

№21  
(1189)  
26 мая  
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

Имеются противопоказания.  
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. здравоохр. Сах. обл.  
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ  
ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

## БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ С ОБСАДКОЙ

Гарантия

Требуется  
специалист-бурильщик  
28-79-37,  
8-914-758-79-37

## В зоомагазин ТРЕБУЕТСЯ ПРОДАВЕЦ

С 10.00  
до 20.00,  
посменно



8-962-121-31-21

## На родине снежного барса 12 и 13



К 76-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне группа сахалинцев, членов сахалинского отделения Русского географического общества, совершила восхождение на ряд вершин горного узла Мунку-Сардык Восточных Саян, в том числе на высочайшую вершину Саян, а также Республики Бурятия - гору Мунку-Сардык. Гора Мунку-Сардык находится в одноименном хребте, являющимся частью высокогорного массива Большой Саян, который в свою очередь входит в Восточные Саяны. Восточные Саяны - горная система в Южной Сибири, расположенная на территории России и Монголии, протянувшаяся с северо-запада на юго-восток от правобережья Енисея до озера Байкал, и вместе с Западным Саяном образует Саянские горы. Образовались горы в палеозое (примерно 500 млн лет назад), в дальнейшем до конца неогена интенсивно разрушались. Свой отпечаток на облик гор наложило четвертичное оледенение.

Как  
вырастить  
здорового  
ребенка

Подробности на стр. 5

салон-магазин  
**"ТИС"**  
Южно-Сахалинск, пр. Мира, 56а,  
тел.: 72-77-82, 600-151  
www.sakhtis.ru  
E-mail: tis-2004@yandex.ru

Подлежит обязательной сертификации

## ВСЁ ИЗ ДЕРЕВА

- евровагонка, вагонка
- имитация бруса
- блок-хаус
- доска половая
- щиты мебельные
- комплектующие для лестниц
- погонажные изделия
- МЕБЕЛЬ для ДОМА и ДАЧИ
- ДВЕРИ
- ФОРТОЧКИ
- ОКОННЫЕ БЛОКИ



для НАРУЖНОЙ И  
ВНУТРЕННЕЙ ОТДЕЛКИ

Сосна, лиственница, липа,  
осина, бук, ясень

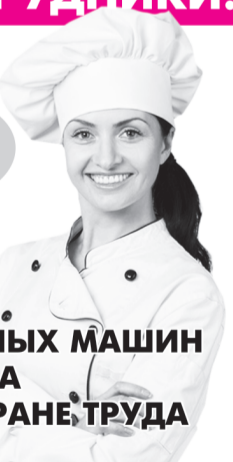
Защитно-текстурные покрытия  
древесины «Акватекс»,  
«Parade», «Текстурол»

Масло «Живица»

## Внимание! ТРЕБУЮТСЯ СОТРУДНИКИ:

- ГОРНИЧНЫЕ
- КУХОННЫЕ РАБОТНИКИ
- ПОДСОБНЫЕ РАБОТНИКИ
- ПОВАР
- ПЕКАРЬ
- КОНДИТЕР
- ОПЕРАТОР СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
- ПРОДАВЕЦ МАГАЗИНА
- СПЕЦИАЛИСТ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
- ШЕФ-ПОВАР

РАБОТА  
ВАХТОЙ



г. Южно-Сахалинск, пр. Мира, 113, оф.73  
WhatsApp 8-914-083-25-95, телефоны:  
8-914-083-25-95, 39-05-63, 39-05-63  
E-mail: cv@ioca.ru

**"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

## СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»

Полный комплекс услуг по доступным ценам

**АКЦИЯ!** Установка южнокорейского импланта по системе Any One + коронка под ключ 70 000 руб.

- Терапия от 3 000 руб.
- Металлокерамика 8 600 руб. - все включено
- Хирургия
- Изготовление всех видов ортопедических конструкций, включая новые технологии
- Профессиональная гигиена полости рта + фторирование - комплекс 6 000 руб.
- Полная диагностика полости рта
- Удаление от 2 500 руб.

УЛ. ВОКЗАЛЬНАЯ, 9 А. ТЕЛ.: 770-660, 400-010

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ



## ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках



Телефоны:  
40-80-80  
40-80-40

## 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
- ЦЕЛЬНОЛИТЫЕ И МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ ПРОТЕЗЫ

БУЛЬВАР ИМ. АНКУДИНОВА, 11  
ТЕЛ.: 76-22-98, 60-45-45

МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ  
ЛИЦЕНЗИЯ ЛО-65-01-000624 ОТ 21.02.2014 ВЫДАНА МИНИСТЕРСТВОМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

**СБТ65**  
Тел. 390-111,  
сайт: Сбт65.рф  
E-mail:  
278266@mail.ru

## ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ

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

КОМПАНИЯ  
**ДОМИНАНТА**  
НЕДВИЖИМОСТЬ

**ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДАЖА  
ВАШЕЙ КВАРТИРЫ**

ПРОДАНО

**DOMINANTA65.RU**  
39-88-11

Лиц. № 000155 от 25.11.2011 г., Инв. Дел. здрав. Сах. обл.

