах для сбрасывания веса.

В состав помидоров входит антиоксидант (ликопин), предотвращающий мутации ДНК, рост раковых клеток. В организме человека он усваивается с жирами растительного происхождения (маслом).

Энергетическая ценность, на 100 г продукта:

- томаты желтые, сырые - 15 ккал;
- томаты оранжевые, сырые - 16 ккал;
- томаты красные, сырые - 18 ккал;
- томаты «черри», сырые - 27 ккал.

В плодах найдены антоцианы, абсцизная кислота, стерины, тритерпеновые сапонины, в листьях - эфирное масло и гликоалкалоиды (томатин, томатидин).

Характерный аромат помидорам придают альдегиды (фурфурол, бензальдегид) и летучие спирты (изовалериановый, изобутиловый), а окрас – фенолы, антоцианы, антоксантины, ликопин и каротин.

Полезные свойства

Свежий томатный сок и пюре из мякоти прописываются детям, взрослым и женщинам в период вынашивания малыша. Это лучший природный источник минеральных соединений, витаминов, пищевых волокон. Интересно, что древние индийские племена употребляли овощ для усиления мужской потенции.

Помидор - домашний врачеватель, используемый для лечения нервных расстройств, депрессии, гастрита с пониженной кислотностью, заболеваний глаз, кожных покровов, верхних дыхательных путей, ран, ожогов, простуды, ОРВИ. А также для профилактики атеросклероза, авитаминоза, усиления либидо.

Овощ оказывает мочегонные, желчегонные, противовоспалительные, антиоксидантные свойства.

«Сила» томатов:

- снижают артериальное давление, предотвращают образование тромбов, приводят в норму кислотно-щелочное равновесие;
- предотвращают рост и распад онкологических клеток;
- улучшают обмен веществ, хорошо утоляют жажду;
- нормализуют работу сердца, нервной системы, пищеварение;
- поднимают настроение, поддерживают иммунитет, придают сил организму;
- нейтрализуют токсины, накапливаемые в кишечнике, способствуют выведению холестерина;
- улучшают усвоение информации, предотвращают болезни глаз;
- способствуют похудению. Соли калия снижают способность тканей организма удерживать воду. В результате килограммы уходят вместе с лишней жидкостью.

Особенно полезны томаты для курильщиков. Биологически активные вещества, входящие в их состав, расщепляют и выводят из легких никотиновые токсины, смолы. Кроме того, они нормализуют вкусовые качества, избавляют зубы от табачного налета.

При отсутствии противопоказаний помидор можно включать в ежедневный рацион до пяти штук.

Благодаря богатому витаминно-минеральному составу рекомендуется время от времени проводить разгрузочные дни на томатах.

Запреты врачей

Помидор - широко распространенный продукт по всему миру, который употребляют как в сыром виде, так и обработанном (соленом, маринованном, вяленом, жареном, запеченном). На основе овоща готовят соусы, кетчупы, пасту, супы, начинки для пирогов и пиццы. Однако на столько ли безвреден данный продукт? Рассмотрим подробно этот вопрос.

Помидоры предоставляют скрытую опасность для здоровья людей в следующих случаях.

1. При индивидуальной непереносимости. Яркие плоды, как и цитрусовые, шоколад, являются сильнейшими аллергенами, они способны вызвать крапивницу, чихание, кашель, отеки, насморк и резь в глазах.

2. При желчекаменной болезни. Входящие в состав томатов органические кислоты активизируют работу желудка, поджелудочной железы, участвуют в процессе пищеварения, усиливают моторику кишечника, оказывают сильный желчегонный эффект, что может привести к сдвигу камней в желчном пузыре и грозит только ухудшением состояния здоровья больного.

3. При панкреатите. Помидоры провоцируют воспаление поджелудочной железы. Наибольшую опасность для здоровья больного предоставляют недозрелые, зеленые плоды.

4. При заболевании почек. Щавелевая кислота нарушает водно-солевой обмен, что обостряет проблемы с мочеполовой системой. Кроме того, консервированные томаты способствуют росту камней в почках (при наличии такой предрасположенности).

5. При болезнях желудочно-кишечного тракта. Гастрит и язва желудка, особенно в фазе обострения - прямые противопоказания к употреблению помидоров.

6. При заболеваниях суставов. Щавелевая кислота, сосредоточенная в плодах, вызывает сильные боли в подвижном соединении концов костей, поэтому продукт исключают из дневного меню пациента.

7. При гипертонии. Людям с нарушениями работы сердца следует исключить маринованные, соленые и консервированные помидоры из привычного рациона.

Не рекомендуется совмещать прием помидоров с яйцами, рыбой, хлебом или мясом. Минимальный перерыв между употреблением овоща и данных продуктов питания составляет два часа. Кроме того, пищу нельзя запивать томатным соком. Во избежание разбавления желудочного сока и ухудшения переваривания еды его употребляют за 30 минут до трапезы или в перерывах между едой.

Классификация помидоров

«Максимум пользы - минимум калорий» - так диетологи характеризуют травянистое растение пасленовых. Невысокая энергетическая ценность томатов обеспечивает возможность включения продукта в рацион людей, страдающих от ожирения. В отличие от сородичей по семейству, которые накапливают токсические алкалоиды в мякоти, помидоры содержат их в меньшем количестве (в пять раз).

