

№31
(1199)
4 августа
2021
среда

Телемир

TM

16+

Твоя любимая газета

ХОТИТЕ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ОЧКОВ?



САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР
МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ В ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ

БЫСТРО — БЕЗБОЛЕЗНЕННО — БЕЗОПАСНО

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ПРЕДЛАГАЕТ:

- САМЫЙ БЫСТРЫЙ высокоточный эксимерный лазер ALLERGRETTO WaveLight EX500 последнего поколения, позволяющий работать в наиболее широком рефракционном диапазоне (близорукость, дальнозоркость, астигматизм);
- КОРОТКИЙ восстановительный период;
- ДИАГНОСТИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ на современном офтальмологическом оборудовании;
- МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ, имеющий многолетний опыт работы в диагностике и лечении глазных заболеваний

НАШ АДРЕС: г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 279А
СПРАВКИ и запись по телефону 290-440

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257
выдана 20.03.2019 Министерством здравоохранения Сахалинской области

Имеется противопоказание,
необходима консультация специалиста

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. здравоохран. 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 АВТОСТО-
ЯНКУ И АВТОМОЙЩИКИ
В Г. ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ.
ТЕЛ. 48-88-40, 8-914-768-45-33,
31-21-55.

«Женское начало — это мягкая энергия» 7



В онлайн-кинотеатре KION 7 июля вышел сериал «Фемида видит» — комедийный детектив о сотруднице «Главка», которая с легкостью находит преступников, но продолжает тешить себя мыслью, что когда-то станет настоящей актрисой. Главную роль в этом интригующем конфликте между Фемидой и Мельпоменой сыграла Анна Котова-Дерябина. Портал kino-teatr.ru поговорил с актрисой.

- Вы с Ильей Куликовым работали чуть ли не на всех последних его проектах. Главная роль в «Фемида видит» писалась под вас?

- По сути, да. Идея этого сериала возникла после того, как на канале НТВ прошел проект «Проклятие спящих», где я сыграла одну из ролей. Продюсерам понравилась моя работа, и они спросили Илью, может быть, еще что-то придумать, снять для этой актрисы. Так Илья и затеял проект «Фемида видит».

Вред
и польза
грецких
орехов

Подробности на стр. 12 и 13

"Мега Транс Сервис"
Транспортно-экспедиционная компания
г. Южно-Сахалинск

ОТПРАВКА ДОМАШНИХ ВЕЩЕЙ во все города . от 1 кг России

БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО

ул. Пуркаева, 65
Т.: 8 (4242) 39-00-94, 39-00-98, 39-00-91

ООО «ООО «Чистяковъ», ОГРН 1166501052761, г. Южно-Сахалинск, ул. Тихая, 104

- СТИРКА ОДЕЖДЫ, ДИВАННЫХ ЧЕХЛОВ, ПЛЕДОВ
- ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ

СТИРКА КОВРОВ Чистяковъ

CLEANING COMPANY (от 2 дней)

47-03-47 30-30-43

Приедем, заберем, постираем, привезем!

БАБУШКИН КОМОД

НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ! НЕДОРОГАЯ

ВЫСОКОКАЧЕСТВЕННАЯ

В БОЛЬШОМ АССОРТИМЕНТЕ

МЕБЕЛЬ

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

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

Скидки от 10 до 50% на модели мебели прошлых сезонов!
*Скидки до 31.08.2021 г. *Организатор РПТ Союз Кэт Хен.
Подробности по тел. 77-06-06 (доб. 111)

Стоматологическая клиника ООО «Стоматолог»

- ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ
- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ НА ИМПЛАНТАХ
- МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКИЕ КОРОНКИ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ
- ВКЛАДКИ КЕРАМИЧЕСКИЕ
- ЦЕЛЬНЫЕ ДИОКСИД-ЦИРКОНИЕВЫЕ КОРОНКИ (БЕЗ СКОЛА КЕРАМИКИ)
- ВРЕМЕННЫЕ ДОЛГОСРОЧНЫЕ КОРОНКИ (КОМПОЗИТНЫЕ)
- БЮГЕЛЬНЫЕ ПРОТЕЗЫ
- ЛЯГКИЕ ПРОТЕЗЫ
- ЦЕЛЬНОЛИТНЫЕ 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-65-01-000424 ОТ 21.02.2014 ВЫДАНА МИНИСТЕРСТВОМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

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

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках



Телефоны:
40-80-80
40-80-40



СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»

Полный комплекс услуг по доступным ценам

АКЦИЯ! Установка южнокорейского импланта по системе Апу Опе + 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»

Детский невролог-остеопат
Бобровникова Тамара Валентиновна 72-00-30, 735-999
 Лечение последствий родовых травм, различных неврологических нарушений (тонусные нарушения, гипертонусность и т.д.).
 Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»
 Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сас. обл. деп. здравоохран.

Детский мануальный терапевт-остеопат
Соколова Елена Анатольевна 72-00-30, 735-999
 Лечение последствий родовых травм, различных нарушений осанки (сколиоз, сутулость и т.д.).
 Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»
 Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сас. обл. деп. здравоохран.

Программа АНТИТАБАК 72-00-30, 735-999
 Помощь в избавлении от никотиновой зависимости методом иглтерапии.
 Гарантийная поддержка один месяц.
 Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»
 Лиц. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сас. обл. деп. здравоохран.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Лиц. NO 8502 № 000155 от 25.11.2011 г., выд. Деп. здрав. Сас. 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.
 Лиц. Деп. здравоохран. г. Южно-Сахалинска.
 Лиц. на осуществление лицензируемого вида деятельности от 28.04.2021 г. №6957.
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

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 Купе
 от дизайн-проекта до монтажа
СКИДКИ от 5 до 10%* **Рассрочка платежа**
 * До 31.08.2021 г. Подробности по тел. 5-000-88
 Организатор - магазин «Стиль-купе» (ИП Пя Ю. Д.)
 г. Южно-Сахалинск, ул. Железнодорожная, 27 (ТЦ «Караван»), 3-й этаж, тел. 5-000-88

В ТЦ «Океан» СДАЮТСЯ В АРЕНДУ ПОМЕЩЕНИЯ
 Ул. Ленина, 131
Т. 72-19-88

В ТЦ «Панорама» сдаются в аренду
 торговые помещения от 10 кв. м и торговые павильоны
488-424

Подлежит обязательной сертификации
Мегаполис
ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР «МЕГАПОЛИС»
 ■ СУПЕРМАРКЕТ ■ РЕСТОРАН
 ■ БУТИКИ ■ КАФЕТЕРИЙ
 Удобно Вам, приятно Вашим близким!
 693000, г. Южно-Сахалинск, ул. Есенина, 13. Тел. 75-14-00
 megapolistc@yandex.ru www.megapolistc.ru

Отдел информации «Телемира»
49-16-06

Снос продолжается



В Южно-Сахалинске продолжается снос расселенных домов. Многоквартирный жилой дом, расположенный по пр. Победы, 26А, полностью расселен, накануне подрядная организация начала его снос.

Напомним, решить вопрос жильцов переселенного многоквартирного дома во время своего визита в Южно-Сахалинск поручил заместитель председателя правительства РФ – полномочный представитель президента в Дальневосточном

федеральном округе Юрий Трутнев. В результате конструктивного диалога мэра Сергея Надсадина и застройщика «ЛИГО-дизайн трейдинг», который обязан в рамках договора о развитии застроенной территории предоставить собственникам жилье взамен аварийного, достигнуто принципиальное решение: компания обязалась предоставить жителям квартиры в новостройках. Это будут равнозначные по площади квартиры с ремонтом под ключ. Как сообщили в управлении жилищной

политики, на сегодняшний день с двумя собственниками уже заключены договоры долевого участия в строительстве жилого дома. Горожане ознакомились с проектом и планировкой. Дома будут построены и введены в эксплуатацию до конца 2021 года. На период строительства застройщик предоставил горожанам временное жилье за свой счет. Третий собственник отказался от договора долевого участия - застройщик купил жителю квартиру на вторичном рынке в том же районе.

Дом культуры почти готов

Мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин посетил строящийся Дом культуры в Дальнем. Здание практически готово к техническому запуску, который предполагается приурочить ко Дню города Южно-Сахалинска.

По ходу инспекционной поездки о темпах строительства мэру доложил представитель подрядной организации ООО «Глобус-СК» Дмитрий Ступачук. Так, на объекте уже выполнены внутренние отделочные работы, подключено электроснабжение. Продолжается благоустройство территории: озеленение, укладка асфальта и плитки. Помимо этого, в ближайшее время будут установлены малые архитектурные формы, также ведется внешняя отделка здания. По словам подрядчика, строители работают с опережением и Дом культуры сдадут в эксплуатацию раньше, чем планировалось.

Напомним, проект строительства Дома культуры в Дальнем стал победителем инициативного бюджетирования.



- Все вопросы, которые у нас были ранее, находят свою реализацию, - рассказал Сергей Надсадин. - В частности, речь шла о самом здании, его функциональной части, водоотведении и озеленении территории. Намеченные планы выполняются, и первый технический запуск мы проведем уже в скором времени, приурочим его ко дню города. Объект долгожданный, и он, безус-

ловно, принесет определенную динамику в культурную жизнь Дальнего. Напомним, с предыдущим подрядчиком в одностороннем порядке был расторгнут муниципальный контракт в январе 2021 года из-за недоработок в проектной документации. Такое решение приняла подрядная организация. Новый контракт был заключен 8 июня.

Иностранцев приглашают на укол

Иностранцев, проживающих на территории Сахалинской области, приглашают сделать прививку от коронавирусной инфекции. Для данной категории граждан вакцинация платная, проводится по предварительной записи. Записаться на прием можно по номеру горячей линии 1-300 (доб. 10).

Перед прививкой необходимо заполнить и подписать добровольное информационное согласие, договор на оказание платных услуг (в двух экземплярах) и анкету.

Пункты вакцинации для иностранных граждан расположены по следующим адресам:
 - поликлиника № 2 - кабинет №13, с ПН. по СБ. - с 10.00 до 17.00 (пр. Мира, 85, отдельный вход за главным корпусом);
 - поликлиника № 4 - кабинет №1а, с ПН. по ПТ. - с 14.00 до 19.00, СБ., ВС. - с 9.00 до 15.00 (ул. Комсомольская, 200).

При себе иметь паспорт, СНИЛС (если имеется) и один из документов (патент на трудовую деятельность, вид на жительство, разрешение на временное пребывание).





АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



Молодых бизнесменов приглашают за грантами

В областной столице стартовал прием заявок на участие в ежегодном молодежном конкурсе Южно-Сахалинска «Я - предприниматель». Мероприятие реализуется в рамках нацпроекта «Малое и среднее предпринимательство и поддержка индивидуальной предпринимательской инициативы».

К участию приглашаются моло-

дые предприниматели в возрасте от 18 до 35 лет, относящиеся к категории субъектов малого или среднего предпринимательства, зарегистрированные и осуществляющие хозяйственную деятельность на территории городского «округа город Южно-Сахалинск» не более трех календарных лет.

Для этого необходимо до 31 августа 2021 года включительно в рабочие дни с 09.00 до 17.15 подать заявку и соответствующий пакет документов в отдел по делам молодежи, физической культуре и спорту Департамента по делам молодежи и спорту администрации города Южно-Сахалинска (ул. Невельская, д. 31, каб. 2).

Итоги конкурса будут известны в сентябре 2021 года. Победитель получит грант в форме субсидии до 300 тыс. руб. на реализацию своей бизнес-идеи и развитие деятельности.

Ознакомиться с условиями участия в конкурсе и перечнем необходимых документов можно на сайте департамента по делам молодежи и спорту администрации города Южно-Сахалинска. Справки по телефону 312-599 (доб. 5).



Ознакомиться с условиями участия в конкурсе и перечнем необходимых документов можно на сайте департамента по делам молодежи и спорту администрации города Южно-Сахалинска. Справки по телефону 312-599 (доб. 5).

График текущего ремонта дворов актуализирован

Около 10 тысяч квадратных метров дефектов асфальтового покрытия в городских дворах восстановлено за минувший месяц. Работы проведены на 190 территориях. Аналогичное направление благоустройства по поручению губернатора Валерия Лимаренко развернуто с прошлого месяца во всех муниципальных образованиях области.

Учитывая большой объем работ, срок выполнения текущего ремонта дворовых территорий продлен еще на несколько дней. Подрядные организации сейчас работают ежедневно. Благоустройство городских дворов находится на личном контроле мэра города Сергея Надсадина. Качество проведения восстановительных работ также мониторят члены общественного дорожного совета. Они не только инспектируют отработанные адреса, но и в случае необходимости проводят

повторные обследования устранения зафиксированных ими недочетов.

Полный адресный перечень размещен на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска.

В предстоящие две недели текущий ремонт планируется провести во дворах по следующим адресам:

- ул. Ленина, 489, 491, 493;
- ул. Украинская, 115, 119;
- ул. Чехова, 43А;
- ул. Поповича, 98, 108, 110;
- ул. Амурская, 96, 94;
- ул. А. Буюклы, 4, 4А;
- ул. Пушкина, 158;
- ул. Емельянова, 27, 29, 31;
- ул. Комсомольская, 191, 193;
- ул. Тихоокеанская, 7;
- ул. Поповича 14;
- ул. Горького, 18, 22;
- пер. Красносельский, 4;
- пр. Победы, 6, 8, 10, 12, 14;
- пр. Мира, 278А;
- ул. Пограничная, 61, 61А.

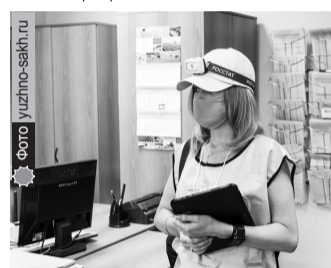
Отметим, что список может быть скорректирован с учетом погодных условий.

В Южном проходит сельскохозяйственная перепись

Стационарный участок для проведения сельскохозяйственной микропереписи организован на базе Сахалинстата, расположенного по адресу: Коммунистический проспект, 68. Микропереписью будут охвачены все категории сельхозпроизводителей городского округа - 3850 объектов.

В пункт переписи нужно будет обратиться всем тем сельскохозяйственным субъектам, кого переписчики не застанут на местах. Участок, размещенный в кабинете № 108, в течение августа будет работать по будням с 8.30 до 21.00.

Напомним, сельскохозяйственная микроперепись пройдет на территории Южно-Сахалинска и его окрестностей с 1 по 30 августа. Объекты переписи:



юридические лица, организации, крестьянско-фермерские хозяйства, индивидуальные предприниматели, личные подсобные хозяйства и объединения граждан - некоммерческие товарищества.

Отметим, все сельскохозяйственные организации, крестьянские (фермерские) хозяйства и индивидуальные предприятия обязаны самостоятельно заполнить переписные листы и представить их в Сахалинстат. Садоводческие объединения

граждан и личные подсобные хозяйства будут переписаны с участием переписчиков, но выборочно: только в селах (Березняки, Дальнее, Новая Деревня и т. д.), в городской черте - не будут переписывать.

Опросные листы будут содержать вопросы о размерах посевных площадей по группам культур, площадей, занятых плодовыми многолетними насаждениями, а также о численности поголовья сельскохозяйственных животных. Полученные Сахалинстатом сведения будут использоваться исключительно для получения сводных итогов по муниципалитету. Сельхозпроизводители смогут ответить на вопросы переписного листа через систему Web-сбора Росстата.