**ООО «ВИРГО»**  
ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ

ПРЕПАРАТЫ  
ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ  
И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ.  
ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

Перед употреблением  
проконсультироваться с врачом.  
Имеются противопоказания.

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

Лиц. № 770-001390 от 10.08.2006 г.  
Инв. Дел. здравоохр. Сах. обл. подлин.  
На основании лицензирующего органа до 28.04.2021 г. №897.

**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



## СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»

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

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

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

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 САЛОН КУХНИ

**Стиль Купе**

от дизайн-проекта до монтажа

**СКИДКИ от 5 до 10%\*** **Рассрочка платежа**

\* До 31.05.2021 г. Подробности по тел. 5-000-88. Организатор - магазин «Стиль-купе» (ИП Ле Ю. Д.).

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

000 МКК «Деньги для всех» рег. номер записи в гос. реестре МФО 2120865001515 от 29 мая 2012 года выдано ЦЕНТРАЛЬНЫМ БАНКОМ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## «ДЕНЬГИ ДЛЯ ВСЕХ»

Займ наличными до 10.000 на 30 дней

### До зарплаты

5-й займ - БЕСПЛАТНО\*



8 (4242) 72 54 86  
 ТЦ «Плаза», 2-й эт.; м-н «Легенда», 2-й эт.

\* Бесплатно - каждый пятый оформленный займ предоставляется клиентам по ставке 0% годовых

**Megapolis** **ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР "МЕГАПОЛИС"**

■ СУПЕРМАРКЕТ ■ РЕСТОРАН  
 ■ БУТИКИ ■ КАФЕТЕРИЙ

Удобно Вам, приятно Вашим близким!

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

## ТРЕБУЮТСЯ ВОДИТЕЛИ



**МЕЖДУГОРОДНИХ И ТУРИСТИЧЕСКИХ АВТОБУСОВ.**

Высокая заработная плата, официальное трудоустройство и соцпакет гарантированы.

Тел.: 28-44-42, 43-13-99

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

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

# В Южном отзвенели последние звонки

В субботу в Южно-Сахалинске прошли последние звонки. Во взрослую жизнь вступили более 2,5 тысячи одиннадцатиклассников и 5,5 тысячи девятиклассников из 130 островных школ. Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко посетил торжественную линейку в южносахалинской гимназии № 2.

- Этот день не только последний звонок в школе, но и первый звонок новой взрослой жизни, - сказал губернатор. - Сколько бы лет ни прошло, вы будете встречаться с одноклассниками, как старые добрые друзья. На этом обучение для вас не завершается. Даже после того, как вы окончите университет, продолжите учиться всю жизнь. Низкий поклон учителям за то, что научили вас учиться. Огромные слова благодарности родителям. А вам желаю отличных оценок на экзаменах.

Глава региона призвал молодежь оставаться учиться в родном регионе. Сахалинские средние и высшие учебные заведения готовы предложить более 130 профессий и специальностей. В том числе - по программам двух дипломов. Этот проект дает возможность



обучаться параллельно в Сахалинском государственном университете и в одном из ведущих вузов страны, а после трудоустроившись на ведущих предприятиях области.

Из стен гимназии № 2 выпускаются 85 ребят, из них 14 претендуют на золотые медали «За особые успехи в учении». За все время 64 гимназиста окончили школу с медалями, 20 ребят получили максимальные 100 баллов на ЕГЭ. Гимназия

№ 2 дважды вошла в ТОП-500 лучших школ России и стала лауреатом премии губернатора «Сахалинский маяк» в номинации «Образование будущего».

Одиннадцатиклассница Татьяна Гусева признается, что последний звонок - один из самых волнительных дней в ее жизни.

- Мы прощаемся со школой, расстаемся с одноклассниками, - сказала выпускница. - Со многими больше не увидимся.

Экзамены вызывают еще больше волнения. Буду сдавать химию, биологию, английский и русский языки. Хочу поступить в медицинский университет и стать анестезиологом.

Основной этап ЕГЭ в этом году пройдет с 31 мая по 25 июня, дополнительный - с 12 по 17 июля. Девятиклассники будут сдавать ОГЭ с 24 мая по 2 июля, дополнительный период запланирован на 3-15 сентября.

## Качество ремонта дорог проверили в областном центре



Валерий Лимаренко вместе с общественниками проверил качество ремонта дорог в Южно-Сахалинске. Во время объезда по областному центру глава региона проинспектировал, как выполнен ямочный ремонт на улице Горького, проконтролировал ход реконструкции Комсомольской и демонтаж аварийных домов.

- Мы все - губернатор, волонтеры, автомобилисты и пешеходы - должны быть уверены, что деньги, которые выделяются на содержание дорог, тратятся по назначению, - подчеркнул Валерий Лимаренко. - Ямы и трещины сахалинских дорог наносятся на цифровую карту. Это делается для того, чтобы правильно ставить задачу по их устранению. Пока волонтеры не примут участок и не скажут, что ремонт проведен хорошо,

дефекты останутся на карте.

Член городского дорожного общественного совета Алена Силачева рассказала, что на улице Горького устранили около 40 ям и трещин. У активистов есть возможность высказать замечания по качеству ямочного ремонта, и подрядчики их обязательно учитывают.