Виды томатов по форме:

- мясистые. Это самый вкусный вид, отличительной особенностью которого выступают крупные размеры овоща. Используется для приготовления салатов;
- круглые. Характерная черта - правильная форма, придающая продукту красивый товарный вид. Применяются в кулинарии для фаршировании и приготовления блюд, подчеркивающих идеальные очертания овоща;
- помидоры-сливки. Имеют средние размеры, вытянутую форму, обладают изысканным вкусом. Повара используют продукт для приготовления соусов, приправ и консервации;
- помидоры черри. Это маленькие томаты, размером с орех, которые добавляют в салаты и закуски целиком для подчеркивания изысканности блюда. В отличие от больших собратьев содержание сухих веществ в них в два раза выше. Таким образом, при употреблении одного и того же количества обычных томатов и черри во втором случае организм человека получит в 2 раза больше антиоксидантов, сахаров, витаминов.

Помидоры-сливки ценятся ниже, чем круглые представители пасленовых. При этом лавры первенства принадлежат маленьким черри и мясистым сортам, обладающим привлекательным внешним видом (первые) и необычно сладким вкусом (вторые).

По срокам созревания:

- ультраскороспелые (80-85 дней). Как правило, к данному виду принадлежат супердетерминантные томаты. Мякоть плодов не сладкая из-за того, что культура растет при коротком световом дне (сорта Жаворонок F1, Оля F, Вишневый поток F1, Санька, Детская сладость);
- раннеспелые (90-95 дней). В данную группу входят среднерослые детерминантные сорта и невысокие штамбовые томаты (сорта Леопольд F1, Примадонна F1, Вождь краснокожих, Царь-колокол);
- среднеранние (100-103 дня). Выращивают под временным пленочным укрытием, в теплице или в открытом грунте, располагая грядки на южной стороне участка (сорта: Верлиока плюс F1, Московский деликатес, Благовест F1, Гигант Подмосковья);
- среднеспелые (100-115 дней). Для вызревания урожая плодам требуется больше солнечного света, чем томатам ранних сортов (сорта Сибирское чудо, Ухажер, Буденовка, Кенигсберг, Французский гроздевой, Кострома F1);
- позднеспелые (120-130 дней). Лучший вариант для выращивания томатов - теплица. В противном случае при культивировании растения в открытом грунте ранние заморозки могут привести к потере урожая (популярные сорта Де Барао, Титан, Бычье сердце, Финиш, Финик, Владимир F1).

По предназначению томаты выделяют для свежего потребления (с тонкой кожицей, мясистой, сочной, сладкой мякотью), для переработки (имеют плотную структуру, мясистые с минимальным количеством семян), для консервирования (с твердой шкуркой, правильной формы), универсальные сорта (обладают всеми перечисленными достоинствами).

Традиционный окрас помидоров – красный. Гораздо реже встречаются фиолетовые, зеленые, оранжевые, желтые, черные, белые и розовые томаты. Характерный окрас плодам придают следующие пигменты: ликопин, аскорбиновая кислота, альфа- и бета-каротин, фенолы, антоцианы, антоксантины.

Лучшие сорта помидоров **по вкусовым характеристикам** – это «Чудо Земли», «Дина»,

помидоров

«Аппетитный», «Сахар коричневый», «Бычье сердце» и «Бычий лоб».

Индетерминантные или детерминантные

Томат – травянистое растение, которое по своей природе может на протяжении всей жизни расти как лиана. Дикорастущие представители оплетают доступные зоны на своей родине (в Америке), стелясь по земле. В настоящее время путем селекции выведены культурные формы с ограниченным ростом и высокой скороспелостью плодов.

Виды помидоров по мере роста:

1. Индетерминантные (неограниченного роста). Томаты данного сорта по-другому называются лиановидные, плетистые. Их культивируют в открытом, закрытом грунте. Растение непрерывно растет за счет образования боковых побегов, которые выдвигаются из пазухи листа. Высокорослые сорта сеют в литровые тетрапакеты, а детерминантные в широкие торфяные горшки.

Лиановидные помидоры обычно нескороспелые, поэтому их заглубляют в почву раньше остальных. Данный сорт непрерывно плодоносит после закладки первой кисти по пять месяцев в году.

2. Кустовые. Отличительная особенность вида – ограниченный рост. Стебель растения вершкуется, прекращая вытягиваться вверх после закладки трех соцветий между которыми сосредоточены 1-2 листка. Это скороплодные сорта, которые культивируют для скорого получения урожая.

3. Супердетерминантные – карликовые растения. Представляют собой разветвленный куст с соцветиями на верхушке. На основном стебле образуется не больше трех кистей. При этом вегетативный рост растения затормаживается на длительное время.

Плоды супердетов самые скороспелые, за 20 дней вызревает до 90 % всего урожая.

4. Детерминантные имеют среднюю силу роста, который прекращается после формирования пяти кистей. В отличие от предыдущего вида скорость развития побегов выражена более сильно. Детерминантные сорта созревают на семь дней позже, чем супердетерминантные, а период отдачи урожая считается более растянутым. Поэтому их выгодно сажать в теплицах, так рациональнее используется площадь.