- Сахалинстат провел большую информационно-разъяс-

нительную работу со всеми субъектами сельского хозяйства, расположенными на территории городского округа, - рассказал начальник отдела статистики сельского хозяйства, окружающей природной среды, торговли и рыночных услуг Сахалинстата Владимир Римша. - Всех оповестили о предстоящем мероприятии. Опрос будет проводиться на новом технологическом уровне. Переписчики будут использовать планшетные компьютеры. На них будет кепка и жилет зеленого цвета с логотипом.

Учитывая, что данная микроперепись будет проходить в условиях ограничительных мер, связанных с распространением коронавирусной инфекции (COVID-19), весь привлекаемый персонал будет обеспечен средствами индивидуальной защиты.

«Забота. Защита. Уважение»

В Южно-Сахалинске более 180 человек старше 65 лет прошли накануне углубленное обследование организма. Работа ведется в рамках проекта губернатора Сахалинской области «Забота. Защита. Уважение».

Как рассказала координатор союза серебряных волонтеров по Сахалинской области Наталья Суворова, особое внимание в этом направлении уделяется маломобильным горожанам.

- Инвалиды, колясочники зачастую ограничиваются визитом медработников на дом, - подчеркнула Наталья Суворова. - Но болезнь приходит без предупреждения, и её запущенная форма способна привести к сложным патологиям. Сегодня для таких людей мы организовали выезд в КДЦ, где они смогут пройти высокотехнологичный медицинский осмотр за один день. Для них это очень важно, ведь у кого-то нет возможности самостоятельно прийти в поликлинику. Мы с ними рядом, помогаем в этих вопросах. Сегодня такой выезд пробный, и пока все проходит хорошо. В будущем планируем охватить всех горожан этой категории как в Южно-Сахалинске, так и во всей Сахалинской области.

Напомним, общественные организации инвалидов, пенсионеров для установления сотрудничества для помощи своим подопечным могут обратиться напрямую к координатору серебряных волон-

теров Наталье Суворовой (тел. +7-924-181-54-88). Маломобильные горожане, желающие пройти углубленное обследование организма, также могут напрямую обращаться по этому номеру или к серебряным волонтерам, которые закреплены в каждой поликлинике.

Так, получить направление на прохождение высокотехнологичного медосмотра горожане старше 65 лет могут в поликлинике по месту жительства у участкового терапевта либо по индивидуальному приглашению. Серебряные волонтеры формируют списки пациентов, а также при необходимости доставляют до места направления с указанием даты, времени и места, подробной информацией о процедурах, сопровождают пожилых граждан до медучреждения.

В ходе комплексного осмотра пройдут дополнительное обследование люди с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, чтобы предупредить развитие патологии, обследование почек, мочевого пузыря, скрытых онкологических заболеваний и т.д.

- Это очень важно для нас и, конечно, удобно, - говорит южносахалинка Светлана Седакова. - Обычно это занимает много времени и сил, которых уже не так много осталось. А сегодня нас сопроводили, по ка-



бинетам провезли - всё в один день сделали.

Пройти углубленное обследование организма горожане старшего возраста (65+) могут в специальных кабинетах: КДЦ - каб. 111, СОКБ - каб. 12, поликлиника № 2 - каб. 64, поликлиника № 4 - каб. 56. Пациентам предложат сдать все необходимые анализы, сделать компьютерную томографию, ЭКГ, а

также пройти другие современные диагностические исследования. На сегодняшний день состояние своего здоровья проверили более 20 500 человек.

Помимо медицинского обследования, у южносахалинцев есть возможность пройти вакцинацию от коронавирусной инфекции. Сделать прививку все желающие могут планомерно, обратившись в регистратуру любой городской поликлиники, позвонив на горячую линию 1-300 (доб. 10) или воспользоваться записью через портал «Госуслуги».

Также в Южно-Сахалинске функционируют мобильные медицинские комплексы. Привиться от ковида в них можно без предварительной записи. При себе необходимо иметь паспорт, полис ОМС, СНИЛС.

«Дары морей» знакомят с меню

В Южно-Сахалинске стартовал первый этап седьмого фестиваля «Остров-Рыба» - 2021». Вплоть до 29 августа жители и гости города могут отведать специальные фестивальные сет-меню из трех блюд в кафе и ресторанах областного центра. Рыба на гриле, салаты с морепродуктами, морские равиоли и многие другие гастрономические сюрпризы уже готовы радовать горожан.

Напомним, в гастрономическом марафоне «Дары морей» участвуют шесть точек общественного питания, пожелавших стать партнерами фестиваля «Остров-Рыба» в этом году - это кафаница «Плескавица», ресторан «ЕдаВино», кафе The Soho, ресторан «Хомура», суши-бар «Хоккайдо», Hive Bar (в марафоне с 10 августа).

Шеф-повара этих заведений уже разработали для своих гостей специальные блюда из лосося, кальмара и камбалы, приготовленные как по традиционным, так и по авторским рецептам.

- Наше поварское сообщество приготовило очень разнообразное меню, шефы составили яркие сет-меню из трех блюд, - рассказала директор департамента продовольственных ресурсов и потребительского рынка администрации Южно-Сахалинска Римма Кузенкова. - Это богатый ассортимент блюд, очень интересные соусы и выбор дополнительных продуктов. Мы уверены, что даже самые взыскательные потребители найдут в фестивальном меню что-то вкусное и необычное для себя.

Участники марафона осуществляют реализацию фестивальных блюд в формате «сет-меню», стоимость которого составляет 750 рублей. Ознакомиться со специальными блюдами от ведущих островных поваров можно в тематическом разделе, посвященном фестивалю «Остров-Рыба» на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска.

Все родители стараются воспитать в своих детях честность. Это качество входит в перечень стандартных человеческих ценностей. И каково же бывает удивление родителей, когда карапуз, едва научившись говорить, начинает врать? Взрослая логика нам немедленно рисует нерадужные перспективы: сначала маленькая ложь, потом большая, затем патологическая - что же вырастет из этого человека?

Крик о помощи

Умные и серьезные взрослые, давайте не драматизировать ситуацию! Детская ложь – это крик о помощи. Ваш ребенок нуждается в вашей поддержке. Кроме того, ложь ребенка всегда, во всех без исключения случаях, имеет позитивное намерение. Это звучит несколько странно, я понимаю, но постараюсь доказать вам это.

И начну с нас, взрослых. Скажите, а кто из нас не врет? По статистике, которую составили путем масштабного социологического исследования все те же пресловутые британские ученые, люди за среднюю жизнь обманывают друг друга не менее 88 тысяч раз! Взрослый человек, таким образом, обманывает примерно четыре раза в сутки. Это среднее значение, некоторые делают это чаще.

Мужчины более склонны к обману – они «вешают лапшу на уши» более пяти раз в день, женщины – три-четыре раза. Умалчивание истины и секреты (коих у каждого из нас вагон и маленькая тележка) – это тоже формы лжи.

Получается, что человечество безнадежно? Нет. Ложь – это защитный механизм, который помогает каждому из нас адаптироваться к социуму. Притом ложь довольно комфортна не только для тех, кто врет, но и зачастую для тех, кому сказали неправду.

Итак, если врут взрослые, чего же мы хотим от детей? Разница только в том, что взрослые умеют использовать ложь как полезный для себя инструмент. Дети в большинстве своем пользуются ею как щитом. Кроме того, ложь помогает в становлении детской психики.

Какую же неправду можно считать безобидной, а с какой придется бороться?

Виды лжи

Видный американский специалист в области психологии эмоций Пол Экман разделил вранье на несколько видов:

- ложь оправданная - мера, необходимая в каких-то обстоятельствах;
- ложь «белая» - обман во благо. Он призван разрядить напряженную ситуацию или доставить кому-то положительные эмоции;
- жульничество - ложь корыстная, для получения личной выгоды;
- хвастовство - это преувеличение собственной значимости, возможностей, социального статуса.

К этому списку американского доктора психологии я добавила бы еще фантазии. Но они свойственны малышам, безобидны по своей сути, и даже идут на пользу - развивают образное мышление.

Так какое позитивное намерение кроется во лжи? Оправданная ложь стоит где-то рядом с инстинктом самосохранения. Это защита. «Белая» ложь имеет под собой цель сделать кому-то приятное, это позитивное намерение. Позитивно и желание получить деньги, материальные ценности, любовь, уважение окружающих. Именно поэтому врут и взрослые и дети. За ложь, таким образом, глупо осуждать, ведь человек-то хотел как лучше! Но оставлять без внимания детское вранье ни в коем случае нельзя, иначе из ребенка действительно не вырастет достойный человек.

Почему так происходит?

Почему ребенок врет? К нему предъявляют завышенные требования. И чем выше планка ожиданий родителей, чем чаще и виртуознее врет ребенок, чтобы не разочаровывать своими реальными поступками идеализирующих его родителей.

У ребенка кризис доверия в отношении с близкими. Это самая частая причина детского обмана. Обычно она не бывает одиночной, а прослеживается во всех случаях, когда ребенок говорит неправду.

Ребенка воспитывают в чрезмерной строгости. И малыш постоянно врет, чтобы избежать очередного наказания за что-либо.



Почему ребенок врет?

Ребенок очень любит своих родителей. Да, как бы странно это ни звучало, именно нежная привязанность порой толкает чадо на путь неправды. Если вы допускаете высказывания, что «его шалости скоро сведут вас в гроб» или хватаетесь за сердце при виде разбитой посуды, размазанных обоев и пролитого на ковер клея, малыш быстро это запомнит и будет скрывать правду и говорить небылицы, чтобы сохранить ваше здоровье и душевное равновесие.

Узнали в этом перечне своего ребенка? Тогда вы уже на полпути к успеху в деле борьбы с неправдой. Ведь знание причин обмана помогает устранить саму проблему.

Возрастные особенности

2-4 года. В этом нежном возрасте все крохи - милые фантазеры. Дети еще только учатся создавать мысленные образы и часто выдают придуманное за действительное. Так, кроха может упоенно рассказывать вам, как видел утром летающего кота или розового слоника. Не мешайте фантазеру. Не пресекайте его небылицы на корню. Ведь именно в этом возрасте можно погубить в подрастателем человека гения.

Помогите ему реализовать фантазии. Предложите нарисовать летающего кота или розового слоника и сделайте вид, что вы верите в их существование.

4-5 лет. В этом возрасте малыши еще не способны отличать действительность от неправды. Они искренне верят в вашу ложь и уже начинают практиковаться в своей. Чаще всего это происходит с ребятами, которые столкнулись с неодолимостью или порицанием со стороны взрослых. Они врут потому, что боятся лишиться любви. К примеру, малыш на вопрос, убрал ли он игрушки, уверенно говорит, что убрал.

Несмотря на то что мишки и машинки продолжают валяться в художественном беспорядке, кроха не хочет огорчать маму, которая ждет от него помощи в уборке. Поговорите с ребенком доверительно. Установите контакт. Старайтесь вести себя доброжелательно. Обещайте не наказывать, если он скажет правду.

И самое главное – дайте понять малышу, что его любят и ценят любым. Когда он это усвоит, необходимость обманывать отпадет сама собой.

6-7 лет. В этом возрасте с ребенком происходят значительные перемены. Мальчики и девочки идут в школу, и теперь им необходимо личное пространство - место, комната, уголок, где они могут быть хозяевами. Если его нет, ребенок врет, прикрываясь этим, как щитом. Помогите чаду организовать такое пространство. Естественно, в пределах разумного.

А также объясните, что появившаяся у него самостоятельность - вовсе не вседозволенность. Скорее всего, отпрыск будет неоднократно «пробовать вас на прочность», в том числе и при помощи лжи.

8 лет. В этом возрасте очень заметно проявляется желание ребенка нравиться окружающим любой ценой. Пока для него главным остается мнение родителей, поэтому именно на маму и папу будет обращено вранье, цель которого - скрыть от близких свои промахи и неудачи. Так ученики скрывают от родственников факт получения плохой оценки.

Поговорите с ребенком, он уже в состоянии понять, что ложь – спасение временное, и все тайное становится явным. Не назначайте его виноватым, не пытайтесь выяснить отношения.

9-10 лет. Подрастающий ребенок часто начинает врать, чтобы завоевать более социаль-

но важное место среди сверстников. Он уже отлично понимает разницу между правдой и неправдой. Но как вдохновенно рассказывает небылицы! Заслушаешься!

Детям в этом возрасте свойственно выдумывать для одноклассников истории о прекрасной и престижной работе своих родителей, роскошных жилищных условиях, ребята хвастаются несуществующими «крутыми» игрушками, гаджетами и личным знакомством со звездами кино или спорта. Что делать? Да по большому счету ничего.

Вспомните себя в этом возрасте: вы наверняка делали то же самое! Просто контролируйте ситуацию, чтобы ложь вашего сына или дочери не перешла границы разумного и не навредила окружающим.

11 лет. Причина детской лжи в этом возрасте обычно кроется в запущенном кризисе доверия в семье. А также может быть следствие строгого воспитания. Снизьте планку требований, подумайте, почему ребенок вам не доверяет. Еще не поздно ситуацию исправить - самостоятельно или с поддержкой специалиста.

Если ложь не победить сейчас, дальше будет труднее, ведь подросток требует определенной доли независимости и будет пытаться получить ее любой ценой, даже неправдой. Не тяните и запишитесь всей семьей на консультацию к психологу или психотерапевту.

12 лет. Личные границы ваш подросток уже установил. Теперь он будет упорно их расширять. Если родители попытаются силой проникнуть в пространство сына или дочери, встретят грубость, агрессию и ложь.

Запомните: в свою личную жизнь ребенок в этом возрасте может вас только пригласить. Если он этого не делает, корректируйте уровень доверия в вашей семье. Ни в коем случае не вините ребенка. Он развивается в точном соответствии с законами природы. И ложь – его защитный механизм.

После 12 лет подростки обычно врут ма-стерски, и взрослым становится все труднее распознать обман. Да и причин, по которым они это делают, прибавляется.

Юные луны пытаются компенсировать нехватку внимания, защитить своих друзей, отстаивать свою позицию или большую личную тайну, стремятся к самоутверждению и примеряют на себя мантию лидера, боятся унижения, стыда, позора, скрывают проблемы в коллективе и, как



мы уже знаем, всеми силами защищают границы личного пространства от проникновения взрослых. Видите, какая нагрузка?

Как отучить врать?

С этим вопросом родители часто обращаются к воспитателям, учителям, психологам, ищут истину на просторах Интернета. При этом нередко получают «вредные» советы, которые способны лишь усугубить ситуацию. Один из таких советов - применять физическое наказание.

Детская ложь - не тот случай, чтобы дискутировать о пользе и вреде порки. Просто нужно принять, как должное, что ребенка за вранье пороть нельзя. Это будет война с «ветряными мельницами». Он и без наказания отлично знает, что поступает неправильно. Поэтому у подростков так часто развивается депрессия на фоне лжи. Они боятся двойного наказания - и за плохой поступок, и за ложь, которой замаскировали сделанную гадость. При этом они испытывают страх разоблачения. Это сильнейший стресс.

Действенных методов, чтобы отучить ребенка от вранья, несколько:

Поиск причины. С этого нужно начинать в любом случае.

Преодоление кризиса доверия. Беседа с малышом или серьезный разговор (без криков и оскорблений) - с подростком.

Отличным способом уменьшить поток вранья может стать ваше предложение заключить письменный договор. Вы обязуетесь купить ребенку что-то, о чем он давно мечтает. Он в ответ обязуется говорить правду и ничего, кроме правды. В случае выявления лжи договор аннулируется. Составленную и подписанную бумагу повесьте на видное место.

Перестаньте возводить детскую ложь в разряд огромной проблемы. Если она не носит хронического характера, не вредит окружающим, то по большому счету ничего страшного в ней нет. Вспомните, сколько раз в день лжет по статистике взрослый человек...