- Это замечательная инициатива - привлечь южносахалинцев, - сказала Алена Силачева. - Безопасность на дорогах в первую очередь нас, жителей, и касается. Подключились также волонтеры в районах. За последний месяц качество наших дорог значительно улучшилось. Теперь нужно работать на предупреждение. Только есть намек на трещину - убирать и не допускать больших ям.

Глава региона с таким подходом согласился и предложил неравнодушным жителям сразу сообщать о намечающихся



дефектах на Сахалин.онлайн.

На сегодняшний день в областном центре привели в порядок 29 тысяч квадратных метров асфальтового покрытия. Стоит задача - к 1 июня ликвидировать все крупные недостатки на 17 основных транспортных артериях Южно-Сахалинска. Мелкие дефекты будут устранены к 1 июля. На всех участках пройдут волонтерские рейды.

В ходе объезда губернатор также проверил ход капитального ремонта улицы Комсомольской. Сейчас здесь идут работы второго этапа - на участке от проспекта Победы до улицы Емельянова. К ремонту приступили в прошлом июле, сдача по плану - в конце августа этого года. Дорога будет открываться для движения по мере готовности.

Здесь полностью заменили коммуникации, проложили сети водо- и теплоснабжения,

обустроили ливневую канализацию. Подрядчик готов приступить к асфальтированию. Проект предусматривает не только укладку твердого покрытия, но и обустройство тротуаров, озеленение, уличное освещение.

На следующем этапе капитально отремонтируют Комсомольскую - на участке от Емельянова до Пуркаева. Подрядчик уже определен. Завершение работ намечено на 2022 год.

Еще одним пунктом объезда стала площадка, где ранее располагался аварийный дом по проспекту Победы, 22а. Здесь не был вовремя вывезен мусор после демонтажа здания. Сейчас площадка полностью расчищена. Земельный участок отдадут детскому саду «Ягодка». Валерий Лимаренко поручил не затягивать с этой работой и начинать благоустройство в ближайшее время.





## АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

Аккаунты в социальных сетях: [vk.com/yuzhnosakhalinsk\\_official](https://vk.com/yuzhnosakhalinsk_official), [facebook.com/yuzhnosakhalinsk](https://facebook.com/yuzhnosakhalinsk), [instagram.com/yuzhnosakhalinsk\\_official](https://instagram.com/yuzhnosakhalinsk_official)



## Успейте проголосовать за благоустройство Южно-Сахалинска!

30 мая завершается рейтинговое голосование за общественные пространства в рамках проекта «Формирование комфортной городской среды». Каждый голос может повлиять на то, какая территория будет благоустроена в следующем году. Сделать выбор можно на портале [65.gorodsreda.ru](https://65.gorodsreda.ru).

Для оказания поддержки в проведении голосования в крупных торговых центрах города, в парке и во время проведения мероприятий работают волонтеры. Добровольцы рассказывают об объектах благоустройства, отвечают на вопросы. При себе у каждого есть специальный планшет, с помощью которого можно легко и быстро отдать свой голос за понравившуюся территорию. За время голосования активисты помогли проголосовать более 1300 горожанам.

Напомним, что в этом году на голосование представлены сквер Авиаторов в Хомутово, территория, прилегающая к



бывшей мэрии Тойохары, а также пространство юго-восточнее пересечения улиц Пограничной и Комсомольской.

С эскизами можно ознакомиться на сайте администрации. Здесь же размещена пошаговая инструкция по голосованию. Принять участие в нем могут горожане от 14 лет и старше.

Ранее в рамках проекта

«Формирование комфортной городской среды» в Южно-Сахалинске был благоустроен ряд общественных пространств. С 2017 года обновлены скверы, расположенные вдоль улицы Сахалинской (Крузенштерна, Рудановского, Головнина и Невельского), а также вдоль проспекта Победы (аллея Энергетиков и сквер им. А.С. Пушкина).

## Коллективы города приглашают на вакцинацию



Для удобства сотрудники предприятий и организаций различных форм собственности могут вакцинироваться от коронавирусной инфекции организованно.

Помощь коллективам в решении организационных вопросов оказывает департамент социальной политики администрации Южно-Сахалинска. Для каждого подбирается удобный день и время прививки в медицинском учреждении. В ряде случаев возможна организация выезда медиков непосредственно на место работы. Подать заявку на вакцинацию можно в рабочее время по телефону **31-27-10**.

Кроме того, в областном центре на этой неделе к мобильным пунктам вакцинации до-

бавилась еще одна точка в городском парке, в районе озера Верхнего. Она будет работать до 30 мая в будние дни с 12.00 до 17.00, в выходные - с 10.00 до 15.00.

Также мобильные пункты вакцинации расположены в ТЦ «Столица», «МегаБерезка» (часы работы: с 12.00 до 17.00) и на площади Победы (с 11.00 до 18.00).

При себе необходимо иметь паспорт, СНИЛС и полис ОМС. На месте медики проводят консультации с пациентами и предварительное обследование. Специалисты подчеркивают, что в выездных пунктах соблюдены все санитарно-эпидемиологические требования для проведения вакцинации от COVID-19.