Разновидностью детерминантных сортов являются штамбовые томаты, имеющие крепкий стебель, невысокий «рост». Они не требуют подвязывания растения.

5. Полудетерминантные – высокие томаты. Растение обладает неограниченным ростом и вершкуется после образования 10 соцветий. Это позднеспелые сорта крупных размеров.

Сегодня наибольшей популярностью пользуются детерминантные сорта помидоров. К положительным особенностям которых относят раннеспелость, высокую урожайность (за счет закладки завязей из-за меньшего числа листьев), одновременную отдачу плодов сразу из нескольких кистей. Среди минусов данного вида можно выделить предрасположенность к болезням, меньшую общую урожайность за счет ограниченного роста кистей, необходимость внесения минеральных удобрений в повышенном количестве и удаления пасынков (во избежание перегрузки культуры завязями).

Критерии выбора и хранение

В связи с широким ассортиментом сортов и гибридов помидоров, представленных в продаже, можно запутаться в их разнообразии и получить вместо высокого урожая кусты с гниющими плодами, опущенными под тяжестью собственных ветвей. Перед покупкой семян определите цель культивирования томатов: для употребления в свежем виде, транспортировки в отдаленные регионы, переработки и хранения.

Критерии выбора семян:

- урожайность;
- районированность;
- вкусовые качества;
- болезнеустойчивость.

Большинство садоводов отдают предпочтение выращивать овощ в теплицах. Особенно актуально это для местности с коротким и холодным летом (северных регионов). Для полноценного роста, развития растения ширина теплицы не должна быть меньше двух метров, а длина – четырех метров. При этом расстояние между грядками превышать 0,4 м. А ее ширина 0,8 м. Считается, что в условиях теплицы лучше одновременно выращивать высокорослые и низкорослые сорта. При грамотном сочетании урожай можно получать в течение семи месяцев в году.

Способы выбора помидоров:

1. Оценить размер плода. Избегайте овощей большого размера, вероятнее всего, в процессе их выращивания применялись химические удобрения. Исключения составляют сорта с крупными плодами, весом до 0,5 кг – «Розовый гигант», «Биф», «Бычье сердце». В других случаях предпочтение рекомендуется отдать томатам среднего размера.

2. Осмотреть оболочку плода. Она должна быть однородного цвета, блестящая ровная, без пятен, порезов и вмятин. Помните, в местах повреждений могут скапливаться грязь, пыль, вредоносные микроорганизмы, которые при попадании в организм нарушают естественную микрофлору кишечника и процесс пищеварения.

3. Осмотреть срез томата. Если внутренние камеры заполнены, а на его поверхности выступил сок, значит, помидор свежий.

4. Понюхать. Зеленые томаты почти не пахнут, а плоды, источающие вкусный аромат, считаются зрелыми.

5. Осмотреть область плодоножки. Она должна быть такого же цвета, как и вся поверхность томата. Прозелень, уплотнения желтого цвета свидетельствуют о том, что плоды сорваны в недозревшем состоянии. В результате такой продукт лишен всех полезных свойств.

6. Проверить упругость. Свежие томаты не твердые и не мягкие на ощупь. В первом случае плоды считаются недозрелыми, во втором – давно сорванными.

Жесткие прожилки от плодоножки по окружности помидора, светло-зеленый цвет мякоти указывают на использование химических удобрений в процессе выращивания овоща и обилие нитратов в их составе. Откажитесь от покупки такого продукта.

Самыми полезными считаются грунтовые томаты, содержащие максимум полезных нутриентов.

Помидоры хранят в темном месте при температуре 20-25 градусов максимум 3 дня. Иначе они перезреют, станут мягкими и начнут подгнивать. Овощи, помещенные в холодильник, теряют свой аромат. Однако их срок годности увеличивается до одной недели. Незрелые томаты хранят в бумажном пакете вместе с яблоками.

Для увеличения срока годности большой партии томатов овощи складируют в ящики и коробки плодоножками вверх, перекладывая каждый ряд опилками, соломой или мешковиной. Идеальной температурой хранения продукта считается 10 градусов выше нуля. В случае понижения показателя плоды могут заболеть и покрыться плесенью, повышения – перезреть и испортиться. Кроме того, следует обеспечить хорошую циркуляцию воздуха в комнате. Лучше всего сохраняются плоды компактных размеров с плотной кожурой.

Применение в народной медицине

Томат – хороший диуретик, устраняющий заболевания мочевого пузыря и почек, он улучшает функционирование сердца, уменьшает вероятность развития инфаркта и инсульта, предотвращает атеросклероз. Питательная ценность плодов определяется содержанием ликопина, витаминов В, С, К, РР.

Интересно, что в 100 г помидоров содержится в 2-3 раза больше железа, чем в рыбе, курином мясе и молоке. При этом людям с заболеваниями ЖКТ, сопровождающимися гиперсекрецией соляной кислоты, следует отказаться от употребления томатов, поскольку кислота, входящая в их состав, оказывает разъедающее действие на слизистые оболочки органов пищеварения. Данную особенность помидоров применяют в хозяйстве для очистки сантехники.