Советы психолога

Не стоит сразу, как только вскрылась детская ложь, начать продумывать план по эффективному наказанию негодника. Начните с себя. Проследите, как часто вы при ребенке говорите неправду, может, именно это поможет понять, в чем кроется корень проблемы.

Единого рецепта по борьбе с детским враньем не существует. Сколько детей - столько и причин для вранья. А значит, и способов для ликвидации обмана столько же.

Если врет подросток, силовые методы вообще бесполезны и могут привести к ухудшению отношений. Одна моя знакомая своего сына - «завиралу» лет с 12 «лечила» ремешком. Думаете,

перестал обманывать? Как бы ни так. К 14 годам он не только сочиняет «как дышит», но и ворует деньги у матери на личные нужды. Чтобы не допустить такой пропасти в отношениях, старайтесь доверительно общаться с подростком.

Помощь специалиста требуется, если ребенок, достигший 10-летнего возраста, врет слишком часто и по любому поводу. Это может свидетельствовать о нарушениях психологического фона, развития личности, а в некоторых случаях и о наличии неврологических и психиатрических заболеваний.

Если вашему врунишке от 3 до 5 лет, чаще обращайтесь вскрывшуюся неправду в шутку. Посмейтесь над ней вместе.

Решившись на беседу, помните, что разговаривать с ребенком о вреде вранья лучше наедине. Не устраивайте шумной сцены. Не делайте это при посторонних. Порой лучше, если поговорит с ребенком кто-то один из родителей, кому он больше доверяет. В отсутствие другого. Доходчиво расскажите, к чему может привести ложь, как неприятно общаться с вруном и какие последствия могут наступить. Не стесняйтесь, приведите примеры из личного опыта, когда ложь оборачивалась для вас крайне неудобной и неприятной ситуацией. Сделайте акцент на своих чувствах в момент разоблачения. Такие примеры из жизни есть у каждого. У меня, у вас, у первых лиц страны, у звезд с телеэкранов. Если вы утверждаете, что никогда не врал, вы врите именно сейчас.



Взрослым следует держать под контролем свои чувства и эмоции. Дети очень хорошо чувствуют, когда их ложь «попадает в цель». Не давайте лжи сломать ваши отношения.

Помните, что нет плохих и хороших детей. Все дети хорошие. И даже ложью они стараются донести до вас свое позитивное намерение. Главное - вовремя распознать, почему ребенок это делает, каким типом лжи он пользуется (умалчивает действительность, искажает ее или вообще сочиняет то, чего в реальности не было). И только тогда, семь раз глубоко вдохнув, как это делают самураи перед принятием решения, приступать к искоренению извечного человеческого недостатка - лжи.

Топ-5 великих лжецов

Люди по своей природе умеют распространять правду или откровенно лгать сквозь зубы, если это приносит им какую-то пользу. История полна примерами известных лжецов и мошенников, которые, не подумав дважды, отказались от правды, но дожили до того, чтобы увидеть последствия своего выбора. Давайте посмотрим на этих мужчин и женщин, чьи претензии на известность основаны на лжи и обмане.

1. Риелтор с изюминкой. Подумайте о том, чтобы кто-нибудь сказал вам, что Эйфелева башня выставлена на продажу. Думаешь, ты бы не попался на это? Что ж, Виктор Люстиг был так уверен в своих силах, что ему удалось

убедить не одного, а двух человек в том, что он имеет право продать культовое здание. Что еще более странно, первый человек, которого обманул Люстиг, так и не сообщил об этом. Почему нет? Он (возможно) предположил, что станет посмешищем, если донесет на мошенника.

Поскольку в первый раз он вышел безнаказанным, Люстиг решил попытаться обмануть кого-нибудь таким же образом. На этот раз потерпевший решился сообщить в полицию, поэтому Люстигу пришлось бежать в Америку.

Люстиг не просто пытался обманом заставить людей покупать Эйфелеву башню - он лгал и обманывал людей всю свою жизнь. Он выдавал себя за музыкального продюсера, ищущего инвестиции в фальшивую бродвейскую постановку, утверждал, что у него есть машина, которая копирует денежные купюры, и в конечном итоге симулировал болезнь, чтобы сбежать из центра заключения в Нью-Йорке.

2. Пирамида лжецов. Каждый (должен) знать, что надо остерегаться схем Понци, которые обещают невероятно высокую прибыль от инвестиций, но что мы знаем о Чарльзе Понци, первоначальном мошеннике, который изобрел эту схему? Понци обманул инвесторов на миллионы долларов на пике своей карьеры. Его финансовая пирамида поощряла людей вкладывать средства в компанию, чтобы получить 100%-ный доход в течение 90 дней. Это звучит слишком хорошо, чтобы быть правдой... потому что так и было.

Понци собрал достаточно денег, чтобы заплатить своим первоначальным инвесторам, что помогло ему привлечь новых. Но он ничего не инвестировал - деньги поступали только от инвесторов: по сути, «грабил Питера, чтобы заплатить Полу». Он делал все: от подделки чеков до незаконного ввоза итальянских иммигрантов без документов в США. Даже провел время в тюрьме за это.

3. Кошки-подражатели. Печально известное наследие Понци сохранилось, и с тех пор бесчисленные аферисты использовали его схему пирамиды. Самый выдающийся из них - Берни Мэддофф. Власти настигли его в 2008 году, и тогда мир наконец узнал, что он выманивал миллиарды у многих невинных инвесторов. Одними из самых известных вкладчиков Мэддоффа были Стивен Спилберг, Жа Жа Габор и Эли Визель.

4. Президент-лжец. Подумайте о президенте Никсоне, и вы автоматически подумаете об Уотергейте. Это был первый случай, когда президент США попал под подозрение в незаконной деятельности. Это также стало первым и последним разом, когда президент США ушел в отставку. Поначалу Никсон не стеснялся заявить о своей (фальшивой) невинности, когда заявил: «Я не мошенник».

Никсон и его команда восприняли идею «не спускать глаз с врага» слишком буквально. Их план состоял в том, чтобы проникнуть в штаб-квартиру Национального комитета Демократической партии в Уотергейтском комплексе, прослушивать телефоны и фотографировать любые документы кампании. К несчастью для «грабителей», охранник обнаружил, что кто-то проник в здание, и вызвал полицию. Власти задержали там пятерых мужчин, и в конечном итоге 48 человек, в основном сотрудники администрации Никсона, были обвинены.

5. (Не) Патриотический акт. Бенедикт Арнольд, один из самых уважаемых генералов США в войне за независимость, решил выступить против своей страны. Зачем? Прежде всего, Арнольд был ревнивым человеком, и ему казалось, что американцы не оказали ему должного уважения. Итак, он начал ждать своего часа, ожидая шанса...

Несколько американцев подозревали Арнольда в коррупции. Джордж Вашингтон доверился ему и поручил руководить Вест-Пойнтом. Плохая идея.

План Арнольда состоял в том, чтобы сдать форт англичанам за 20 000 фунтов стерлингов. Была только одна проблема: американцы схватили британского генерала, с которым он был в сговоре. Перед тем как его повесили, генерал раскрыл предательство Арнольда.

Арнольду все же удалось сбежать, и он перешел на сторону британцев. В результате он сражался против тех самых людей, которыми когда-то командовал, и его имя стало синонимом измены и предательства.

Мурашко положительно оценил работу островных медучреждений

Министр здравоохранения России Михаил Мурашко посетил с рабочей поездкой Сахалинскую область и проверил качество оказания медицинской помощи, ход диспансеризации, а также информатизацию отрасли.

Глава Минздрава РФ посетил областную клиническую больницу, областную детскую больницу и городскую поликлинику № 4 Южно-Сахалинска. В поездке его сопровождали заместитель председателя правительства области Владимир Ющук и региональный министр здравоохранения Владимир Кузнецов.

- Мы видим, что интенсивно и хорошо работают отделения реанимации, - отметил Михаил Мурашко. - Есть мобильные бригады, выезжающие в том числе и в районы, активно применяется санавиация. Для островного региона использование вертолетной техники - вещь крайне необходимая. Это позволяет перевозить пациентов в учреждения третьего уровня.

В Сахалинской области благодаря вылетам санитарной авиации удается перевозить даже самых тяжелых пациентов, в том числе и для оказания экстренной медицинской помощи. С 2020 года осуществляется более 300 вылетов в отдаленные населенные пункты.



В городской поликлинике была дана оценка работе амбулаторно-поликлинического отделения, где оказывается на первом этапе помощь пациентам с коронавирусом. Федеральный министр подчеркнул также важность углубленной диспансеризации. Обследование позволяет на ранних стадиях выявить опасные заболевания, назначить необходимое лечение и направить на медицинскую реабилитацию.

Глава российского минздрава также обратил внимание на развитие цифровизации.

- Переход медицинских учреждений на безбумажный документооборот, развитие цифровых сервисов для сахалинцев и курильчан, проведение телемедицинских консультаций специалистов - ключевые направления работы сахалинского правительства, - рассказал заместитель председателя правительства Сахалинской

области Владимир Ющук. - С этого года у наших пациентов появилась еще и возможность не носить с собой в поликлиники и больницы полный пакет документов. По поручению Валерия Лимаренко, чтобы упростить жителям области получение медицинских услуг, мы внедрили карту сахалинца. Она является аналогом полиса ОМС и СНИЛС. При посещении наших медучреждений достаточно только предъявить эту уникальную карту.

В целом Михаил Мурашко отметил положительные изменения в системе регионального здравоохранения. Министр поблагодарил медицинских работников за объем работы, проделанный в плане вакцинации. Высокая оценка была дана иммунизации жителей острова Итуруп. Там достигли коллективного иммунитета. На сегодняшний день в регионе привиты более 140 тысяч человек.

Анивский пляж приведут в порядок

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко посетил пляж в Аниве - излюбленное место отдыха сахалинцев и гостей региона и изучил проект по его реконструкции.

- На обустройство красивой набережной понадобится время, но создавать комфортные условия для людей нужно уже сейчас, - сказал глава региона. - В ближайшие дни установите кабинки для переодевания, мусорные контейнеры, туалеты. Нужно следить за чистотой на пляже. Каждый день здесь отдыхают сотни людей, и ничто не должно мешать им наслаждаться теплым морем.

До 10 августа на пляже появятся четыре деревянных раздевалки, модульный туалет и биотуалеты. По просьбе отдыхающих установят лежаки и лавочки, а также дополнительные мусорные контейнеры.

- Уборку пляжа силами муниципалитета проводим ежедневно, - рассказал глава Анивского района Артем Лазарев. - К сожалению, после отдыха на природе люди оставляют много мусора. Береговая полоса в Анивском районе - около 40 километров. Стараемся все поддерживать в порядке. Регулярно устраиваем субботники.

Утром буднего дня на анивском пляже собралось уже



немало отдыхающих. Надежда Товкань приезжает каждое утро из Южно-Сахалинска.

- Вода в этом году теплейшая, как парное молоко, - радуется сахалинка. - Для отдыха с детьми очень хорошо, песчаная коса прогревается, малыши с удовольствием там барахтаются. На Сахалине отдыхать ничуть не хуже, чем в Крыму или Краснодарском крае. В этом году никуда не поехали и не жалею.

Елена Санина с маленькой дочкой Алисой приехали из Москвы посмотреть на природу Сахалина.

- Не ожидали даже, что здесь море такое здоровское, - поделилась эмоциями Елена. - Хорошо, если бы здесь были еще зонтики, чтобы прятаться от солнца в разгар дня.

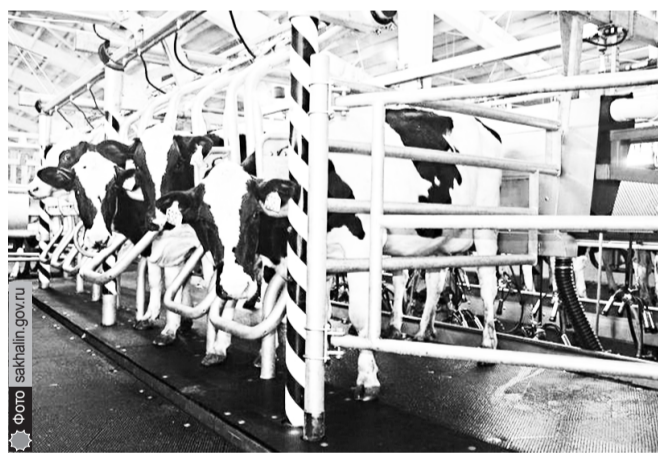
В следующем году в рамках

федерального проекта «Комфортная городская среда» планируется провести реконструкцию пляжа в Аниве. Предполагается, что здесь появится большая автомобильная парковка. Глава региона подчеркнул, что она должна располагаться в стороне от места отдыха людей. Также на пляже разместят душевые кабинки, стационарный туалет, летние кафе, беседки. На следующем этапе - планируется обустроить современную набережную.

Губернатор поставил задачу - до 1 ноября актуализировать проектную документацию по благоустройству общественного места отдыха в Аниве. Средства на реализацию проекта должны выделить из федерального и регионального бюджета в следующем году.

Борьба с неприятным запахом - на контроле!

Областные власти держат на контроле борьбу с неприятным запахом в селе Троицком Анивского района. Совещание о мерах, внедряемых для минимизации влияния фермы «Грин Агро-Сахалин» на качество жизни в населенном пункте, провел председатель правительства островного региона Алексей Белик. Участие в нем приняли представители предприятия и профильных областных ведомств.



ситуацию, но для его строительства потребуется время. Сегодня задача «Грин Агро-Сахалин» - принять оперативные меры, которые снимут остроту проблемы уже в ближайшее время.

- Мы понимаем, что запах причиняет дискомфорт жителям Троицкого, поэтому постоянно занимаемся этим вопросом, - рассказал исполнительный директор «Грин Агро-Сахалин» Владимир Балухта. - На данном этапе собираемся установить покрытие на одну из лагун, в которую поступают жидкие стоки из коровников. Предполагается, что это устройство снизит интенсивность запаха. Если расчеты оправдаются, покрытия появятся и на остальных трех лагунах.

Также в ближайшее время компания получит реагенты,

которые используются для нейтрализации запаха при производстве сахара. Ими обрабатывают три лагуны, которые пока будут оставаться без покрытия.

Напомним, ферма в Троицком - крупнейший производитель сырого молока в Сахалинской области. Планируется, что в сентябре в этом же населенном пункте компания «Грин Агро-Сахалин» запустит собственный молокозавод. Он будет поставлять на местный рынок различную высококачественную продукцию: молоко пастеризованное, йогурты и кефиры с наполнителями, творог, сметану, мороженое и полутвердые сыры. Также компания откроет в регионе сеть фирменных магазинов. В них продукция «Грин Агро-Сахалин» будет реализовываться без посредников, по ценам производителя.

В Красноярск из Южного полетели самолеты



Авиационное направление запущено по поручению губернатора Валерия Лимаренко. Оно позволит улучшить доступность перелетов с Сахалина на материк в сезон отпусков.

- Сейчас нужно готовиться к тому, что к 1 сентября люди уже будут возвращаться из отпусков, и, конечно, нужно было снять проблему нехватки авиарейсов,

- отметил Валерий Лимаренко. - Для этого мы запустили рейс в Красноярск. Принципиально важно, что полеты выполняются, минуя Москву - а это самое загруженное направление. Красноярск - это крупный авиационный хаб, и мы рассчитываем, что он позволит сахалинцам и курильчанам без проблем вылететь на материк и вернуться домой.

София Булгакова прилетела

на Сахалин из Хакасии. Ее цель - познакомиться с красотами острова.

- Новый рейс очень удобен, - считает женщина. - Раньше нам пришлось бы лететь через Новосибирск с посадками в Хабаровске или Владивостоке. А теперь сели и вышли сразу в Южно-Сахалинске.