## «Адмирал Невельской» совершил технический рейс

В нем новейшее судно пробыло с 22 до 25 мая, а затем – в июне – впервые выйдет на линию с пассажирами. Транспортное средство будет работать на маршруте Корсаков – Кунашир – Шикотан – Итуруп – Корсаков. Путь до ближайшего острова займет менее суток. Билеты должны появиться в продаже на этой неделе.

Для многих жителей и гостей региона морской транспорт является самым удобным, - отметил областной министр транспорта и дорожного хозяйства Валерий Спиченко. - Долгое время на линии работал только теплоход «Игорь Фархутдинов». С ростом пассажиропотока возникла необходимость увеличить количество судов. Уже осенью этого года на линии Корсаков-Курилы будут работать сразу три судна.

С появлением «Адмирала Невельского», а скоро и «Павла Леонова», для пассажиров открываются новые возможности. Каждое судно сможет перевозить более 140 человек.

Для пассажиров созданы комфортные условия - в каютах есть душевая, телевизор, холодильник, откидной столик. Предусмотрена двухместная каюта матери и ребенка с высокой спинкой кровати. В каюте для пассажиров с ограниченными возможностями здоровья более широкие двери, оборудованный санузел. На борту есть ресторан на 74 места, буфет, кабинет врача.

Новые суда дают перспективы для роста грузооборота. Каждое вмещает до 24 контейнеров и шесть легковых автомобилей. А благодаря повышенному ледовому классу доставить людей и товары суда смогут даже в самых непростых погодных условиях.

Отметим, прибытие «Павла Леонова» ожидается в июле-августе этого года. Строительство обоих судов велось на Невском судостроительно-судоремонтном заводе под Санкт-Петербургом с 2018 года.

## В область поступили вакцины «КовиВак» и «ЭпиВакКорона»

Спектр вакцин, поставленных в регион, расширен. Помимо «Спутника V» («ГамКовидВак»), теперь на островах есть препараты от завода «Вектор» - «ЭпиВакКорона» и от завода имени Чумакова - «КовиВак». Все вакцины прошли клинические испытания, официально зарегистрированы и рекомендованы для иммунизации населения против особо опасной инфекции. Ранее Валерий Лимаренко поручил обеспечить бесперебойные поставки вакцины в субъект.

«ГамКовидВак», «ЭпиВакКорона» и «КовиВак» – все три вакцины, разработанные в стране, теперь есть и на территории Сахалинской области. По данным разработчиков, для их изготовления использовались разные платформы, но по эффективности на организм они близки.

- За несколько месяцев работы со «Спутником V» мы убедились в безопасности и эффективности вакцины для населения, - рассказала директор лечебного департамента министерства здравоохранения Сахалинской области Мила Тен. - Два других препарата расширят линейку средств профилактики. Нельзя сказать, что какая-то из них лучше. Различие только в том, что вакцины по-разному действуют на возбудителей вируса, при этом не причиняя вред организму.

Новые для Сахалина вакцины пришли пока небольшими партиями. «ЭпиВакКорона» – 810 доз, «КовиВак» – 780 доз. Так же, как и «ГамКовидВак», эти препараты двухкомпонентные, обеспечивают высокий уровень защиты организма – от 88 процентов.

- Минздрав РФ сейчас рассматривает новый порядок плановой госпитализации – только при наличии двух прививок от коронавируса, - прокомментировал министр здравоохранения региона Владимир Кузнецов. - Пациент проходит предварительное ПЦР-тестирование. В связи с длительным инкубационным периодом эта тактика не всегда результативна – в различных учреждениях страны продолжают регистрировать вспышки заболевания. Вакцинация поможет предотвратить эти риски для всех пациентов, поступающих в стационар.

В ближайшее время поступившая вакцина будет распределена по медицинским учреждениям. Поскольку первые партии небольшие по объему, охват территорий будет увеличиваться постепенно, по мере поступления.

Отметим, Сахалинская область остается одним из регионов-лидеров по темпам вакцинации. На островах привито 30 процентов населения от запланированного – это 70 тысяч человек. Средний показатель по стране – 20 процентов.

## В областном центре открылся ИТ-парк «Сахалин»

Первое в островном регионе рабочее пространство для специалистов и компаний, занятых в сфере высоких цифровых технологий, поможет повысить качество оказания государственных услуг гражданам.

- Все, что делается для цифровизации в социальной сфере, нацелено исключительно на благо людей, - сказал губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко. - Поставлена задача - сделать так, чтобы человек мог получить большинство государственных услуг с помощью смартфона или социальной карты. Например, записать ребенка в школу, выбрать удобное время для приема визита в поликлинику, воспользоваться льготами. В ИТ-парке, в частности, будут разрабатываться программы для необходимых приложений.

В рамках открытия нового рабочего пространства состоялись дебаты «Данные как фактор экономического развития». Представители правительства области, «Агентства стратегических инициатив», сферы высшего образования и отраслевых компаний обсуждали, какие проблемы островного региона можно решить с помощью технологий искусственного интеллекта и обработки данных.