Домашние рецепты для поддержания здоровья:

- для улучшения обмена веществ. Ингредиенты: свежие помидоры (1 кг), антоновские яблоки (300 г), чеснок (зубчики с 2 головок), хрен (100 г). Все компоненты перетереть. Принимать по 30 мл кашицы натощак;
- против анемии. Красные томаты – источник аскорбиновой кислоты и ликопина. Данные соединения улучшают усвоение железа, которое участвует в кроветворении. Для борьбы с анемией рекомендуется ежедневно принимать по 150 мл свежевыжатого сока из помидоров за 10 минут до трапезы;
- для лечения заболеваний дыхательных путей, устранения кашля. Ингредиенты: чеснок (50 г), корень хрена (100 г), свежие томаты (1 кг). Все компоненты измельчить до однообразного состояния при помощи блендера. Способ употребления: 15 мл 3 раза в сутки за 20 минут до приема пищи;
- против варикоза. Для устранения болевых ощущений и синюшных пятен дольки свежего помидора прикладывают к вздутым венам в качестве компресса. Овощ фиксируют бинтом, повязку оставляют на 3 часа. По истечении указанного времени ноги ополаскивают прохладной водой. Процедуру проводить ежедневно до получения стойкого результата;
- против гнойных ран и нарывов. Мякоть помидоров ускоряет заживление ран. Кроме того, плодам приписывают антисептическое действие. Согласно клиническим исследованиям, установлено, что фитонциды, содержащиеся в томатах, угнетают рост гноеродных бактерий. Мякоть плодов перетирают в однородную кашицу и прикладывают к ране, язве, нарывающему месту на 15 минут, затем снимают дистиллированной водой.

Американские ученые пришли к заключению, что самый эффективный природный способ защиты от рака – ежедневно употреблять салат из свежих томатов и брокколи. В составе продуктов обнаружены вещества, угнетающие рост и препятствующие распаду злокачественных клеток.

Польза для кожи

Маска из помидоров улучшает цвет лица, смягчает дерму, придает ей упругость и свежесть, устраняет жирный блеск. Полезные свойства плодов зависят от степени их зрелости. Для косметических процедур рекомендуется использовать спелые красные, розовые или желтые помидоры. Они содержат максимум витаминов. Фитонциды, содержащиеся в мякоти томатов, борются с воспалениями, вызванными высыпаниями и аллергическими реакциями. А цинк препятствует старению кожи, увеличивая способность эпидермиса к регенерации.

Рецепты масок:

1. Для нормальной кожи (питательная). Ингредиенты: мякоть одного помидора, куриный желток, мука. Смешать до получения однородной густой массы. Маску нанести на лицо на 10 минут, смыть.

Другой рецепт приготовления питательной маски: перетертую помидорную массу (из 1 плода) смешать с виноградным морсом (30 мл), теплой кипяченой водой (15 мл), медом (15 мл). Маску оставить на коже на 10 минут, остатки удалить салфеткой, лицо протереть тоником.

2. Для сухой кожи (увлажняющая). Ингредиенты: творог 20 % (15 г), помидор (0,5 шт), цельное коровье молоко (30 мл), оливковое масло (5 мл). Компоненты хорошо растереть, средство нанести на кожу на четверть часа, умыться.

3. Для жирной кожи (стягивающая поры). Ингредиенты: помидор (1 шт), сок лимона (5 мл), мука (15 г). Составляющие компоненты маски перемешать, нанести на лицо, смыть водой.

4. Скраб (для очищения дермы от ороговевших частиц). Ингредиенты: кислое молоко (15 мл), «помидорная каша» (из 1 плода), оливковое масло (4 капли), молотые овсяные хлопья (15 г). Компоненты скраба тщательно перемешать, нанести на кожу, тщательно помассировать ее, смыть водой.

Кроме того, на основе томатного сока готовят освежающий лосьон из дистиллированной воды (70 мл), квасцов (2 г), выжимки помидоров (30 мл), глицерина (5 мл) для уменьшения потливости кожи. Тоник рекомендуется наносить на очищенную кожу лица в летнее время.

На острове задержана группа наркоторговцев

Сотрудниками Управления по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Сахалинской области совместно с коллегами из Камчатского и Приморского краев, Республики Удмуртия и Московской области пресечена деятельность группы лиц, подозреваемых в сбыте наркотиков на территории Сахалина и иных субъектов России.

Фото 65.мвд.рф

Предварительно установлено, что злоумышленники организовали в теневом сегменте сети Интернет продажу наркотических средств и разделили между собой обязанности. В группу входили кураторы, перевозчики, закладчики и сбытчики. Общение между ними велось через мессенджер с использованием методов шифрования данных.

В апреле текущего года один из участников группы должен был перевезти около двух килограммов мефедрона из Ижевска в Южно-Сахалинск. Наркотики он спрятал в фильтры для очистки воды. По прилете в аэропорт Южно-Сахалинска мужчина был задержан сотрудниками полиции, а запрещенные вещества изъяты. Кроме того, около 500 граммов наркотиков подозреваемый оставил в Ижевске, а также организовал тайники во Владивостоке.