Наталья Павлова новым рейсом летит в Красноярск к родным.

- Я очень рада, что открыли это направление, - отметила пассажирка. - Пассажиры выигрывают и по времени, и по стоимости билетов. Пять часов, и ты уже в Красноярске. Нет никаких пересадок. Это очень удобно. Думаю, что у этого направления большое будущее.

Через Красноярск жители области с сегодняшнего дня могут летать в Краснодар, Сочи, Анапу, Симферополь, Санкт-Петербург и Москву. Рейсы выполняются по вторникам, пятницам, субботам и воскресеньям. Цена перелета в одну сторону - от 5590 рублей.

Прием заявок продлен

Прием заявок на конкурс «Гордость Сахалинской области» продлили до 8 августа. Проект организован в рамках ежегодной премии губернатора «Сахалинский маяк» и курируется администрацией губернатора и правительства Сахалинской области.

Цель конкурса - признание достижений и заслуг жителей островного региона в социальной и общественной сферах. Стать его участниками могут все желающие.

Конкурс проходит по пяти номинациям: «Гражданская позиция», «Активное долголетие», «Выдающийся родитель», «Юный гражданин», «Известный островитянин».

Участниками проекта могут стать проявившие себя при спасении людей и животных сахалинцы и курильчане, ведущие активный образ жизни пенсионеры, многодетные родители, участвующие в общественно значимых проектах школьники и студенты. Также соперничать за «Гордость Сахалинской области» приглашают островитян, которые, став успешными и узнаваемыми, прославили регион своим талантом, достижением или необычным поступком.



«Женское начало — это мягкая энергия, которая гораздо сильнее мужской пробивной»

В онлайн-кинотеатре KION 7 июля вышел сериал «Фемида видит» – комедийный детектив о сотруднице «Главка», которая с легкостью находит преступников, но продолжает тешить себя мыслью, что когда-то станет настоящей актрисой. Главную роль в этом интригующем конфликте между Фемидой и Мельпоменой сыграла Анна Котова-Дерябина. Портал kino-teatr.ru поговорил с актрисой о сотрудничестве с Ильей Куликовым, выступившим шоураннером «Фемиды видит», сильных женщинах и шансах изменить профессиональную жизнь на 180 градусов.

- Вы с Ильей Куликовым работали чуть ли не на всех последних его проектах. Главная роль в «Фемида видит» писалась под вас?

- По сути, да. Идея этого сериала возникла после того, как на канале НТВ прошел проект «Проклятие спящих», где я сыграла одну из ролей. Продюсерам понравилась моя работа, и они спросили Илью, может быть, еще что-то придумать, снять для этой актрисы. Так Илья и затеял проект «Фемида видит».

- Интересно, что это первый сериал, совмещающий и его любовь к специфическому профессиональному юмору, как было в «Мылодраме», и тематику «Глухаря», с которого он когда-то начинал. Как вам самой такой микс?

- Мне было очень весело на съемках, и надеюсь, что зрители тоже получат удовольствие от просмотра. На мой взгляд, как раз нотка условно профессионального «киношного» юмора в данном случае облегчает популярный жанр криминальных историй.

- Всегда интересно, когда актеры соглашались играть в таком кино о кино, не боялись ли они, с одной стороны, выдать зрителям больше профессиональных секретов, а с другой – как ведут диалог с режиссерами и сценаристами, не хочется ли сказать: «У нас же на площадке всё не так, зачем мы опять обманываем людей?»

- Поскольку Илья – человек, давно работа-

ющий в кино, он действительно пишет всё, как есть. Просто потому, что знает съемочный процесс со многих сторон. Да, в «Фемида видит» высмеиваются острые моменты, касающиеся даже не кино, а сериального производства, причем в большей степени – как раз криминальных сериалов. И думаю, над этим и ему, с учетом опыта, и всей съемочной группе, включая меня, шутить вполне дозволено. Мы же шутим над тем, что болит.

- Но не переживаете ли вы, что коллеги по цеху могут обидеться на эти шутки?

- Это уже извините: шутка есть шутка. Сатира, ирония, высмеивание чего-либо имеют право на существование. А если кто-то остро на это реагирует, то это его личное дело. Если над шуткой смеются, то это хорошо, но если она кому-то не заходит, то это тоже нормально. Не у всех же одинаковое чувство юмора.

- Ваша героиня Аня Шумилина совмещает минимум три ипостаси – она и пиротехник, и лелеющая мечту стать актрисой женщина, и опер. Так даже просто и не спросишь: «Общались ли вы с реальными следователями, когда готовились к роли?»

- Я, кстати, общалась со следователями, потому что играла до этого такую роль собственно в «Проклятии спящих», здесь, правда, моя героиня – опер, что немного другая история. Но если говорить про подготовку к роли, то она была скорее физическая – я пыталась прийти в хорошую форму, потому что нужно было постоянно бегать, делать что-то активное, ведь моя героиня еще же и каскадер. А вот с пиротехнической составляющей как раз было понятно – на площадке пиротехники все ставят, и особенно учиться для того, чтобы это показать, не надо, нужно просто аккуратно воспроизвести их действия.

- Вам интереснее физические челленджи или погружение в драматическую составляющую актерской профессии?

- В идеале, конечно, все совмещать. Погружение и разбор персонажа требуются в любом случае, даже если он внешне сконцентрирован

только на каких-то физических действиях, хотя когда какие-то особые требования по этому направлению есть, безусловно, нужно и им уделять внимание.

- У вашей героини есть профессия, которую она делает хорошо, и есть мечта стать актрисой. Если говорить про эту дуальность, вы же тоже не сразу стали актрисой, есть ли в этом смысле у вас что-то общее с вашей героиней?

- Я сразу после школы поступила в театральную, но мой дальнейший профессиональный путь действительно был тернистым, и я из своей жизни черпала искорку для Шумилиной, для ее яростного желания хоть где-нибудь, хоть чуть-чуть, хоть в одном кадре сняться. Это для меня очень понятная история, несмотря на то, что главная героиня «Фемиды» совсем из другой профессиональной сферы.

- Как вы считаете, насколько реальной может быть такая ситуация, когда женщина, 27 лет работающая в совершенно другой сфере, вдруг хочет попасть в кино? Возможно ли такое сейчас? В России?

- Вот это правильное уточнение «в России», потому что, мне кажется, здесь это сложнее, чем в какой-нибудь европейской стране или в Америке, где такое более реально в силу ментальности, большей свободы, более широкого кругозора людей в том смысле, что человек в этой жизни может быть кем угодно, причем в любом возрасте. Хоть тебе 50 и ты хочешь стать актером – you are welcome, как говорится, иди и делай. И там на условные 50 лет есть истории, а у нас с этим гораздо сложнее, хотя, конечно, нет ничего невозможного. Но такой кейс станет, скорее, исключением из правил.

- Зато в последнее время, на мой взгляд, появилось больше проектов, где главную роль играет женщина, которой хотя бы 30. Ощущаете ли вы такую тенденцию как актриса?

- Я с вами согласна и какого-то сильного дефицита или нехватки историй на себе в этом плане не ощущаю. Хотя часто это не сказать, что работы широкого спектра: в одном жанре – одна героиня, в другом – другая. Но в последние несколько лет, как раз с приходом платформ, для которых вся индустрия сейчас снимает новый контент, – появляются более интересные, разнообразные истории и, соответственно, более интересные персонажи. За 30, за 40, вот дальше сложнее, за 50 уже мало вариантов, на мой взгляд, для актеров и тем более для актрис. Но

нам надо учиться у коллег из-за рубежа – они как раз сейчас по этой тропе идут.

- «Фемида» в этом плане – хороший пример если не возрастной, то как минимум мультижанровой истории. Но вот касательно героинь вам чего не хватает в отечественной индустрии?

- Да, моей героине там до 30. Но вот смешение жанров мне как раз в этом проекте очень понравилось! Самое интересное – играть в истории, где все смешано, а не быть скованным в рамках мелодрамы, драмы или комедии. В «Фемиде» как раз была возможность поиграть. Если же говорить о том, каких героинь не хватает, то я бы сказала – сложносочиненных. Мне хочется максимально уходить от типажности и одноформатности. Как, знаете, несколько лет назад появились в среде мужских персонажей такие bad guys, как условный Декстер, он же маньяк, но мы его любим, потому что он суперхаризматичный. Вот если бы и женщин в кино крутануть в эту сторону, то было бы очень круто! Все же люди разноплановые, в нас много как хорошего, так и плохого, и важно увидеть и показать эту грань в любом человеке. В общем, хочется героинь посложнее и ближе к жизни.

- Могли бы вы назвать свою Шумилину сильной женщиной и что, на ваш взгляд, вообще входит в понятие сильной женщины?

- Это стало модным понятием, несмотря на то что некоторые сейчас уходят обратно, стараются стать вновь слабыми, а кто-то открыто говорит: «Я – сильная женщина и этим горжусь». Так что каждый человек вкладывает в это определение своё. Для меня сильная женщина – безусловно, та, у которой есть достижения в продвижении по карьерной лестнице, но при всем этом, при некой маскулинной линии поведения, чтобы всего этого достичь, она умеет оставаться женщиной и как-то переключаться на женское. Потому что, на мой взгляд, женская природа, женское начало – это такая мягкая сила, мягкая энергия, которая гораздо сильнее мужской пробивной, просто мы об этом забыли. А в контексте кино и сериалов у нас сильная женщина обычно та, что добилась классного скачка в карьере, но при этом она одинока или с ребенком, мужичка найти не может, что часто бывает, к сожалению. И, например, Шумилина – такой образ. Она хороший опер и классно все делает, но выстраивает отношения, особенно романтические, ей очень сложно.

- Еще несколько лет назад было сильное разделение на авторское кино и условно «серии на телике». Вы как актриса сейчас как-то проекты разделяете и расставляете приоритеты?

- На мой взгляд, слово «сериал» не обидное уже несколько лет – с тех пор, когда вышла «Оттепель» Валерия Петровича Тодоровского и возглавила движение вперед всей отечественной сериальной истории. Люди увидели, что сериал может быть сделан качественно, он может смотреться как кино. И все остальные стали к этому потихоньку стремиться. А сейчас с появлением платформ такого разделения уже вообще нет, и даже премьеры сериалов проходят в большом зале «Октябрь», как и премьеры полнометражных фильмов.

- И вы идете и за Борисом Хлебниковым, до недавнего времени снимавшем авторское кино, и за Ильей Куликовым, который давно работает в сериальном производстве.

- Мы идем друг за другом, уж не знаю, кто за кем. С ними я, конечно, в огонь и воду, потому что это творческая коллаборация, которая не вызывает никаких сомнений. Они – частички моего жизненного и профессионального калейдоскопа. С одним – северное сияние, с другим – все в розовых радугах, образно выражаясь.

- Но вы соглашаетесь и на другие проекты, причем в разных форматах – работаете в веб-сериалах, у дебютантов, в скринлайфе.

- Хлебников и Куликов не могут же меня бесконечно снимать – есть еще много классных актрис. И я не могу у них бесконечно сниматься – сидеть и ждать, когда они меня снова позовут. Так что если возникают другие проекты с классной историей, на которую я смотрю в первую очередь, то я соглашаюсь. Особенно когда люди, создающие эти проекты, заряжены этой работой! Хотя сейчас я, наверное, на таком этапе, что чуть-чуть бы притормозила. Хочется погрузиться в мир кино поглубже – с хорошим режиссером, с крепким персонажем, уйти в такую работу: сконцентрироваться по кино.

Подробнее на Кино-Театр.РУ



Гороскоп на неделю

с 9 по 15 августа



Овен. Идеальное время для поиска нового места работы, если на старом что-то не устраивает. Также сейчас можно просить о повышении зарплаты. К предложениям, которые будут поступать, нужно относиться с осторожностью.



Весы. Вам показан семейный отдых. Запланируйте его в период с 12 по 15 августа. Работу пока лучше отодвинуть на второй план, несмотря на все амбиции. Непростые отношения могут сложиться с близкими друзьями.



Телец. Комплексы лучше отбросить в сторону, чтобы продемонстрировать окружающим свои таланты: вы не пожалаете! 11 августа, в среду, желателно побыть в одиночестве и отдохнуть от всех дел.



Скорпион. Постарайтесь избежать общения с неприятными вам людьми. Сейчас важно накапливать энергию, а не растрачивать ее по пустякам. Любые авантюры в эти дни - не для вас. Держитесь подальше от всего нового.



Близнецы. На этой неделе у вас будет немало поводов для волнений. Главное - не действуйте сгоряча и вы не совершите ошибок. Лучше, если рядом с вами будут единомышленники. Позаботьтесь о своем здоровье.



Стрелец. Вы будете не готовы к тому напряженному периоду, который вам подкинула судьба. Чтобы пережить его без проблем, принимайте решения спокойно. В выходные вам просто необходим отдых!



Рак. Все важные рабочие дела завершите до выходных. Не пытайтесь убежать от своих чувств: лучше в них признаться. Семейные Раки могут испытывать сложности в отношениях. Этот период нужно просто пережить.



Козерог. Не бойтесь сейчас потратить много денег на себя: данный период предназначен для этого! Покупайте себе подарки, делайте сюрпризы близким. Любимый человек ждет от вас сигнала.



Лев. В любых неудачах, которые могут приключиться с вами сейчас, важно не паниковать, а найти их причину. Тогда вам удастся избежать проблем. Порадуйте себя переменами, на которые не могли решиться ранее!



Водолей. Все будет спориться в ваших руках. И дома справитесь со всеми бытовыми вопросами, и на работе блеснете своими знаниями. Однако с коллегами может возникнуть непонимание.



Дева. Вас ждет спокойный и радостный период. Хорошие новости принесут дети, что даст вам повод ими гордиться. Старшее поколение потребует внимания, придется согласиться с этим.



Рыбы. Эта неделя благоприятна для подписания документов и принятия серьезных решений. Период благоприятен для общения: заводите новые знакомства и поддерживайте старые - вам это на руку.

понедельник, 9 августа

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.10 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.05 Дневник игр XXX Олимпиады, 2020 г. в Токио (0+) 13.05 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Гадалка» (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.55 Вениамин Смехов. Атос влюбленными глазами (12+) 02.00 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Вместе навсегда» (12+) 00.50 Сериал «Преступление» (12+) 02.35 Сериал «Тайны следствия» (12+) 04.10 Сериал «Женщины на грани» (16+)	05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 12.20 Сериал «Красная зона» (12+) 14.00 Сегодня 14.20 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Шеф» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Шеф» (16+) 00.00 Сегодня 00.20 Сериал «Профессионал» (16+) 04.10 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+)	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 16.00 Вести. Сахалин - Курилы 16.15 Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин - Курилы 19.15 Интервью	06.00 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 06.10 Не факт! (6+) 06.45 Фильм «Инспектор ГАИ» (12+) 08.25 Сериал «Благословите женщину» (12+) 09.00 Новости дня 09.20 Сериал «Благословите женщину» (12+) 13.00 Новости дня 13.35 Сериал «Кремль» (16+) 18.00 Новости дня 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 18.50 «Битва за небо. История военной авиации России» (12+) 19.35 Загадки века (12+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Инспектор уголовного розыска» (0+) 01.30 Фильм «Будни уголовного розыска» (12+) 02.55 Сериал «Новые приключения Ниро Вульфа и Арчи Гудвина» (12+) 04.25 Фильм «Девушка с характером» (0+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 Реальная мистика (16+) 08.45 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 «Ноты любви» (16+) 20.00 Сериал «Солнечный ноябрь» (16+) 00.05 Сериал «Дыши со мной» (16+) 03.05 Реальная мистика (16+) 04.00 Порча (16+) 04.25 Знахарка (16+) 04.50 Понять. Простить (16+) 05.40 Тест на отцовство (16+) 07.20 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Утро на ОТВ (12+) 07.15 Мультфильм (6+) 07.30 Все как у зверей (12+) 08.00 На пределе. Испытания (12+) 08.30 Сериал «Вы все меня бесите» (16+) 09.15 Живые символы планеты (12+) 09.45 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 10.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 11.25 Сериал «Проводница» (16+) 12.15 Большой скачок (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильм (6+) 14.00 Сериал «Следствие любви» (16+) 14.40 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 15.30 Сериал «Вы все меня бесите» (16+) 16.20 Живые символы планеты (12+) 16.45 Мультфильм (6+) 17.05 Сериал «Проводница» (16+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 19.25 Федерация-2020 (16+) 19.40 Free talk (16+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Фильм «Игра на выживание» (12+) 22.05 Фильм «Ван Гог. На пороге вечности» (16+) 00.00 Большой скачок (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 07.10 Сериал «Глухарь» (16+) 07.55 Сериал «Глухарь» (16+) 08.50 Сериал «Глухарь» (16+) 09.50 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Глухарь» (16+) 11.10 Сериал «Глухарь» (16+) 12.05 Сериал «Глухарь» (16+) 13.05 Сериал «Глухарь» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Глухарь» (16+) 15.25 Сериал «Глухарь» (16+) 16.25 Сериал «Глухарь» (16+) 17.25 Сериал «Глухарь» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.20 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Филин» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Детективы» (16+) 03.00 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.55 Сериал «Детективы» (16+) 04.25 Известия (16+) 04.35 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 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.