- Большая часть направлений этой работы преследует благие цели – улучшить работу общественного транспорта, повысить качество медицинского обслуживания и так далее, - отметила директор центра цифрового развития Агентства стратегических инициатив Вера Адаева. - От того, насколько качественно будут организованы эти процессы, зависит, появятся ли дополнительные плюсы для граждан. Поэтому необходима четкая обратная связь с людьми.

Как было отмечено в ходе обсуждения, ИТ-парки открывают перед талантливой молодежью возможность найти место в перспективной отрас-



ли. На Сахалине первое рабочее пространство в сфере высоких технологий при поддержке правительства региона сформировала Корпорация развития Сахалинской области.

- Создана инфраструктура для поддержки и развития стартап-проектов: от идеи до внедрения конечного высокотехнологичного продукта на региональном и зарубежном рынке, - сказал генеральный директор Корпорации развития Сахалинской области Андрей Медведев. - ИТ-парк площадью 500 квадратных метров способен принять до десяти небольших компаний. Здесь есть коворкинг, конференц-зал, переговорные комнаты, офисные помещения и, что особенно важно, мощная компьютерная техника.

Компания «Айком» будет арендовать рабочие места в ИТ-парке.

- С помощью наших цифровых сервисов сахалинские перевозчики смогут оптимизировать расходы, - отметил директор по развитию компании «Айком» Дмитрий Вилков. - А для нашей компании, которая только начинает работу на Сахалине, важно, что с открытием ИТ-парка не нужно терять время на поиск помещения под офис, закупку техники и оборудования. Можно сразу приступить к делу.

Сегодня Сахалинская область в числе нескольких пилотных регионов России разрабатывает собственную детальную стратегию цифровой трансформации. В дальнейшем опытом, накопленным на островах, воспользуются и другие субъекты Федерации.



# Валерий Лимаренко оценил развитие Поронайского района

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко продолжает посещать районы Сахалинской области. На этот раз внимания главы региона удостоился Поронайский район.

## Новоселье уже летом

Рабочую поездку Валерий Лимаренко начал со строительной площадки на улице Совхозной, где возводится арендный дом.

- Квартиры здесь получают учителя, врачи, работники культуры и правоохранительных органов, - рассказал глава региона. - Такая практика помогает закрепить людей на островах и привлекать востребованных специалистов. Арендное жилье служит также социальным целям. Пять квартир в новом доме предусмотрели для малоимущих семей.

Дом готов на 95 процентов, заканчивается внутренняя отделка помещений, в процессе завершения благоустройство и сети. Сдача запланирована уже на июнь этого года.

- Очень ждем завершения работ, - поделилась надеждами логопед-воспитатель детского сада «Морячок» Мария Викторова. - Я чуть меньше года назад приехала сюда работать из Благовещенска по программе как молодой специалист. Мне очень нравится в Поронайске, поэтому хочется свое жилье. Скорее всего, буду в дальнейшем выкупать арендную квартиру.

Арендная плата в домах значительно ниже среднерыночной по региону. Через полгода проживания у жильцов появляется возможность приобрести квартиру в собственность на льготных условиях. Ставка по ипотеке составляет от 0 до 7 процентов годовых.

Беспроцентная ипотека предоставляется многодетным семьям, инвалидам и семьям с детьми-инвалидами, ветеранам боевых действий, а также участникам программы переселения из ветхого и аварийного жилья и людям, постоянно проживающим на Курильских островах. Ставка по ипотеке в 3,5 процента годовых действует для семей с двумя детьми или родителей-одиночек. Жилищный кредит под семь процентов годовых могут взять сахалинцы и курильчане, нуждающиеся в улучшении жилищных условий.

Сахалинское ипотечное агентство построило в регионе 89 многоквартирных жилых домов, предназначенных для сдачи в коммерческий наем - это 3290 квартир.

За последние годы в Сахалинской области увеличились темпы жилищного строительства. По итогам 2020 года возвели 436 тысяч квадратных метров жилья. Это на 100 тысяч больше, чем в 2019-м. Сформирован задел на этот год - планируется сдать 500 тысяч «квадратов».

## Новое отделение почты

Далее губернатор направился в новое почтовое отделение, открывшееся накануне. Здесь жители района могут получать письма, посылки и пенсию, оплачивать услуги ЖКХ, отправлять денежные переводы, приобретать страховку и социально значимые товары, снимать наличные с карты любого банка. Специально для учреждения приобретено помещение в



городской новостройке. В нем произвели перепланировку и организовали отдельный вход.

- Хочется поздравить работников отделения, поскольку теперь они будут трудиться в условиях, отвечающих всем современным требованиям, - отметил Валерий Лимаренко. - Не сомневаюсь, этому событию рады и местные жители, для которых почта остается важным средством связи. Благодаря развитию интернет-сервисов и онлайн-магазинов спрос на почтовые услуги будет только расти. Поэтому обновление помещения и материально-технической базы учреждения - очень своевременный шаг.

Новое почтовое отделение расположилось по адресу улица Гагарина, 4. Почта России оснастила его современным оборудованием и эргономичной мебелью. При этом стеллажи с письмами и посылками разместили в непосредственной близости к специалистам учреждения - это позволит существенно экономить время при оказании услуг.