Оперативники выяснили, что еще два соучастника противоправной деятельности планировали забрать изъятый мефедрон из закладок в лесу около села Новотроицкого Анивского городского округа Сахалинской области. В их обязанности входило получение крупных партий наркотиков, их расфасовка и перезакладка. Фигуранты были застигнуты сотрудниками полиции, когда выходили из лесополосы, где были оборудованы тайники. При задержании подозреваемые оказали активное сопротивление. Один из них ударил оперативника, а после произвел в его сторону выстрел из охолощенного пистолета. Благодаря профессионализму полицейских злоумышленники были обездвижены и задержаны.

В автомобиле фигурантов было обнаружено несколько сотен свертков с наркотическими средствами. В салоне и багажнике иномарки находились десятки пакетов и металлический кейс с готовыми к сбыту порошкообразными и кристаллообразными веществами.

Впоследствии сотрудники полиции задержали еще четырех участников группы. Следователями возбуждены уголовные дела по признакам преступлений, предусмотренных статьей 228.1 УК РФ. В отношении всех подозреваемых избрана мера пресечения в виде заключения под стражу.

В общей сложности из незаконного оборота изъято свыше 10 килограммов синтетических наркотиков, розничная стоимость которых по ценам черного рынка превышает 60 миллионов рублей.

- По факту нападения на сотрудника полиции при исполнении служебных обязанностей следственными органами проводится проверка, по результатам которой будет принято процессуальное решение, - сообщила официальный представитель МВД России Ирина Волк.

Знакомство с последствиями

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску доказана причастность 21-летней жительницы областного центра к совершению кражи дорогостоящего гаджета. Ущерб составил более 50 тысяч рублей.

Следователи выяснили, что обвиняемая находилась в одном из досуговых заведений Южно-Сахалинска, расположенном по улице Ленина. Там она познакомилась с мужчиной. Во время диалога девушка обратила внимание на его мобильный телефон. Дождавшись удобного момента, она похитила его и спрятала в одежду, после чего под благовидным предлогом вызвала такси и уехала домой. Краденым аппаратом она планировала распорядиться по своему усмотрению, но была задержана сотрудниками полиции. Похищенное было изъято и возвращено законному владельцу.

Уголовное дело направлено в суд.

Охинец украл «запаску»

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Охинский» завершено расследование уголовного дела в отношении 36-летнего, ранее неоднократно судимого местного жителя, обвиняемого в краже ценного имущества.

Следователи установили, что фигурант, находясь в темное время суток в районе улицы Советской, обратил внимание на припаркованный автомобиль. Мужчину заинтересовало запасное колесо иномарки, которое было установлено на багажнике машины. Убедившись, что за его действиями никто не наблюдает, он силой вырвал запаску и поспешил скрыться. Ущерб составил 15 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

За пьяную езду курильчанин пойдет под суд

Дознанием ОМВД России по Курильскому городскому округу завершено расследование уголовного дела по обвинению 27-летнего жителя села Китового в повторном управлении автомобилем в состоянии опьянения.

Установлено, что в июне фигурант, находясь у своего знакомого в квартире, расположенной в доме по улице Пограничной в селе Китовом, употреблял совместно с ним спиртные напитки. Затем знакомый попросил обвиняемого отвезти его по личным делам, на что он согласился, хотя знал, что не имеет права управления транспортными средствами и находится в состоянии алкогольного опьянения. Игнорируя эти факторы, мужчины прошли к дому фигуранта, возле которого была припаркована его иномарка без государственных регистрационных знаков. Курильчанин сел на водительское сиденье и, запустив мотор, стал с пассажиром передвигаться по улицам села. Тем самым совершил преступление против безопасности движения и эксплуатации транспорта.

Он надеялся, что проедет незамеченным и не встретит сотрудников ГИБДД. Так, доехав до нужного дома, водитель припарковал автомобиль. Спустя некоторое время, они решили поехать обратно, к дому обвиняемого. Проехав совсем немного, мужчина увидел, что за ними следует экипаж полиции с включёнными проблесковыми маячками и требует остановки.

В ходе проверки документов инспектор установил, что гражданин управляет транспортным средством без водительских прав, а также находится в состоянии опьянения.

Уголовное дело рассмотрено Курильским районным судом.

Юный островитянин «заминировал» парк

19 августа в отдел МВД России по Корсаковскому городскому округу поступило сообщение от дирекции местного парка отдыха о том, что на официальный сайт учреждения поступило сообщение о том, что в парке заложено взрывное устройство.

Наружными службами незамедлительно было организовано обследование парковой территории, прилегающей к ней лесополосы, а также жилого дома, в котором располагается офис учреждения. В результате проведенных мероприятий взрывные устройства не обнаружены.

Параллельно сотрудниками корсаковской полиции в тесном взаимодействии с коллегами из УМВД России по Сахалинской области и сотрудниками отдела УФСБ России в городе Корсакове устанавливалась личность гражданина, отправившего данное сообщение. Правоохранители оперативно выяснили, что к данному деянию причастен местный житель 2006 года рождения. Несовершеннолетний использовал выдуманное имя. Однако данная хитрость не помогла ему остаться неизвестным, и в течение нескольких часов его личность была установлена.