щевку) 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, 10 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.10 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 «Гадалка» (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.55 Юлий Гусман. Человек-оркестр (12+) 01.55 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Вместе навсегда» (12+) 00.50 Сериал «Преступление» (12+) 02.35 Сериал «Тайны следствия» (12+) 04.10 Сериал «Женщины на грани» (16+)	05.45 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 12.20 Сериал «Красная зона» (12+) 14.00 Сегодня 14.20 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Шеф» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Шеф» (16+) 00.00 Сегодня 00.20 Сериал «Профессионал» (16+) 04.05 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+)	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 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.05 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 06.20 Фильм «Один шанс из тысячи» (12+) 08.00 Сериал «Легенда об Ольге» (16+) 09.00 Новости дня 09.20 Сериал «Легенда об Ольге» (16+) 13.00 Новости дня 13.15 Сериал «Легенда об Ольге» (16+) 18.00 Новости дня 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 18.50 «Битва за небо. История военной авиации России». Док. сериал (12+) 19.35 Улика из прошлого (16+) 20.25 Улика из прошлого (16+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Тревожный вылет» (12+) 01.25 Сериал «Не забывай» (12+) 04.20 Фильм «Повторная свадьба» (16+)	07.30 6 кадров (16+) 07.50 Реальная мистика (16+) 08.50 По делам несовершеннолетних (16+) 10.30 Давай разведемся! (16+) 11.35 Тест на отцовство (16+) 13.45 Понять. Простить (16+) 14.55 Порча (16+) 15.25 Знахарка (16+) 16.00 Фильм «Любовь в розыске» (16+) 20.00 Сериал «Солнечный ноябрь» (16+) 00.05 Сериал «Дыши со мной» (16+) 03.05 Реальная мистика (16+) 04.05 Порча (16+) 04.30 Знахарка (16+) 04.55 Понять. Простить (16+) 05.45 Тест на отцовство (16+) 07.25 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 09.20 Живые символы планеты (12+) 09.45 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 10.35 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 11.25 Сериал «Проводница» (16+) 12.15 Большой скачок (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильм (6+) 14.00 Сериал «Следствие любви» (16+) 14.45 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 15.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 16.20 Живые символы планеты (12+) 16.45 Мультфильм (6+) 17.05 Сериал «Проводница» (16+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 19.25 Федерация-2020 (16+) 19.40 Free talk (16+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Танцы отсюда (16+) 22.10 Фильм «Игра на выживание» (12+) 23.55 Большой скачок (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 07.10 Сериал «Глухарь» (16+) 08.00 Сериал «Глухарь» (16+) 08.55 Сериал «Глухарь» (16+) 09.50 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Глухарь» (16+) 11.15 Сериал «Глухарь» (16+) 12.10 Сериал «Глухарь» (16+) 13.05 Сериал «Глухарь» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Глухарь» (16+) 14.30 Сериал «Глухарь» (16+) 15.30 Сериал «Глухарь» (16+) 16.30 Сериал «Глухарь» (16+) 17.25 Сериал «Глухарь» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.20 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Филин» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Детективы» (16+) 03.00 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.55 Сериал «Детективы» (16+) 04.20 Известия (16+) 04.30 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

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

ПРОДАНО

среда, 11 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.10 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 «Гадалка» (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.55 К 25-летию со дня смерти Ванги. «Предсказание» (12+) 01.55 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Вместе навсегда» (12+) 00.50 Сериал «Преступление» (12+) 02.35 Сериал «Тайны следствия» (12+) 04.10 Сериал «Женщины на грани» (16+)	05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 12.20 Сериал «Красная зона» (12+) 14.00 Сегодня 14.20 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Шеф» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Шеф» (16+) 00.00 Сегодня 00.20 Сериал «Профессионал» (16+) 04.10 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+)	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+) РОССИЯ 24 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Спецрепортаж	06.05 Не факт! (6+) 06.40 Фильм «Чистое небо» (12+) 09.00 Новости дня 09.20 Сериал «Ночные ласточки» (12+) 13.00 Новости дня 13.15 Сериал «Ночные ласточки» (12+) 18.00 Новости дня 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 18.50 «Битва за небо. История военной авиации России». Док. сериал (12+) 19.35 Секретные материалы (12+) 20.25 Секретные материалы (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Небесный тихоход» (0+) 01.15 Фильм «Валерий Чкалов» (0+) 02.40 Фильм «Трое с площади Карронад» (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.50 Реальная мистика (16+) 08.50 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 «Мама моей дочери» (16+) 20.00 Сериал «Солнечный ноябрь» (16+) 00.00 Сериал «Дыши со мной» (16+) 02.00 Сериал «Дыши со мной. Счастье взаимны» (16+) 03.00 Реальная мистика (16+) 03.50 Порча (16+) 04.15 Знахарка (16+) 04.40 Понять. Простить (16+) 05.30 Тест на отцовство (16+) 07.10 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 09.20 Живые символы планеты (12+) 09.45 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 10.35 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 11.25 Сериал «Проводница» (16+) 12.15 Большой скачок (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильм (6+) 14.00 Сериал «Следствие любви» (16+) 14.40 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 15.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 16.20 Живые символы планеты (12+) 16.45 Мультфильм (6+) 17.05 Сериал «Проводница» (16+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 19.25 Федерация-2020 (16+) 19.40 Free talk (16+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Мой единственный (16+) 22.20 Танцы отсюда (16+) 00.00 Большой скачок (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 07.10 Сериал «Глухарь» (16+) 08.00 Сериал «Глухарь» (16+) 08.55 Сериал «Глухарь» (16+) 09.55 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Глухарь» (16+) 11.15 Сериал «Глухарь» (16+) 12.15 Сериал «Глухарь» (16+) 13.05 Сериал «Глухарь» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Глухарь» (16+) 14.30 Сериал «Глухарь» (16+) 15.30 Сериал «Глухарь» (16+) 16.25 Сериал «Глухарь» (16+) 17.25 Сериал «Глухарь» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.20 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Филин» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Детективы» (16+) 03.00 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.55 Сериал «Детективы» (16+) 04.20 Известия (16+) 04.30 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

четверг, 12 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.10 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 «Гадалка» (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.55 Крым. Небо Родины (12+) 02.35 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Вместе навсегда» (12+) 00.50 Сериал «Преступление» (12+) 02.35 Сериал «Тайны следствия» (12+) 04.10 Сериал «Женщины на грани» (16+)	05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 12.20 Сериал «Красная зона» (12+) 14.00 Сегодня 14.20 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Шеф» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Шеф» (16+) 00.00 Сегодня 00.20 Сериал «Профессионал» (16+) 03.45 Их нравы (0+) 04.10 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+) 20.38 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+)	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+) РОССИЯ 24 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Спецрепортаж 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.00 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 06.15 Не факт! (6+) 06.45 Фильм «Хроника бикирующего бомбардировщика» (0+) 08.20 Сериал «Чкалов» (16+) 09.00 Новости дня 09.20 Сериал «Чкалов» (16+) 13.00 Новости дня 13.15 Сериал «Чкалов» (16+) 18.00 Новости дня 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 18.50 «Битва за небо. История военной авиации России». Док. сериал (12+) 19.35 Код доступа (12+) 20.25 Код доступа (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Особо важное задание» (6+) 02.15 «Амет-Хан Султан. Гроза «Мессеров». Док. фильм (12+) 03.00 Фильм «Близнецы» (0+) 04.25 Фильм «В небе «Ночные ведьмы» (6+) 05.40 «Оружие Победы». Док. сериал (6+)	07.30 6 кадров (16+) 07.55 Реальная мистика (16+) 08.55 По делам несовершеннолетних (16+) 10.30 Давай разведемся! (16+) 11.35 Тест на отцовство (16+) 13.45 Понять. Простить (16+) 14.55 Порча (16+) 15.25 Знахарка (16+) 16.00 Фильм «Письма из прошлого» (16+) 20.00 Сериал «Солнечный ноябрь» (16+) 00.05 Сериал «дыши со мной. Счастье взаимно» (16+) 03.00 Реальная мистика (16+) 03.55 Порча (16+) 04.20 Знахарка (16+) 04.45 Понять. Простить (16+) 05.35 Тест на отцовство (16+) 07.15 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 09.20 Живые символы планеты (12+) 09.45 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 10.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 11.25 Сериал «Проводница» (16+) 12.15 Большой скачок (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильм (6+) 14.00 Сериал «Следствие любви» (16+) 14.40 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 15.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 16.15 Живые символы планеты (12+) 16.45 Мультфильм (6+) 17.05 Сериал «Проводница» (16+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 19.25 Федерация-2020 (16+) 19.40 Free talk (16+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Фильм «С любовью, Розы» (16+) 22.15 Мой единственный (16+) 00.05 Большой скачок (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 07.10 Сериал «Глухарь» (16+) 07.55 Сериал «Глухарь» (16+) 08.55 Сериал «Глухарь» (16+) 09.50 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Глухарь» (16+) 11.15 Сериал «Глухарь» (16+) 12.10 Сериал «Глухарь» (16+) 13.05 Сериал «Глухарь» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Глухарь» (16+) 14.30 Сериал «Глухарь» (16+) 15.30 Сериал «Глухарь» (16+) 16.30 Сериал «Глухарь» (16+) 17.30 Сериал «Глухарь» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.20 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Филин» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Детективы» (16+) 03.55 Сериал «Детективы» (16+) 04.20 Известия (16+) 04.30 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 Сериал «Детективы» (16+) 05.30 Сериал «Детективы» (16+)

ТРЕБУЕТСЯ
*** ВОДИТЕЛЬ**
категории С и Е
286554

На автокомплекс в Луговом требуются
***мощники автомобилей,**
***мастер кузовного ремонта,**
***автослесарь, *сторожа**
286554

пятница, 13 августа

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.10 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 Поле чудес (16+) 21.00 Время 21.30 Музыкальный фестиваль «Жара» в Москве. Хиты 2000-х (12+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.25 «Юл Бриннер, великопеленый». Док. фильм (12+) 01.25 Полет нормальный! (12+) 02.25 Модный приговор (6+) 03.15 Давай поженимся! (16+) 03.55 Мужское/Женское (16+) 05.20 Россия от края до края (12+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Дуэт по праву» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Вместе навсегда» (12+) 01.50 Сериал «Преступление» (12+) 03.30 Фильм «Солнцекруг» (12+)	05.40 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Сериал «Морские дьяволы» (16+) 12.20 Сериал «Красная зона» (12+) 14.00 Сегодня 14.20 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Шеф» (16+) 19.15 Сериал «Шеф. Новая жизнь» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Шеф. Новая жизнь» (16+) 00.00 Гала-концерт AguTeens Music Forum (0+) 02.10 Фильм «Параграф 78» (16+) 03.40 Фильм «Параграф 78. Фильм второй» (16+) 05.05 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+) 20.38 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+)	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 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Уримал Бансон	05.50 Фильм «Особо важное задание» (6+) 08.35 Фильм «Личный номер» (12+) 09.00 Новости дня 09.20 Фильм «Личный номер» (12+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Сериал «1812» (12+) 18.00 Новости дня 18.25 Фильм «Вабанк» (12+) 20.25 Фильм «Вабанк-2, или Ответный удар» (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Фильм «Вабанк-2, или Ответный удар» (12+) 22.35 Фильм «Ожидание полковника Шалыгина» (12+) 00.20 Фильм «Свидетельство о бедности» (12+) 01.35 Сериал «Обрыв» (12+) 05.05 «Офицеры». Док. фильм (12+)	07.30 Реальная мистика (16+) 08.25 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.05 Тест на отцовство (16+) 13.15 Понять. Простить (16+) 14.25 Порча (16+) 14.55 Знахарка (16+) 15.30 Фильм «Все еще будет» (16+) 20.00 Фильм «Игра в судьбу» (16+) 00.45 Фильм «Сестра по наследству» (16+) 04.25 Реальная мистика (16+) 05.15 Порча (16+) 05.40 Знахарка (16+) 06.05 По делам несовершеннолетних (16+) 06.55 Домашняя кухня (16+) 07.20 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 09.20 Живые символы планеты (12+) 09.50 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 10.35 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 11.30 Сериал «Проводница» (16+) 12.20 Большой скачок (12+) 12.50 Федерация-2020 (16+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильм (6+) 14.00 Сериал «Следствие любви» (16+) 14.40 «Волонтеры». Док. фильм (12+) 15.30 Сериал «Улетный экипаж» (16+) 16.20 Живые символы планеты (12+) 16.45 Мультфильм (6+) 17.05 Сериал «Проводница» (16+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Жизнь и приключения Мишки Япончика» (16+) 19.35 Дума. Актуально (16+) 19.45 На здоровой волне (6+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Фильм «Бэксис» (16+) 22.25 Фильм «С любовью, Розы» (16+) 00.10 Федерация-2020 (16+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 07.10 Сериал «Глухарь» (16+) 08.00 Сериал «Глухарь» (16+) 09.00 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Глухарь» (16+) 11.25 Сериал «Глухарь» (16+) 12.25 Сериал «Глухарь» (16+) 13.25 Сериал «Глухарь» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Глухарь» (16+) 14.50 Сериал «Глухарь» (16+) 15.45 Сериал «Глухарь» (16+) 16.45 Сериал «Глухарь» (16+) 17.40 Сериал «Глухарь» (16+) 18.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.35 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.35 Сериал «След» (16+) 21.25 Сериал «След» (16+) 22.15 Сериал «След» (16+) 23.05 Сериал «След» (16+) 23.55 Сериал «След» (16+) 00.45 Светская хроника (16+) 01.45 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 02.50 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.50 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.40 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.35 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