Вопрос открытия нового почтового отделения в Поронайске зрел давно, поскольку старое здание учреждения находилось в аварийном состоянии. Здание, в котором располагалось старое почтовое отделение, снесут. На его месте построят пятиэтажку для переселенцев из ветхого и аварийного жилого фонда.

## Качественная диагностика

Во время рабочей поездки в Поронайский район губернатор Валерий Лимаренко озвучил решение: с 1 июня запускают углубленную диагностику для пациентов 65+ по онкологическому профилю. А с 1 августа начнутся расширенные осмотры и по другим медицинским направлениям. Проходить обследование смогут не только поронайцы, но и жители соседних районов.

- Каждому пациенту из самой уязвимой категории 65+ должны быть доступны углубленные медосмотры, - подчеркнул глава региона. - Жителей Поронайского района уже приглашали на диагностику в южносахалинский КДЦ. Но мы хотим, чтобы у пенсионеров была возможность обследоваться недалеко от дома.

Углубленный медосмотр включает ультразвуковую и функциональную диагностику, компьютерную томографию,

консультации узких специалистов. Центры современной диагностики уже работают в Южно-Сахалинске и Тымовском, в июле такой центр откроется в Томари. Обследование по углубленным программам в ближайшее время начнут проводить не только в Поронайске, но и в Холмске, Углегорске и Охе. Работа организована в рамках проекта «Забота. Защита. Уважение», который реализуется по инициативе Валерия Лимаренко.

В Поронайске расширенные медосмотры будут проводиться на базе стационара - в помещениях, где сейчас временно располагается поликлиника. Она вернется в свое старое здание после окончания капитального ремонта. Работы идут с опережением графика, завершить их планируется к 25 июля.

- Ремонт выполняется в светлых тонах, - рассказал министр здравоохранения Сахалинской области Владимир Кузнецов. - Изменится расположение кабинетов для удобства пациентов. Появится комфортная мебель с подлокотниками и поддерживающими спинками. Мы уходим от привычной регистратуры, когда пациенту нужно стоять в очереди за картой. Вся медицинская документация заводится в единую цифровую систему. Мы переходим на электронную запись на прием к врачам, а также запись по телефону и через инфомат.

Капитальный ремонт в поронайской поликлинике не проводился 50 лет. Здесь предстоит заменить электропроводку и сантехнику, выровнять и покрасить стены, установить подвесные потолки, заменить деревянный пол и двери на блоки ПВХ.

## Современный стадион сдадут через месяц

Побывал губернатор и на строящемся стадионе, где жители и гости города смогут заниматься игровыми видами спорта и легкой атлетикой. Работы здесь должны завершиться до конца июня.

- Строительство таких площадок имеет огромное значение для жителей области, - уверен глава региона. - Поскольку наш регион - один из самых спортивных в стране. Мы этим гордимся и продолжим поддерживать сахалинцев и курильчан, которые занимаются физкультурой и активным отдыхом. Уверен, благодаря новому стадиону мы сможем вовлечь в



спортивные тренировки еще больше жителей Поронайска. А это - путь к здоровью и активному долголетию.

Строительство стадиона началось в 2019 году. К сегодняшнему дню на объекте обустроили футбольное поле и уложили на него искусственную траву. Также здесь появились основание беговой дорожки, яма для прыжков и дренажная система.

В течение нескольких недель рабочие уложат на беговые дорожки резиновое покрытие и смонтируют футбольные ворота.

## Награждение лауреатов

Также Валерий Лимаренко наградил поронайских лауреатов конкурса «Сахалинский маяк». Он поблагодарил победителей за неравнодушие, активную гражданскую позицию и вручил им статуэтки.

В районе три лауреата масштабного областного конкурса «Сахалинский маяк». В номинации «Домашний очаг» отличилось территориальное общественное самоуправление «Малиновка». Несколько лет назад по инициативе жителей появилась зона отдыха. Для детей здесь установили игровой комплекс, качели, песочницу, радужные лавочки, теневой навес. Для ребят постарше и для взрослых есть 13 спортивных тренажеров. На территории высадили березы, обустроили газоны, оформили клумбу, выложили пешеходные дорожки брусчаткой.

В номинации «Память поколений» лауреатом признали местную общественную организацию пенсионеров. Общественники работают с ветеранами и молодежью, защищают интересы жителей Поронайского района. В прошлом году пенсионеры реализовали проект «Пусть поколения знают» и провели акцию «Открытие Победы». 10 тысяч открыток с детскими рисунками юных сахалинцев из девяти районов отправили по островной области и за ее пределы.

Лауреатом в номинации «Народное доверие» стал глава Поронайского городского округа Александр Радомский.

Также благодарственные письма губернатора получили учитель истории и обществознания поронайской школы № 2 Оксана Бывшева, педиатр детской поликлиники Анна Аксенова, а также волонтер-одинадцатиклассник Богдан Щербатый.

## Контракт с ДРСУ продлят

Контракт на обслуживание федеральной трассы с Поронайским ДРСУ будет продлен. Вопрос о проблемах, с которыми столкнулось муниципальное дорожно-ремонтное строительное управление, подняли на встрече жителей Поронайского района с Валерием Лимаренко.