По данному факту возбуждено уголовное дело за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, совершенное в отношении объектов социальной инфраструктуры. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде. Ведется следствие.

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
www.АРТГРАНИТ.РФ
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
Реклама

«САХМИНЕРАЛ»
Нам 22 года
ПАМЯТНИКИ
ПЛИТКА ♦ ОГРАДКИ
Памятники для участников ВОВ
ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ от 10 000 руб.
ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ:
♦Художественные работы
♦Установка ♦БЕСПЛАТНОЕ ХРАНЕНИЕ
КОВАНЫЕ 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

Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31

Отдел рекламы «Телемира» 49 16 31
ТМ

Отдел информации «Телемира» 49-16-06

Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Запеканка из курицы и картошки

Ингредиенты: куриное филе - 500 г, картофель - 1 кг, сыр твердый - 200 г, лук репчатый - 150 г, майонез - 50 г, сметана - 300 г, соль, перец, приправа для курицы - по вкусу, растительное масло - 1-2 ст. л.

Приготовление: куриное филе помыть, обсушить и нарезать на небольшие кусочки, сложить в миску, посолить, поперчить, добавить майонез. Хорошо перемешать и поставить в холодильник на 20 минут.

Тем временем почистить и помыть лук. Нарезать полукольцами.

Картофель очистить, помыть и нарезать тонкими кружочками.

Твердый сыр натереть на крупной терке.

Форму смазать растительным маслом. Выложить первый слой - лук. На лук выложить слой из половины картофеля.

Сделать сметанный соус, для этого смешать сметану, перец, соль и специи по вкусу. Хорошо все перемешать.

Картошку смазать половиной сметанного соуса. Сверху выложить половину куриного филе. Посыпать сверху половиной сыра.

Затем выложить слой из оставшегося картофеля. Смазать оставшейся сметаной. Выложить куриное филе. Сверху посыпать сыром.

Поставить форму с запеканкой из курицы на среднюю полку духовки.

Готовить запеканку с курицей в духовке, разогретой до 180°С, примерно один час до золотистого цвета.

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

625 рублей.

Куриное филе – **195 руб.**
Картофель - **65 руб.**
Сыр твердый - **150 руб.**
Лук репчатый – **35 руб.**
Сметана – **180 руб.**
Майонез, соль, перец, специи и масло - из домашних запасов.

*Продукты куплены в супермаркете **"Баловень".***

Подлежит обязательной сертификации

Грибы, тушенные с помидорами, сладким перцем и кетчупом

Ингредиенты: шампиньоны - 280 г, помидоры - 180 г, перец сладкий - 100 г, лук репчатый - 80 г, кетчуп - 40 г, горчица - 1 ч. л., масло подсолнечное - 50 мл, травы итальянские сухие (смесь) - 0,5 ч. л., соль и перец чёрный молотый - по вкусу.

Приготовление: лук очистите и нарежьте кубиками. В сковороде разогрейте подсолнечное масло и на среднем огне обжарьте лук до прозрачности, около 1-2 минут. Со шляпок шампиньонов снимите кожицу, с ножек счистите загрязнения. Грибы не мойте. Нарежьте шампиньоны тонкими пластинками и переложите в сковороду к луку.

На сильном огне обжарьте грибы, пока они не пустят сок, 2-3 минуты. Затем продолжайте обжаривание, пока грибной сок не выпарится. На это понадобится ещё 4-5 минут.

Сладкий перец промойте, удалите внутренние перегородки с семенами. Мякоть перца нарежьте соломкой, добавьте к грибам с луком.

Обжарьте всё вместе на сильном огне 1 минуту.

Помидор необходимо очистить от кожицы, нарежьте кусочками среднего размера, переложите в сковороду.

Продолжайте обжаривать содержимое сковороды на сильном огне, пока кусочки помидора как следует на размягчатся, около 4 минут. Затем в сковороду добавьте кетчуп, горчицу, соль, чёрный молотый перец и смесь сухих итальянских трав. Перемешайте.

Накройте сковороду крышкой и тушите грибы с овощами 4 минуты на маленьком огне.

Грибы с помидорами и сладким перцем готовы.

Яблочный трайфл

Ингредиенты: яблоки кислые - 1 кг, масло сливочное - 100 г, сливки жирные (35%) - 300 мл, сухари панировочные - 120 г, сахар - 0,75 стакана, вода - 0,75 стакана, ванилин - по вкусу.

Приготовление: яблоки очистить от сердцевины и кожуры, порезать небольшими кубиками.

Добавить к яблокам 4 ст. л. сахара и воду с ванилином.

Готовить яблоки на слабом огне до мягкости, примерно 20 минут. При необходимости добавить воды, чтобы яблоки не горели, но ее не должно быть очень много.

Взбить блендером яблоки, чтобы остались небольшие кусочки, и полностью остудить.

На сковороде растопить сливочное масло.

Добавить в сковороду с маслом оставшийся сахар с сухарями, перемешать и обжарить, постоянно помешивая, до образования золотистого цвета. Сразу пересыпать в отдельную тарелку. Важно не передержать на огне - сухари быстро горят!

Сливки взбить до устойчивых пиков.