суббота, 14 августа

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.00 Доброе утро. Суббота 09.45 Слово пастыря (0+) 10.00 Новости 10.10 На дачу! (6+) 11.10 Видели видео? (6+) 12.00 Новости 12.10 Видели видео? (6+) 13.35 Крым. Небо Родины (12+) 15.25 Полет нормальный! (12+) 16.35 Кто хочет стать миллионером? (12+) 18.00 К 25-летию со дня смерти Ванги. «Предсказание» (12+) 19.00 Сегодня вечером (16+) 21.00 Время 21.20 Сегодня вечером (16+) 23.00 Фильм «Бледный конь» (16+) 01.15 Индийские йоги среди нас (12+) 02.15 Модный приговор (6+) 03.05 Давай поженимся! (16+) 03.45 Мужское/Женское (16+)	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 Смотреть до конца (12+) 12.35 Доктор Мясников (12+) 13.40 Сериал «Цыганское счастье» (12+) 18.00 Привет, Андрей! (12+) 20.00 Вести 21.00 Фильм «Музыка моей души» (12+) 00.40 Фильм «Два Ивана» (12+)	05.45 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.40 Кто в доме хозяин? (12+) 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+) 14.00 НашПотребНадзор (16+) 15.10 Физруки. Будущее за настоящим (6+) 16.00 Своя игра (0+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 20.00 Сегодня 20.25 Фильм «Крысолов» (12+) 23.15 Маска. Второй сезон (12+) 02.20 Их нравы (0+) 02.45 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+) 11.37 Сахалин в цифрах (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+) 19.10 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+) 21.10 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+) 23.00 Репортаж (16+) 23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) РОССИЯ 24 16.00 Дальний Восток УСЛУГИ СПЕЦТЕХНИКИ - Площадки, площадки бортовые - 12 м, 14 м, г/л до 25 т - Контейнеровозы - Фронтальные погрузчики (ковш 2,2 куб. м) - Самосвалы (20 - 25 т) - Рефрижератор (86 куб. м, г/л 25 т, по Сахалину и Дальнему Востоку) - Автокран (г/л 25 т) ПОМОЖЕМ С ПЕРЕЕЗДОМ Автофургон (2 т) + грузчики Т. 27-41-69 ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06	05.55 Легенды госбезопасности (16+) 06.40 Фильм «Посейдон» спешит на помощь» (0+) 08.00 Новости дня 08.15 Фильм «Финист – ясный сокол» (0+) 09.45 Круиз-контроль (6+) 10.15 Легенды музыки (6+) 10.45 Загадки века (12+) 11.35 Улика из прошлого (16+) 12.30 Не факт! (6+) 13.00 Новости дня 13.15 СССР. Знак качества (12+) 14.05 Легенды кино (6+) 14.55 Сериал «Отряд специального назначения» (6+) 18.00 Новости дня 18.15 Сериал «Отряд специального назначения» (6+) 22.40 Фильм «Найти и обезвредить» (12+) 00.25 Фильм «Личный номер» (12+) 02.15 Сериал «Тройная жизнь» (16+) 05.20 «Влюбленные в небо». Док. фильм (12+)	07.30 Пять ужинов (16+) 07.45 Фильм «Приезжая» (16+) 09.45 Фильм «Дело было в Пенкове» (16+) 11.45 Сериал «Мертвые лилии» (16+) 20.00 Сериал «Чернобелая любовь» (16+) 23.00 Скажи, подруга (16+) 23.15 Фильм «Письма из прошлого» (16+) 03.05 Сериал «Мертвые лилии» (16+) 06.25 Восточные жены в России (16+) 07.05 Фильм «Двенадцать чудес» (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.40 Free talk (16+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Мнимый больной (12+) 09.25 Сериал «Мамочки» (16+) 10.20 Сериал «Следствие любви» (16+) 12.25 Рожденные быть свободными. Медвежья школа (12+) 12.55 Free talk (16+) 13.20 Сериал «Чисто английское убийство» (16+) 15.05 Свидание для мамы (16+) 15.55 «Планета на двоих». Док. фильм (16+) 16.45 Мнимый больной (12+) 17.40 Фильм «Гамбит» (16+) 19.10 Вера и современность (12+) 19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+) 20.00 Фильм «Гена Бетон» (16+) 21.30 Пищевая эволюция (12+) 21.55 Свидание для мамы (16+) 22.50 Сериал «Чисто английское убийство» (16+) 00.30 Euromaxx. Окно в Европу (16+)	06.00 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 06.30 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 07.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 08.20 Фильм «Три орешка для Золушки» (6+) 10.00 Светская хроника (16+) 11.00 Сериал «Свои-3» (16+) 11.50 Сериал «Свои-3» (16+) 12.40 Сериал «Свои-3» (16+) 13.30 Сериал «Свои-3» (16+) 14.20 Сериал «Свои-3» (16+) 15.10 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 16.00 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 16.45 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 17.30 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 18.20 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 19.10 Сериал «След» (16+) 20.00 Сериал «След» (16+) 20.50 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.05 Сериал «След» (16+) 00.55 Сериал «Великоленная пятерка» (16+) 01.40 Сериал «Великоленная пятерка» (16+) 02.25 Сериал «Великоленная пятерка» (16+) 03.15 Сериал «Охотники за головами» (16+) 04.00 Сериал «Охотники за головами» (16+) 04.45 Сериал «Охотники за головами» (16+) 05.30 Сериал «Охотники за головами» (16+)

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.

воскресенье, 15 августа

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.25 Кино в цвете. Фильм «Небесный тихоход» (0+) 06.00 Новости 06.10 Фильм «Небесный тихоход» (0+) 07.00 Играй, гармонь любимая! (12+) 07.45 Часовой (12+) 08.10 Здоровье (16+) 09.20 Непутевые заметки (12+) 10.00 Новости 10.10 Жизнь других (12+) 11.10 Видели видео? (6+) 12.00 Новости 12.10 Видели видео? (6+) 13.55 К 25-летию со дня смерти Ванги. «Предсказание» (12+) 15.00 К 90-летию Микаэла Таривердиева. «Наедине со всеми» (16+) 15.55 К 90-летию Микаэла Таривердиева. «Игра с судьбой» (12+) 16.50 Вечер музыки Микаэла Таривердиева (12+) 18.15 Премия «Шансон года» (16+) 21.00 Время 22.00 Танце революция (12+) 23.45 Фильм «Анна и король» (0+) 02.20 Модный приговор (6+) 03.10 Давай поженимся! (16+) 03.50 Мужское/Женское (16+)	04.15 Фильм «Хороший день» (12+) 06.00 Фильм «Сюрприз для любимого» (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 (16+) 13.45 Сериал «Цыганское счастье» (12+) 18.00 Фильм «Личные счёты» (16+) 20.00 Вести 22.30 «ГКЧП. 30 лет спустя». Док. фильм (12+) 23.30 Фильм «Буду жить» (16+) 03.10 Фильм «Хороший день» (12+)	05.50 Сериал «Лесник. Своя земля» (16+) 07.40 Кто в доме хозяин? (12+) 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+) 15.05 Однажды... (16+) 16.00 Своя игра (0+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 20.00 Сегодня 20.25 Фильм «Крысолов» (12+) 23.15 Маска. Второй сезон. Финал (12+) 02.45 Сериал «Адвокат» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 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+)	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».	06.00 Фильм «Таежная повесть» (6+) 07.55 Фильм «Ожидание полковника Шалыгина» (12+) 09.00 Новости дня 09.15 Фильм «Ожидание полковника Шалыгина» (12+) 09.55 Военная приемка (6+) 10.45 Скрытые угрозы (12+) 11.30 Секретные материалы (12+) 12.20 Код доступа (12+) 13.20 Сериал «Кремень. Освобождение» (16+) 18.00 Главное 19.25 Легенды советского сыска (16+) 00.25 Фильм «Найти и обезвредить» (12+) 01.55 Фильм «Таежная повесть» (6+) 03.30 Фильм «Пирожки с картошкой» (12+) 05.15 «Легендарные самолеты. Штурмовик Ил-2». Док. фильм (6+)	07.30 Фильм «Двенадцать чудес» (16+) 09.00 Фильм «Воспитание и выгул собак и мужчин» (16+) 11.00 Фильм «Сестра по наследству» (16+) 15.10 Фильм «Игра в судьбу» (16+) 19.45 Скажи, подруга (16+) 20.00 Сериал «Чернобелая любовь» (16+) 23.00 Фильм «Все еще будет» (16+) 03.15 Сериал «Мертвые лилии» (16+) 06.25 Восточные жены в России (16+) 07.15 6 кадров (16+) ОТВ-САХАЛИН 07.00 Утро на ОТВ 07.05 Все как у зверей (12+) 07.30 Про животных и людей (12+) 08.00 Центр внимания. Итоги недели (16+) 08.30 Про животных и людей (12+) 08.55 На пределе. Испытания (12+) 09.25 Сериал «Мамочки» (16+) 10.15 Сериал «Следствие любви» (16+) 11.45 Euromaxx. Окно в Европу (16+) 12.10 «Клонирование». Док. фильм (12+) 13.00 Центр внимания. Итоги недели (16+) 13.25 Сериал «Чисто английское убийство» (16+) 15.10 Свадебный размер (16+) 16.05 «Клонирование». Док. фильм (12+) 16.50 Про животных и людей (12+) 17.45 Фильм «Гена Бетон» (16+) 19.15 На здоровой волне (6+) 19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+) 20.00 Распрекрасный принц (6+) 21.25 Euromaxx. Окно в Европу (16+) 21.55 Свадебный размер (16+) 22.50 Сериал «Чисто английское убийство» (16+) 00.30 Большой скачок (12+)	06.00 Сериал «Охотники за головами» (16+) 06.15 Сериал «Охотники за головами» (16+) 07.00 Сериал «Охотники за головами» (16+) 07.40 Сериал «Охотники за головами» (16+) 08.35 Сериал «Охотники за головами» (16+) 09.25 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 10.25 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 11.25 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 12.20 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 13.15 Сериал «Тайсон» (16+) 14.15 Сериал «Тайсон» (16+) 15.15 Сериал «Тайсон» (16+) 16.15 Сериал «Тайсон» (16+) 17.05 Сериал «Условный мент-2» (16+) 18.05 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.00 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.55 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.50 Сериал «Условный мент-2» (16+) 21.50 Сериал «Условный мент-2» (16+) 22.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 23.35 Сериал «Условный мент-2» (16+) 00.25 Сериал «Условный мент-2» (16+) 01.20 Сериал «Условный мент-2» (16+) 02.15 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 03.10 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 03.55 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 04.35 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 05.20 «Мое родное. Институт». Док. фильм (12+)

Отдел рекламы «Телемира»

49 16 31

Грецкие орехи:



Грецкие орехи: польза и вред, способы очистки, сколько съесть в день, рецепты с грецкими орехами - всегда актуальные запросы. Об этом спрашивают чаще всего, когда речь заходит о любимом царском орехе. Сегодня мы решили собрать в одном материале информацию о пользе грецких орехов, рецепты и ответы на самые популярные вопросы.

Откуда название

Грецкий орех по-английски - walnut, слово происходит от древнеанглийского wealhnutu, буквально «иностранный орех» (от wealh «иностранный» + nutu «орех»), поскольку был завезён в Англию из Галлии и Италии. Латинское название для грецкого ореха была pux, то есть «галльский орех».

Русское название тоже связано с происхождением грецких орехов. Павел Сюткин, историк кулинарии и русской кухни, пишет: «На Руси знакомство с грецкими орехами происходит, видимо, в XII-XIII вв., когда были налажены тесные контакты с Византией. Именно оттуда прибывают к нам орехи, но называются при этом «греческие». Тогда многие продукты и предметы, поступающие из этой части света, называются именно «греческими», например, известная всем гречка (согласно одной из версий происхождения этого слова)».

Ещё грецкие орехи по-русски назывались «царский орех», «греческий орех» и «волошский орех».

Грецкие орехи, по одной из самых распространённых версий, появились в Северной Индии. В середине XV в. Константинополь, столица Византии, пал под натиском турецкого султана. Павел Сюткин: «Торговые связи с Русью на долгое время оказались прерваны. Примерно в XVI-XVII веках на Руси появляется их новое название: «орехи волошские». Это те же самые грецкие орехи, только привозимые к нам из Валахии (юг современной Румынии)».

В словаре Владимира Ивановича Даля встречаем: «Орех - мужской род, древесный плод в твёрдой, крепкой скорлупе. Иногда говорят вместо орешина и орешник, ореховое или орешное дерево, разумея орех волошский, грецкий». К концу XIX века название «грецкие орехи» стало в русском языке преобладающим.

Польза и вред

По калорийности и содержанию белка грецкие орехи сопоставимы с мясом, только усваиваются легче. По количеству витаминов превосходят цитрусовые. Их рекомендуют при авитаминозе, при недостатке железа как общеукрепляющее средство; они положительно воздействуют на сосуды головного мозга и снимают нервное напряжение.

Польза грецких орехов:

- улучшают память. Орехи содержат незаменимые жирные кислоты омега-3 и 6, которые помогают улучшить память и когнитивные функции;

- предотвращают депрессию. Исследования показали, что низкий уровень омега-3 может повредить бодрому и жизнедеятельному настрою. Поскольку в грецких орехах есть много омега-3, они помогают предотвратить депрессию;

- улучшают двигательную функцию. Жирные кислоты омега-3, творящие чудеса с мозгом, в том числе улучшают двигательную функцию;

- предотвращают сердечные заболевания. Исследования, проведенные в США, Австралии, Новой Зеландии, Испании и Израиле, привели к выводу, что две-три порции грецких орехов в день снижают уровень холестерина в достаточной степени, чтобы снизить риск ишемической болезни сердца;

- улучшают «мужественность». Горсть грецких орехов, съеденная каждый день, повышает жизнеспособность и подвижность сперматозоидов;
- поддерживают красоту кожи. Употребление грецких орехов помогает коже выглядеть моложе - быть здоровой и упругой. За это спасибо витамину E. Кстати, масло грецкого ореха - ценное косметическое средство для уменьшения сухости кожи;

- грецкие орехи - источник биотина (витамина B7), помогающий волосам и ногтям оставаться здоровыми, а также предотвращает выпадение волос и ломкость ногтей. Витамин E придаёт волосам и ногтям здоровый блеск;

- помогают в управлении весом. Грецкие орехи содержат большое количество клетчатки, белков и жиров, которые помогают дольше чувствовать сытость;

- дают дополнительный заряд энергии. Грецкие орехи содержат много витаминов группы B (B1 - 0,39 мг, B5 - 0,82 мг, B6 - 0,8 мг и тд). Они способны повысить количество энергии в организме. Это определено согласуется с фактором управления весом. Когда вы полны энергии, у вас больше шансов начать активно двигаться и сжигать калории! Попробуйте регулярно есть грецкие орехи с натуральным йогуртом в качестве дневного перекуса или лёгкой закуски перед тренировкой.

Вред грецких орехов:

- вред грецких орехов, наверное, не совсем верная формулировка. Есть некоторые ограничения в потреблении грецких орехов - так точнее;
- грецкие орехи калорийны, поэтому их чрезмерное потребление может привести к небольшому увеличению веса;
- у некоторых людей большое потребление

грецких орехов может быть связано с диареей из-за высокого содержания в орехах масла. Ниже мы как раз расскажем, сколько грецких орехов нужно съедать в день, чтобы не возникло никаких проблем;

- грецкие орехи, как и другие виды орехов, могут вызвать пищевую аллергию. Сейчас ореховая аллергия диагностирована примерно у 2% населения Земли.

Самые полезные?

Грецкие орехи, самые полезные орехи? Очень возможное утверждение! В грецких орехах содержится самое высокое содержание антиоксидантов по сравнению с другими видами орехов (примерно в 2 раза). Несомненно, они весьма питательны, но царские орехи более полезны, чем арахис, миндаль или фисташки.

В исследовании американских учёных говорится, что антиоксиданты в грецких орехах обладают действием в 2-15 раз более сильным, чем витамин E. Между тем известно, что этот витамин защищает клетки человеческого организма от повреждения природными химическими веществами, вызывающими различные заболевания.