- Мы не знаем, что предприятие ждет в будущем, - посетовал сотрудник предприятия Николай Молодцов. - Министр транспорта сегодня с нами встретился и успокоил, что до конца года «Су-4», которое обслуживает участок федеральной трассы, оставит нас на субподряде. Но что будет дальше?

Поронайское ДРСУ работает уже 65 лет. На предприятии трудится 75 человек. В активе есть асфальто-бетонный завод с высокой производительностью, собственные карьер и дробильня. Это позволяет ДРСУ заниматься различными видами работ. Однако в конце апреля новый подрядчик, который теперь обслуживает участок федеральной трассы Южно-Сахалинск - Оха, принял решение о расторжении договора с местным предприятием.

- На днях я провел специальное совещание по возникшей ситуации, - рассказал Валерий Лимаренко. - Договоренности о субподряде до конца года достигнуты. Особо хочу отметить, что вы можете выходить и на конкурсы по содержанию региональных и муниципальных дорог. Объем средств на нормативное содержание улично-дорожной сети в муниципалитетах мы увеличили в 6 раз. Кроме того, обратите внимание на возможность ремонта дворов. В целом работы в этой сфере много, хватит всем.

По словам министра транспорта и дорожного хозяйства региона Валерия Спиченко, у предприятия есть возможность обеспечить себя работой. ДРСУ предложено также участвовать в конкурсах, которые в ближайшее время разыграют Сахалинавтодор и администрация Поронайска.

Напомним, автодорога Южно-Сахалинск - Оха в январе этого года была передана в федеральную собственность. Это позволило высвободить значительные средства и направить их на содержание муниципальных дорог.





# Растим здорового ребенка!

Как бы банально это ни звучало, дети - самое ценное, что есть у родителей. Их здоровье, самочувствие, настроение - то, что заботит любящих родителей с момента рождения детей. С этапа планирования малыша и до его совершеннолетия родители стараются создать максимально комфортные условия для гармоничного развития будущего чада. Они мечтают вырастить его успешным и здоровым. Каким должен быть здоровый ребенок и как вырастить ребенка здоровым - тема нашего сегодняшнего материала.

## От родителей зависит многое

В понятие «здоровье» ребенка мы вкладываем физический аспект и психологическое состояние ребенка, а также его эмоциональный настрой. Здоровый ребенок гармонично развивается, его организм справляется с вредными факторами окружающей среды и противостоит болезням.

Здоровый ребенок жизнерадостен, активен, хорошо ест, с удовольствием играет, доброжелателен и не доставляет родителям никаких хлопот. Когда он не голоден и у него ничего не болит, он выглядит и ведет себя как абсолютно здоровый, счастливый малыш.

На здоровье ребенка влияет генетика, социальная и экологическая среда, соблюдение правил гигиены и множество других факторов. Но в основном здоровье ребенка зависит от его родителей и их совместных усилий.

Именно они должны взять на себя обязательство по воспитанию здорового ребенка и успешной личности. От них будет зависеть конечный результат. Главная роль отводится матери малыша, но и отец очень важен для гармоничного роста и развития ребенка.

Рост, вес, развитие ребенка в соответствии с возрастом - также важные показатели здоровья, как и базовые физические качества, черты характера, навыки и привычки, которые формируются постепенно, от месяца к месяцу и от года к году.

Растить детей - нелегкий труд, но нерешаемых проблем здесь нет.

## Важные правила

Формированием личности ребенка нужно заниматься с раннего детства.

Чтобы ребенок быстро развивался и рос здоровым, нужно соблюдать немало правил, мы назовем лишь основные из них. Возможно, они вам знакомы.

Если вы хотите вырастить ребенка здоровым, вам придется:

- следить за режимом дня ребенка с самого рождения;
- организовать ежедневные физические нагрузки, активные прогулки, занятия спортом;
- обеспечить полноценное правильное питание;
- закалять малыша, одевать по погоде;
- создать комфортные условия для сна и отдыха;
- приучить к здоровому образу жизни и ежедневной гигиене;
- создать благоприятную, доброжелательную семейную атмосферу;
- развивать когнитивные и коммуникативные способности;
- много общаться;
- учить всему не на словах, а на собственном примере;
- избегать физических наказаний;
- любить ребенка безусловно, а не за его успехи и заслуги.

## Спорт и физические нагрузки

Мало кто из педиатров или психологов порекомендует малышу профессиональный спорт как эффективное средство физического развития. Но физические нагрузки, гимнастика, активные прогулки и подвижные игры должны присутствовать в распорядке дня ребенка любого возраста в обязательном порядке. Если ребенок ходит в детский сад, о его двигательной активности позаботятся воспитатели, но о детях дошкольного возраста и о тех, кто по каким-либо причинам не посещает детские учреждения, должны позаботиться родители и обеспечить утреннюю гимнастику, ежедневные физические нагрузки,

активные игры и прогулки на свежем воздухе, закаливание.

Если малышу до трех лет достаточно активных игр и прогулок на свежем воздухе в любое время года, то детям постарше уже можно посещать различные спортивные секции: плавание, гимнастика, футбол, волейбол.

Им полезна езда на велосипеде, прыжки на батуте, утренние или вечерние пробежки.