Собрать десерт, чередуя слои: яблоки, сухари, сливки.

Сверху сливки посыпать немного сухарями для красоты.

Подавать яблочный трайфл можно сразу, если хотите, чтобы сухари были хрустящими. Либо подержать десерт в холодильнике, чтобы он напитался.

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, 213б, «Телемир», или на электронную почту telemir@astv.ru.

АСТВ РАДИО

БУДНИ
07.00-11.00 Обла-бла-стное шоу
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
07.15, 08.15, 09.15,10.15 Гороскоп
07.30, 17.10 ИнтерШум
07.50 «Фейк-ньюз», игра
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости
08.35, 14.35 На старте
08.45, 14.50, 18.50 Информационный выпуск о транспортной обстановке
09.30 Афиша
10.30 «О Май Гаджет», техноновости
10.50 «РакаМакаФо», игра
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор
12.10 «Белый стол», игра (с 26 августа)
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (пн-ср)
12.44, 14.44, 15.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (чт, пт)
Золотой хит
13.00-14.00 Открытая студия
16.40 (пт) МЭТР
16.50 (ср) «Крупным планом», программа о кино
20.00-21.00 Шоу «Приём»
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов

В ВЫХОДНЫЕ ДНИ
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 «Раскадровка», игра
12.44, 14.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (сб)
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (вс)
Золотой хит
13.00 – 14.00, 20.00 – 21.00 Шоу «Прием»

«ТЕЛЕМИР», №34 (1202), 25.08.2021. УЧРЕДИТЕЛЬ - ООО ТК АСТВ. ИЗДАТЕЛЬ - ООО «ТЕЛЕМИР+». ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР ИЛЬИН А.В. **ТИРАЖ - 20 000 ЭКЗ. ЗАКАЗ № 840.** Адрес редакции и издателя: **г. Южно-Сахалинск, ул. Комсомольская, 213 Б.** Распространяется бесплатно в торговых точках и организациях г. Южно-Сахалинска. Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №**15-0103** от **06.12.2000 г.** Выдано ДВ окружным межрегиональным территориальным управлением МПТР. Печать - ОАО «Сахалинская областная типография», 693020 г. Южно-Сахалинск, ул. Дзержинского,34. Подписано в печать: 22.12.2020, по графику - в **13.00**, фактически - в **13.00. КОНТАКТЫ: Отдел рекламы: 49-16-31. Отдел информации: 49-16-06.**

- Дедушка, ты когда-нибудь учился на удаленке?

- Конечно, внучек: от нашей деревни до школы было пешком 5 км.

* * *

- Я познакомился со своей женой очень необычным способом: я ехал на мотоцикле, сбил её, отвёз в больницу, навещал её там, а когда она выздоровела, мы поженились.

- Н-да... Если бы люди знали, какие последствия влекут за собой ДТП, они ездили бы осторожнее.

* * *

Методом проб ты научишься ошибаться, методом ошибок - пробовать!

* * *

Найти смыл жизни не сложно, сложно примириться с такой находкой.

* * *

- Вы выдаете зарплату?

- Нет, просто показываю.