Зачем замачивают?

Некоторым людям свежие орехи сложно жевать. Замачивание грецких орехов в воде на 1-2 часа смягчает их без потери питательной ценности! Также грецкие орехи замачивают в тёплой воде, чтобы удалить потом тонкую коричневую кожицу. Это часто делают, когда готовят крем, соус, мусс или суфле - что-то очень нежное и однородное. Кусочки кожицы в таких блюдах не нужны.

Замачивание грецких орехов помогает снизить уровень плохого холестерина в организме и такие орехи легче перевариваются по сравнению с обычными, сухими. Для этого просто замочите 2-4 ядрышка грецкого ореха на ночь в 1 стакане воды и съешьте перед завтраком утром.

Способы очистки

Мы знаем семь способов очистки, среди них есть один - самый проверенный. Это покупка уже очищенных грецких орехов! Вам не только не нужно чистить орехи, вы ещё и сразу видите ореховые ядрышки и можете оценить качество продукта. А какая экономия времени и сил!

Остальные 6 способов очистки грецких орехов:

- метод «дверных петель» - способ авантю-

рный, но чаще всего самый надёжный;

- удар молотком; для него не забудьте замочить грецкие орехи в тёплой воде на пару часов, чтобы немного размягчить скорлупу;

- метод «голые руки», более всего подходящий для сильных и выносливых рук; для него два грецких ореха нужно прижать друг к другу и сдавить;

- использование острого ножа - опасный способ очистки грецких орехов; подходит для опытных и ловких, противопоказан детям;

- использование различных гаджетов и приспособлений, в том числе и винтового пресса подобного Щелкунчику;

- заморозка - наиболее оригинальный из всех способов очистки грецких орехов.

О последнем способе очистки расскажем поподробнее. Использование морозильника для раскалывания грецких орехов связано со свойствами воды, которая расширяется при заморозке. Положите грецкие орехи в пакет ziplock, подходящий для морозилки и плотно закройте. Уберите запечатанный пакет в морозильную камеру на несколько часов. Вода, содержащаяся в орехах и их скорлупе, замерзает, расширяется и ... скорлупа грецких орехов раскалывается.

Сколько съесть в день?

Грецкие орехи обладают высокой калорийностью: больше 600 ккал на 100 г. При этом, как писали выше, они очень полезны, поэтому учёные и диетологи расходятся во мнении, сколько можно съесть грецких орехов в день. Усреднённая норма - 40-50 г.

Если готовите блюда, помните, что в 1 стакане объёмом 250 мл содержится 160 г грецких орехов.

Как хранить?

Свежие грецкие орехи, правильно высушенные, могут храниться в скорлупе до 3 лет.

После очистки масла в сырых грецких орехах быстро становятся прогорклыми. Такие орехи нужно либо использовать как можно раньше - почти сразу после удаления скорлупы, либо хранить в холодильнике или морозильной камере. В холодильнике орехи могут храниться полгода, в морозильной камере - до 1 года.

Очищенные орехи, которые продаются в магазине, проходят несколько этапов перед упаковкой, в том числе и пастеризацию. Пастеризация обеспечивает безопасность продуктов, увели-

ПОЛЬЗА И ВРЕД



чивая их срок хранения. Плюс пастеризация не особо влияет на содержание антиоксидантов, их почти не становится меньше!

Содержание

В 100 г сырых грецких орехов содержится:

- белков – 15,2 г;
- жиров – 65,2 г;
- углеводов – 13,7 г;
- вода – 4,07 г;
- калорий – 654 ккал и 2740 кДж;
- клетчатки – 6,7 г;
- сахара – 2,61 г;
- кальция – 98 мг;
- железа – 2,91 мг;
- магния – 158 мг;
- фосфора – 346 мг;
- калия – 441 мг;
- биотина – 2,6 мг;
- витамина Е – 2,6 мг.

Как можно использовать?

Грецкие орехи придают хрусткость и аромат выпечке и десертам - пирогам, хлебу и пирожным. Их хорошо добавлять в тесто для кексов, блинов и вафель плюс готовить домашнюю пахлаву и козинаки. Но сладкое - не единственное применение грецких орехов. Используйте их при готовке супов, особенно густых, как харчо по-мегрельски или овощных паровых. Грецкие орехи отлично дополняют запеченные овощи, салаты, в том числе и фруктовые. Из мелко нарезанных грецких орехов получается превосходная панировка для котлет или биточков.

Грецкие орехи составляют основу многих соусов - например, грузинских сациви и баже. На Кавказе грецкие орехи вообще пользуются невероятной любовью. В Грузии помимо соусов с грецкими орехами готовят лобио и пхали из овощей, в Абхазии кладут в закуски из зелени (ачархал), в Азербайджане они идут в начинку для рыбы льянги, в Армении - для хапамы, фаршированной тыквы.

Грецкие орехи также можно добавлять в протеиновые коктейли и смузи, измельчая их вместе с другими ингредиентами. Из них можно готовить домашнее чатни или соус

из грецких орехов, чеснока, имбиря, мяты, лимонного сока, масла, соли и свежемолотого черного перца.

Из самых простых способов приготовления грецких орехов выделим три.

Первый способ - ореховое мюсли, многофункциональная добавка к мороженому, творогу, йогурту, сметане, варенцу. Для него смешайте грецкие орехи в кухонном комбайне с овсяными хлопьями, мукой и коричневым сахаром до средней крошки. Пробивать в муку не нужно! Смешайте подготовленную смесь с небольшим количеством растительного масла. Не лейте сразу много, а добавляйте буквально по капле и перемешивайте, добиваясь консистенции мокрого морского песка. Выложите смесь на противень, застеленный бумагой для выпечки, подпеките в разогретой до 180 градусов Цельсия духовке до хрустящей корочки. Подавайте с ягодами или фруктами с кисломолочными продуктами.

«Чудесная ореховая паста». Просто смешайте немного какао-порошка и меда. Добавьте грецкие орехи, пробитые в блендере до мелкой крошки. Перемешайте и приправьте лимонным или апельсиновым соком. Пасту храните в герметичной банке.

«Хрустящие грецкие орехи». Смешайте в миске 450 г очищенных орехов и 1 ст. л. морской соли. Залейте орехи питьевой водой и оставьте на 8-12 ч. Откиньте на сито, быстро сполосните и просушите бумажными полотенцами. Рассыпьте в один слой на противень, застеленный бумагой для выпечки. Сушите при 50 °С не менее 3 ч и больше, в зависимости от того, насколько хрустящими они вам нравятся.

Пять лучших салатов из орехов

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ, ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Для приготовления 6 порций нужно: 1 большой кочан цветной капусты, 1 лимон, 5 ст. л. оливкового масла, 5 крепких огурцов среднего размера, 50-60 г очищенных грецких орехов.

Для заправки: листики 4-5 веточек тархуна, 120 г домашнего майонеза, 100 мл газированной воды, соль и свежемолотый черный перец.

Цветную капусту разделите на небольшие соцветия. Лимон разрежьте пополам, 1 половину нарежьте тонкими ломтиками.

Вскипятите большую кастрюлю воды с ломтиками лимона. Через 1 мин. положите капусту. Через 5-7 мин. переложите капусту в большую миску, сразу же вылейте на неё сок из оставшейся половинки лимона, полейте оливковым маслом. Отставьте на 10 мин., 3-4 раза перемешайте.

Огурцы разрежьте вдоль на 4 части, тонко нарежьте. Орехи обжарьте на сухой сковороде и крупно порубите ножом.

Для заправки листочки тархуна измельчите, перемешайте с майонезом. Добавьте к смеси столько газированной воды, чтобы консистенция была чуть гуще, чем у кефира. Посолите и поперчите.

Добавьте огурцы к цветной капусте, влейте заправку, перемешайте. Добавьте крупно нарезанные грецкие орехи и подавайте.

САЛАТ ИЗ ЖАРЕНОЙ СВЕКЛЫ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ И ЗЁРНАМИ ГРАНАТА

Для приготовления 4 порций нужно: 2 свеклы, 2 зубчика чеснока, 4 ст. л. растительного масла, 100 мл питьевой воды, 1 ч. л. свежемолотого черного перца, 4 ст. л. крошки грецкого ореха, половина граната (зёрна), кресс-салат для декора.

Сырую свеклу порежьте мелкими брусочками или натрите на крупной терке. Неочищенные зубчики чеснока раздавите плоской стороной ножа.

В сковороде нагрейте растительное масло, обжарьте чеснок до появления аромата.

Обжаривайте свеклу на среднем огне, 5 мин. Убавьте температуру, влейте воду и тушите 10-12 мин., посолите и приправьте черным перцем.

Готовую свеклу немного остудите. Разложите

по тарелкам, посыпьте крошкой грецкого ореха, зёрнами граната и подавайте с веточками кресс-салата.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ, ТРЁХ ВИДОВ ЛУКА С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Для приготовления 4-5 порций нужно: 1 большая обычная луковица, растительное масло, 2 небольшие луковицы шалота, 1 средний кочан молодой капусты, 1 средний пучок зеленого лука, 50 г грецких орехов, 1-2 ст. л. горчицы с медом, 1-2 ч. л. лимонного сока, соль, свежемолотый чёрный перец.

Репчатый лук нарежьте тонкими полукольцами, обжарьте в 5 ст. л. растительного масла с солью до золотисто-коричневого цвета.

Шалот нарежьте как можно мельче, смешайте с солью и горчицей. Добавьте к этой смеси масло, в котором жарился лук. Поперчите.

Очень тонко нашинкуйте капусту, разрежьте поперёк на удобные для еды кусочки. Смешайте с заправкой из шалота с горчицей.

Тонко нарежьте зеленый лук, вмешайте в капусту вместе с жареным луком и рублеными орехами. Посолите и поперчите. Заправьте медовой заправкой, сбрызните соком лимона и подавайте.

САЛАТ ИЗ ЯБЛОК, КЛЮКВЫ, ГОЛУБОГО СЫРА С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Для приготовления 4-6 порций нужно: 30-40 г грецких орехов, 15 г сливочного масла, 1 ст. л. сахарной пудры, 1 среднее красное сладкое яблоко, 100 г салатной смеси, 50 г сыра с голубой плесенью, 40-50 г сушёной клюквы или вишни, растительное масло.

Для заправки: 50-60 г сушёной клюквы, 1 ч. л. тёртой апельсиновой цедры, 50 мл яблочного уксуса, 2 ст. л. мёда, 4 ст. л. оливкового масла, 0,5 ч. л. соли, 0,5 ч. л. свежемолотого чёрного перца.

Для заправки положите в чашу блендера все ингредиенты и измельчите, 30 сек.

Для салата положите орехи на разогретую сковороду со сливочным маслом и посыпьте сахарной пудрой. Жарьте, постоянно помешивая, пока они не покроются тонкой карамельной плёнкой, 3 мин.

Переложите на бумагу для выпечки, смазанную растительным маслом, и полностью охладите.

Нарежьте яблоко средними кубиками. Раскрошите сыр вилкой.

Выложите в салатницу салатную смесь, сушёную клюкву и яблоки. Добавьте орехи и сыр. Полейте салат заправкой.

РИСОВЫЙ САЛАТ С ЦУКИНИ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

Для приготовления 4 порций нужно: 600 мл питьевой воды, 80-100 г смеси длиннозерного и дикого риса, 2 средних цукини, 2-3 ст. л. оливкового масла, 40-50 г грецких орехов, листики 4 веточек петрушки, 1 ч. л. тёртой лимонной цедры, сок половинки лимона, 30 г тёртого пармезана, соль, свежемолотый чёрный перец.

Доведите до кипения воду в широкой кастрюле. Добавьте промытый рис и щепотку соли. Сварите до готовности, 12 мин. или следуя инструкции на упаковке. Откиньте на дуршлаг и обдайте холодной водой. Охладите до комнатной температуры.

Разогрейте духовку до 200 °С. Нарежьте цукини пластинами толщиной 1 см. Посолите, поперчите и сбрызните оливковым маслом. Выложите цукини на решётку и поставьте в разогретую духовку на 20 мин. Готовые цукини немного остудите и нарежьте небольшими кусочками.

Поджарьте орехи на сухой сковороде до появления аромата. Затем пересыпьте на рабочую поверхность, немного охладите и крупно порубите.

Мелко нарежьте листья петрушки. Положите рис, цукини, петрушку и орехи в миску. Добавьте 2 ст. л. оливкового масла, лимонную цедру и сок. Приправьте салат солью и перцем и перемешайте. Посыпьте тёртым сыром, ещё раз перемешайте и подавайте к столу.

За наркотики – под суд

Следственной частью по расследованию организованной преступной деятельности Следственного управления УМВД России по Сахалинской области окончено расследование уголовного дела в отношении 28-летнего жителя города Николаевска-на-Амуре. Мужчина обвиняется в попытке сбыта наркотических средств в крупном размере.

Следователи выяснили, что в конце марта прошлого года обвиняемый через один из популярных мессенджеров связался с магазином в теневоом сегменте Интернета с целью незаконного заработка. В результате ему была предложена работа наркокурьера в городе Южно-Сахалинске, а также куплен билет на самолет.

По прибытии в областной центр фигурант, используя методы шифрования в своем гаджете, связался с кураторами и получил координаты крупного тайника-закладки с наркотиками. Забрав дурман, гражданин отвез его на свою съемную квартиру и начал ждать дальнейших указаний, но в ходе оперативно-разыскных мероприятий был задержан сотрудниками полиции.

В ходе личного досмотра мужчины и осмотра его жилища обнаружены и изъяты 22 свертка с порошкообразным веществом белого цвета, уже готовые к сбыту. Экспертиза установила, что это наркотическое средство синтетического происхождения – мефедрон, общей массой почти восемь граммов.

Теперь обвиняемого будут судить за покушение на незаконный сбыт наркотических средств в крупном размере. Уголовное дело направлено в суд.

Запрещенная «скорость»

Следственной частью по расследованию организованной преступной деятельности Следственного управления УМВД России по Сахалинской области окончено расследование уголовного дела за незаконные приобретение, хранение без цели сбыта наркотических средств, совершенные в крупном размере.

Установлено, что женщина 1980 года рождения, используя один из браузеров, зашла в теневой сегмент Интернета, где приобрела для себя синтетический наркотик, именуемый в народе «скорость». После этого ей на мобильный телефон пришли координаты тайника-закладки.

Прибыв на указанный адрес, фигурантка забрала дурман, часть сразу же употребила на месте, а остальное положила в карман одежды. Спустя некоторое время, в ходе обработки полученной оперативной информации, гражданка была задержана сотрудниками УКОУ УМВД области. При личном досмотре у нее было обнаружено 1,5 грамма вышеуказанного наркотика.

Уголовное дело направлено в суд.



Не бери чужого

Следственным отделом ОМВД России по Томаринскому городскому округу окончено расследование по уголовному делу, возбужденному в отношении 40-летнего жителя села Стародубского. Мужчина обвиняется в совершении кражи.

Установлено, что в конце прошлого месяца мужчина был направлен в командировку в Томаринский район. По приезду на место он заселился в гостиницу. Вечером, возвращаясь с работы, обвиняемый решил заехать в магазин. На прилавке мужчина заметил лежащий мобильный телефон, который оставил предыдущий покупатель, и решил присвоить его себе. Дождавшись, когда продавец отвлечется, он положил его себе в карман и скрылся. Данным гаджетом сахалинец планировал пользоваться в дальнейшем как своим собственным, но уже на следующее утро был задержан сотрудниками полиции.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Превышение самообороны

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Ногликский» окончено расследование по уголовному делу, возбужденному в отношении 39-летнего жителя Ногликского района. Мужчина обвиняется в умышленном причинении тяжкого вреда здоровью, совершенном при превышении пределов необходимой обороны.

Установлено, что у фигуранта отсутствует собственное жилье, в связи с чем он проживал у сожительницы вместе с её детьми. С одним из её сыновей у мужчины были напряженные отношения из-за того, что обвиняемый часто выпивал с его матерью алкогольные напитки. В очередную такую встречу между мужчинами возник словесный конфликт, и родственник женщины затаил на него обиду.

На следующий день сын пришел на разговор к фигуранту вместе с двумя товарищами. Компания хотела выяснить с ним отношения.

Один из молодых людей два раза ударил мужчину в лицо. От ударов он упал на землю, но затем, схватив обидчика за куртку, умышленно нанес один удар ножом в область живота, тем самым

превысив пределы необходимой обороны. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

«Электрик» обокрал инвалида

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 32-летнего ранее судимого уроженца поселка Вахрушев, обвиняемого в совершении кражи.

Установлено, что в конце июля прошлого года фигурант, находясь в Южно-Сахалинске, зашел в магазин бытовой химии, чтобы совершить покупку. У прилавка он увидел ранее незнакомую ему пожилую женщину, которая разговаривала с продавщицей. Из их беседы он услышал, что пенсионерка ищет электрика, чтобы починить розетку. Поскольку обвиняемый имеет навыки работы с электрикой, он предложил ей свои услуги. Женщина согласилась и предложила ему за работу 500 рублей, а также сообщила адрес и время, когда прийти.

Находясь уже дома у потерпевшей, мужчина заметил, что хозяйка вытаскала из тумбочки купюру номиналом в 500 рублей, чтобы расплатиться с ним за работу. Злоумышленник предположил, что в ящике могут находиться еще деньги, и решил их похитить. Тогда он под благовидным предлогом отправил женщину на кухню, а сам в это время открыл верхний ящик тумбочки, где обнаружил купюру номиналом в 5 тысяч рублей, и забрал ее себе. Затем он сообщил, что закончил ремонтировать розетку, взял у потерпевшей деньги за работу и ушел.

Обнаружив кражу, женщина сначала не стала обращаться за помощью в правоохранительные органы. Однако спустя несколько дней, при проведении оперативно-разыскных мероприятий, об этом случае стало известно сотрудникам уголовного розыска. При этом выяснилось, что потерпевшая является инвалидом.

Полицейские сами приехали к пенсионерке узнать, действительно ли в отношении нее было совершено преступление. Потерпевшая рассказала правоохранителям о случившейся краже и написала заявление, а совершивший его злоумышленник был задержан и доставлен в полицию для разбирательства.

В настоящее время уголов-

ное дело рассматривается в суде.

Любитель нетрезвой езды ответит перед законом

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование по уголовному делу, возбужденному в отношении 27-летнего жителя села Соловьевка. Молодой человек обвиняется в совершении трех преступлений, два из которых - управление транспортным средством в состоянии опьянения лицом, подвергнутым административному наказанию или имеющим судимость. Кроме этого, мужчина обвиняется в краже, совершенной с банковского счета.

Установлено, что ранее фигурант был признан виновным в совершении административного правонарушения (отказ от прохождения медицинского освидетельствования) и, помимо штрафа, был лишён прав на управление автомобилем на 1 год 6 месяцев.

Вместе с тем в ночное время он, находясь в состоянии опьянения, вновь сел за руль легкового автомобиля и направился из Соловьевки в Южно-Сахалинск. По пути автомобиль остановили инспекторы ОСР ДПС ГИБДД УМВД России по Сахалинской области. Молодой человек был отстранён от управления автомобилем. Находясь в медицинском учреждении, водитель отказался от прохождения освидетельствования.

Спустя несколько дней обвиняемый находился вместе со своей знакомой в лесном массиве в селе Мицулевка, где девушка нашла на земле чужую банковскую карту и передала ее фигуранту. Вместо того чтобы заявить о находке в полицию, злоумышленник совершил по кредитке несколько покупок, а затем выкинул за ненадобностью.

Также в сентябре прошлого года мужчина, несмотря на прежнюю судимость за повторное управление автомобилем в состоянии опьянения, вновь сел за руль в нетрезвом состоянии и был задержан сотрудниками ГИБДД.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД России по Сахалинской области.

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

АРТ-ГРАНИТ
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК
 Гранит - от 14 500 руб.
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.
 • Рассрочка платежа
 • Гарантия
 • Бесплатное хранение
 Полный комплекс услуг: столики - лавочки - вазы - облицовочная гранитная плитка. Художественные работы ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ - фото на керамике. Благоустройство захоронений.
Тел. 500-639
 Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.
 Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.
 • Бетонирование • Отсыпка • Плитка гранит и керамогранит
 • Ограды гранитные • Комплексы любой сложности

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

САХГЕМС
 изготовление и установка
ПАМЯТНИКОВ
 из природного камня
 ~ граниты (черные, цветные) от 10 000 руб.
 ~ мрамор (серый) от 10 000 руб.
 ~ вазы ~ ограды ~ столы ~ лавки
 ~ весь комплекс услуг по благоустройству места захоронения
 ~ разнообразный дизайн
 ~ возможность индивидуального заказа
Пр. Мира, 1 Д, тел. 77-94-20
Пр. Мира, 195, тел. 394-888
 Рассрочка платежа, бесплатное хранение
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 10%

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 информации «Телемира» 49-16-08

Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Бризоль из куриного фарша

Ингредиенты: фарш куриный - 450 г, яйца куриные - 5 шт., молоко - 60 мл, масло сливочное - 25 г, масло растительное - 30 мл, соль, перец и специи для курицы – по вкусу.

Приготовление: разбиваем четыре яйца в миску и соединяем с молоком. Взбиваем венчиком, солим и перчим.

Разогреваем сковороду на слабом огне, вливаем растительное масло и туда же добавляем сливочное. На смеси масел жарим три омлета с обеих сторон, по одной минуте.

Включаем духовку для разогрева до 180 градусов.

В фарш вбиваем яйцо, добавляем куриную приправу, немного соли и перец. Хорошо перемешиваем.

На каждый омлет тонким слоем выкладываем фарш. Заворачиваем в рулет. Отправляем бризоли с фаршем в разогретую духовку на 15 минут.

Нежные и сочные бризоли из куриного фарша готовы. Приятного аппетита!



Партнер  рубрики

БАЛОВЕНЬ
СУПЕРМАРКЕТ

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

ЦЕНА ВОПРОСА

260 рублей.

Фарш куриный - 190 руб.

Яйца куриные - 50 руб.

Молоко - 5 руб.

Масло сливочное - 15 руб.

Масло растительное, соль, перец и приправы - из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Подарок обязательной сертификации

Рыба, запеченная под соусом из сметаны, помидоров и сыра

Ингредиенты: филе трески (или другой белой рыбы) - 300 г, сметана - 3 ст. л., сыр твердый (желательно пармезан) - 40 г, помидор - 1 шт., укроп свежий - 5 веточек, лук зелёный - 2 шт., чеснок - 1 зубчик, соль и перец чёрный молотый - по вкусу.

Приготовление: порционные формочки для запекания смажьте растительным маслом. Рыбу разрежьте на две порции и уложите в формы для запекания.

Включите духовку, разогрейте до температуры 180 градусов.

В миску поместите сметану, посолите и поперчите. Очистите чеснок и измельчите. Добавьте чеснок в миску со сметаной.

Зелёный лук мелко нарежьте и добавьте в миску со сметаной и чесноком. Мелко нарежьте зелень укропа и добавьте в миску. Часть укропа оставьте для украшения.

На помидоре сделайте крестообразный, неглубокий надрез. Опустите на 5 минут в кипятки, затем перенесите в холодную воду. Снимите кожицу.



Помидор нарежьте кубиками и добавьте в миску со сметаной, чесноком и зеленью. Сыр натрите на мелкой тёрке и положите в миску. Все перемешайте.

Разложите смесь в формочки поверх филе. Запекайте рыбу под соусом из сметаны, помидоров и сыра в горячей духовке при температуре 180 градусов в течение 25-30 минут.

Выньте готовую рыбу из духовки и посыпьте оставшимся укропом.

Коктейль «Мохито» безалкогольный

Ингредиенты: лайм - 3 шт., сахар тростниковый - 4 ч. л., мята свежая - 20-24 листика, ром белый (для алкогольного коктейля) - 50 мл, вода газированная, лёд.

Приготовление: берем один лайм, катаем его по столу, чтобы из него проще было выжать сок, и разрезаем его на две половины. Два оставшихся лайма нарезаем кружками. Выбираем 2 кружка и делаем на них надрез до середины - их я буду использовать для украшения коктейля. Остальные кружки лайма разрезаем на 2 части.

Берем 2 бокала, насыпаем в них по 2 чайные ложки тростникового сахара. Если у вас его нет, можете заменить обычным. Однако стоит помнить о том, что тростниковый сахар помимо сладости дает ещё карамельный привкус.

Выжимаем в каждый бокал сок половины лайма. Перемешиваем, пока сахар не растворится. В противном случае он может неприятно хрустеть на зубах в готовом коктейле.

Извлекаем лёд из полиэтиленовой формы и перекладываем его в пакет. Пакет оборачиваем полотенцем и кладем на рабочую поверхность. Распределяем лёд равномерно внутри пакета. При помощи молотка для мяса измельчаем лёд. Вернемся к бокалам с соком лайма и сахаром. Добавим



в каждый из них по 10-12 листиков мяты. Также в каждый бокал надо добавить по 6 кусочков лайма. Засыпаем в бокалы колотый лёд, желательнее делать это не до краев, чтобы потом можно было аккуратно перемешать коктейль. Перемешиваем содержимое бокала, стараясь поднять со дна сок лайма с сахаром. Выкладываем в бокалы лёд до самого верха. Заполняем их газированной водой.

Украшаем коктейль «Мохито» веточкой мяты и ломтиком лайма.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

Тема следующего номера - блюда на каждый день

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



БУДНИ
07.00-11.00 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
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (пн-ср)
12.43, 14.43, 15.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43 (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
12.43, 14.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43 (сб)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (вс)
Золотой хит
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Шоу «Прием»



— Скажи, а как определить, дура женщина или умная?
— По мужику...

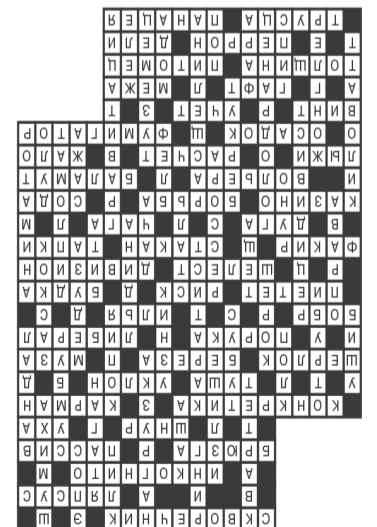
Пришла женщина к знахарке и говорит:

- Мне нужно порчу снять!
- А вы её у нас делали?
- Да.
- Знахарка кричит в сторону:
- Галя, у нас отмена!

Из достоверных источников известно, что достоверных источников не существует.

При хорошей женщине и мужчина может стать человеком.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16





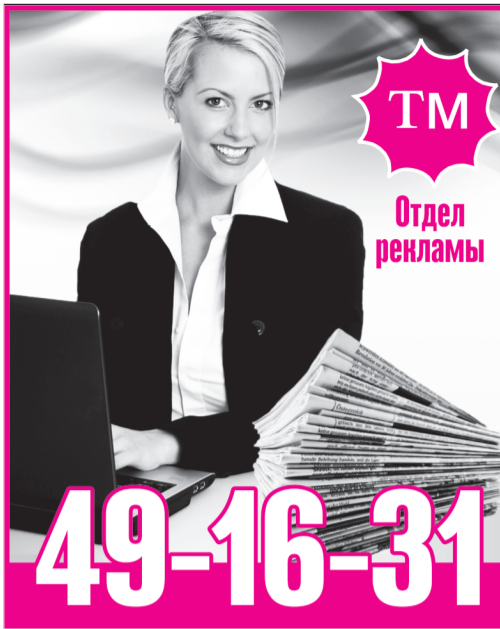
СТРАННИК
ЦЕНТР

БОЛЬШОЙ ВЫБОР

РЕАЛЬНЫЕ ЦЕНЫ!



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



Птичий домишко на шесте	Басня Крылова про горе-музыкантов	Часть урожая, которую можно и продать	Площадь для нокаута	36 часов в неделю для учителя	Курьезная оговорка косноязычного оратора	Видео к хиту Клинокв руке евнуха	Повесть о ватерном роде литературы	Вызванные сенсацией толки
Старик с ворчливым нравом	Таинственный незнакомец в гостинице		Греча с молоком					Хулиган, оставивший автограф на Колизее
Зловонное насекомое на листке малины	"Труба" для переноски чертежей	Мастер с черным поясом		Длинный "поводок" скакалки	"Апатичный" раздел бухгалтерской отчетности		Фирменное походное блюдо рыбаков	

Будущий синяк или шишка			Выпотрошенный бык		Мечтатель о воле пленник			
Уточняющие ситуацию четкие факты	Пшеничный "мусор" диетчицы	"Друг" по-пацански		Школа с математическим ...ом			"Студень" ужаливший курортника	Временное умопомрачение
			Русское дерево для банных веников			Нагрудный "тайничок" на изнанке куртки		
Имя "гуру" для Ватсона	Каркас очков	Трижды судимый вор		Имя отца Петра Чайковского	Босс, прощающий опоздания и ошибки			
		Ответственность, взятая активом за хулигана	Гостя зятя в классических анекдотах	Смягчитель толчков ухабистой дороги	Сплав прочных нервов		Бейбольное орудие агрессивного водителя	Тактик, ловко избегающий конфликтов в переговорах
				Операция с малыми шансами на успех		Летняя "фа-зенда" в собственности горожанина	"Хоромы" Полкана на цепи	
Шпагоглотатель с восточного базара	Глубокое уважение к юбиляру	Коллега Комолова	"Идефикс" аргонавта		Артиллерийское подразделение			
			Бедняк в изношенной одежде	Одноразовый пластик при офисном кулере			Мягкие домашние черевички	
Единицы тарифов на электроэнергию	Форма коромысла и арки			Крупный орел-"напарник" охотника	Глубокая "трещина" вдоль ледника	Грибная "опухоль" на березовом стволе	Поговорка: "Делаккак ...бела"	"Дыра", из которой вылетает пуля
				Предвыборная и грекоримская		Всемирное тяготение по-латински	Порошок, погашенный уксусом	
К/ф "...Рояль"	Циркач, управляющий летающими тарелками				Актерская игра покериста	Заморский абориген лексикона русича		
"Бегунки" Домрачевой			Проволочная клетка для птиц в зоопарке	Деньги, полученные при увольнении			Пустобрех, зря встревоживший людей	Разящий "клинок" пчелы
Горечь на душе после неприятного разговора					"Взятие под наблюдение" беременных дам	Прибор розеток с пластиной от комаров		
			Застывшая "корка" на переломе	Ксенонный "софит" на авто		Сезонная популярность красных брюк	Десерт, сравнимый с дряблыми мышцами	
Механик в друзьях дяди Скруджа	Актёр роли Артура в к/ф "Воры в законе"			Толоконный лоб из сказки про Балду	Граница, разделяющая участки садоводов			
				Вращенный в живом уголке хомяк				
Параметр стены, влияющий на звукоизоляцию	Длинный "подиум" вдоль ж/д путей				Индийский мегаполис, уступающий Мумбаи			
Способ неспешной пробежки				Чудо-лекарство, исцеляющее всех и вся				