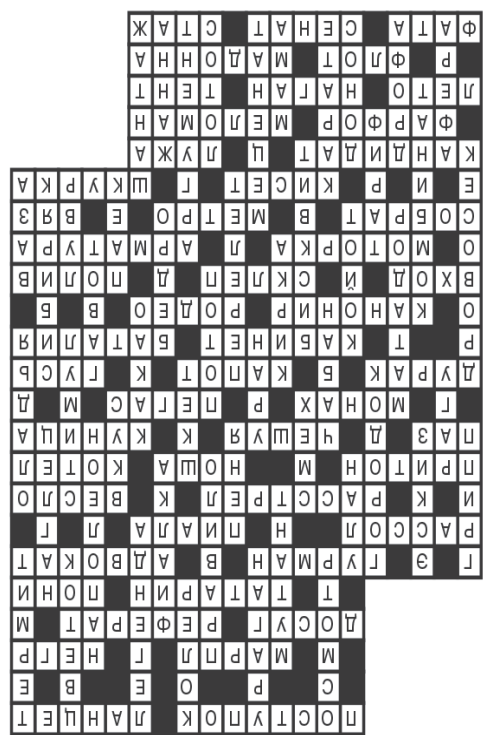
* * *

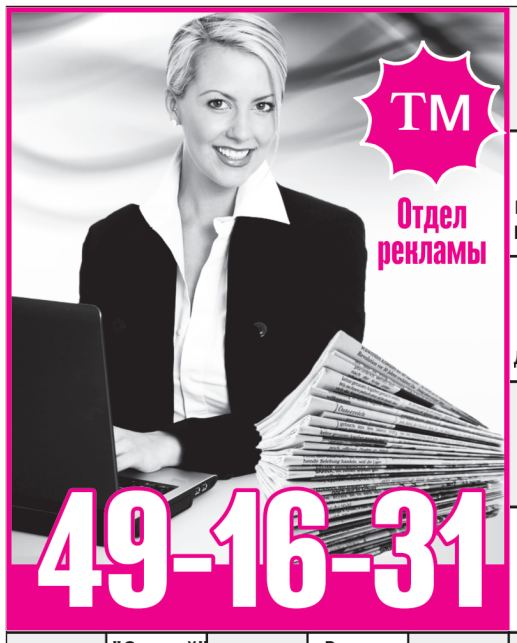
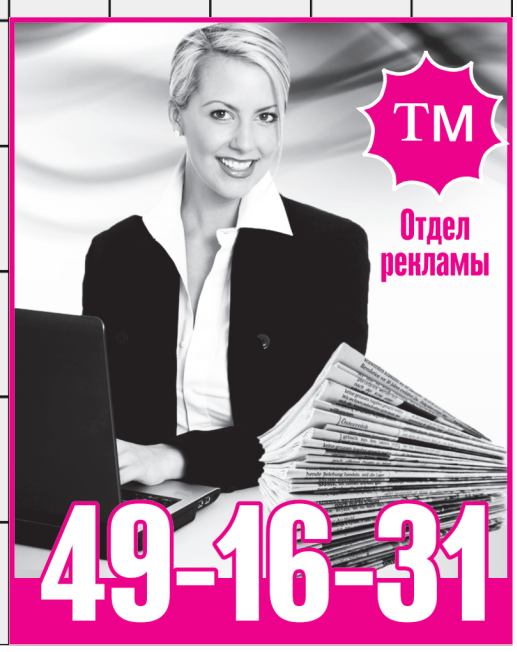
- Пошли за деньгами.

- К тебе домой?

- Нет, к тебе...

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16





Нож дореволюционного хирурга
Отпор тихони известному задире
Разглядывание места преступления
Жуткая зверушка из генной лаборатории
Ветер, приносящий бедствия
"Догма" из учебника русского языка
Синий краситель водоэмульсионки
Фильм "... № 17" про хоккеиста Харламова
Нарцисс на клумбе
Псих в треуголке
Африканский древоточец из огромной колонии
Подходящее время для хобби
Дотошная старушка Агаты Кристи
"... Монмартра" Имре Кальмана
"Смуглый" дядя Тома у Бичер-Стоу
Развернутый доклад по теме семинара
Ученик, нахамивший учителю
Студенческий кампус
Коренной житель Казани
Коняшка для маленьких всадников
"Свиной" вирус
"Нектар" от похмелья
Рисунок модельера
Ценитель деликатесов
Штраф за просрочку оплаты
Высокооплачиваемый наемник подсудимого
Собутыльник драгуна и гусара
Взрыв эмоций после отличного анекдота
Безрукая чашка с прохладным шербетом
"Дефицит" у дамочки, разодетой, как попугай
Похвала мужа, ускорившая похудение жены
Сладкий "драник" с молоком и мукой
"Хата" воров и путан
"Тушенка" для вегана
Высшая мера для изменников Родине
Озорной дворовый паренек
Гребной снаряд гипсовой девушки
Горец, стерегущий стадо овец
Планета со спутниками Офелия и Дездемона
Оттягивающий руки груз
Газовая "печь"
Бобы для шоколадки
"Палач" в испанском шоу с быком
Зеркальный "прикид" карпа
Водное бедствие, пережитое Ноем
"Глава" семейства росомахи и хорька
Крепежная щель
Ржавеющий друг Элли
Буддийский отшельник из Шаолиня
Ручной инструмент горняка
Конь в обществе муз
Вояж птиц на юг
"Народный хоровод" на балу Людовика XV
Здоровяк из Томска или Красноярска
Луговой волк в прериях Северной Америки
Домашний пеньюар
Пышный корж в торте
"Окорочок" над коленом
Гогочущий обитатель птичьего двора
Притворное амплуа королевского шута
Банно-прачечное учреждение
"Апартаменты" директора в школе
Сцена боя, увековеченная художником
Служивый при пушке
"КПП" при кинозале
Турнир со скачками на быке
Консервы с сухарями в вещмешке
Музей Парижа со стеклянной пирамидой
"Амфора" с "утопающими" в воде розами
Стоимость билета в зависимости от расстояния
Родовая гробница на венском кладбище
Веский довод, приведенный оппонентом
Дождевая "процедура" для растений
Лодка, у которой есть двигатель
Олигарх, покровительствующий искусству
Стальной каркас конструкции
Японское боевое искусство Чака Норриса
"Провалившаяся сквозь землю" ж/д
Ультиматум с компроматом за пазухой
Дерево в названии к/ф про Фредди Крюгера
"Родич" по оружию
Задумка прохиндея
Степная птица, родственная журавлю
Махорочная "котомочка"
Сигнал стукача
Священная "кувшинка" в водах Ганга
Шлифовальный "мех"
Орлеанская дева
Мексиканский т/с "Моя вторая ..."
Мокрый "подарок" от глупого щенка
... в мастера спорта
Чайная керамика
Ценитель абсолютно разных муз. стилей
Оружие Мурки Климовой
Брезентовый "полог" на прицепе легковушки
Сезон грядок и комаров
"Чадра" для невесты
"Водоплавающая" армия страны
Поп-королева в жизни Шона Пенна и Гая Ричи
Верхняя палата Конгресса американцев
Полвекаут станка "в багаже" ветерана труда