Все эти занятия принесут ребенку огромную пользу и море удовольствия, особенно если рядом будут находиться любящие и заботливые папа и мама.

Чтобы ребенок рос здоровым, энергичным и подвижным, делайте вместе с малышом утреннюю зарядку, учите самым простым физическим упражнениям. Чем больше ребенок будет двигаться, тем лучше он будет развиваться и быстрее расти. Нельзя недооценивать пользу двигательной активности для здоровья детей любого возраста. Физические упражнения положительно влияют не только на формирование иммунитета, но и на развитие памяти, мышления, умственных способностей и личностных качеств.

## Детские болезни

Для любящих родителей любой чих ребенка - серьезный повод для беспокойства. А

если температура любимого чада внезапно поднялась выше 38 градусов, то без помощи специалиста никак не обойтись.

Однако обычно все не так страшно, как кажется на первый взгляд.

Сегодня особой популярностью (вполне заслуженно) пользуется книга Роберта Мендельсона, американского профессора, доктора медицины и педиатра «Как вырастить ребенка здоровым вопреки врачам», где он подробно объясняет, почему не стоит бояться детских болезней.

Р. Мендельсон уверен, что большинство детских болезней не нуждается во внимании докторов, и учит родителей воспринимать болезни как «естественный этап развития ребенка», как своеобразную реакцию организма на «динамику жизни».

Он рекомендует не надеяться на чудеса медицины, а полагаться на жизненные силы ребенка, здравый смысл и интуицию родителей.

Родительский долг - заботиться о ребенке, растить его в любви и заботе, не следовать стереотипам, не перекладывать уход за ним и ответственность за его здоровье на кого-либо.

Титанические усилия любящих родителей обязательно будут вознаграждены - ребенок вырастет здоровым и успешным.

Соблюдая элементарные правила, можно избежать частых ОРВИ и сократить до минимума общение с врачами. Вот некоторые из них: не кутайте малыша и гуляйте с ним в любую погоду, приучайте ходить босиком в любое время года дома, а летом - еще и на даче, закаливайте деток с раннего детства.

Старайтесь проветривать помещение, где ребенок проводит много времени, как можно чаще, но не реже чем два раза в день - утром и вечером. Очень положительно на развитие и самочувствие ребенка влияет грудное вскармливание.

## Питаемся правильно

Педиатры рекомендуют кормить ребенка грудью по меньшей мере до полутора лет.

Еще один совет относительно питания малышей - не спешить с прикормами и отдать предпочтение простой, незатейливой еде - кашам, пюре из овощей и фруктов, супам и бульонам.

Следует учесть, что у разных детей разный аппетит. Нельзя требовать от ребенка, чтобы он ел больше или меньше. Полагайтесь на выбор ребенка и его желание.

Здоровье малыша - это кропотливый, ежедневный труд его родителей, которым придется трудиться каждый день, без праздников и выходных, чтобы вырастить ребенка здоровым.

На собственном примере нужно приучать детей к здоровому образу жизни, здоровым привычкам, правильному режиму, полноценному питанию.

Будьте уверены в том, что ваш ребенок - здоров, и пусть эта уверенность передается вашему малышу. Положительный настрой, доверительные отношения, благоприятная семейная атмосфера, любовь и поддержка родителей - вот что поможет вырастить ребенка здоровым. Любите своих детей, доверяйте своей интуиции и руководствуйтесь здравым смыслом в вопросах воспитания.





Имбирь - одна из самых популярных пряностей. В нем содержится множество активных веществ, которые укрепляют иммунитет и помогают при болезнях. Разбираемся, кому имбирь может быть полезен, а кому стоит его избегать.

[STYLE.RBC.RU]

### Что это за корень

Имбирь - это корень травянистого многолетнего растения, внешне похожего на камыш. Оно входит в семейство имбирных. К нему также принадлежат другие растения, из которых делают специи, - куркума, кардамон и галангал.

Имбирь при выращивании требует много воды и солнца, но, помимо этого, довольно неприхотлив, а потому сегодня его культивируют в теплых странах. Самой большой популярностью он пользуется на исторической родине - в Юго-Восточной Азии. Почти треть всего имбиря в мире выращивается в Индии.

Имбирь считается одной из самых древних пряностей. Жители Юго-Восточной Азии начали выращивать его несколько тысячелетий назад. Имбирь упоминается в древних китайских, индийских и персидских трактатах по медицине как тонизирующее, жаропонижающее и очищающее средство.

Имбирь чаще всего продается в виде спелых корешков, сушеного порошка, маринованных или засахаренных кусочков. Кроме того, можно найти в продаже имбирное масло или вытяжку из корня. Также имбирь входит в состав многих продуктов - азиатских соусов, газировок, смесей специй. Для того чтобы полностью раскрыть лечебный эффект пряности, врачи рекомендуют использовать свежие коренья.

### Восемь полезных свойств

При калорийности 80 ккал на 100 г в имбире содержится много полезных для человека веществ и микроэлементов. Он:

**1. Помогает от простуды.** Имбирь согревает и вызывает активное потоотделение. Чашка имбирного чая вряд ли станет полноценным лекарством от простудных заболеваний, однако поможет согреться и смягчить симптомы болезни.

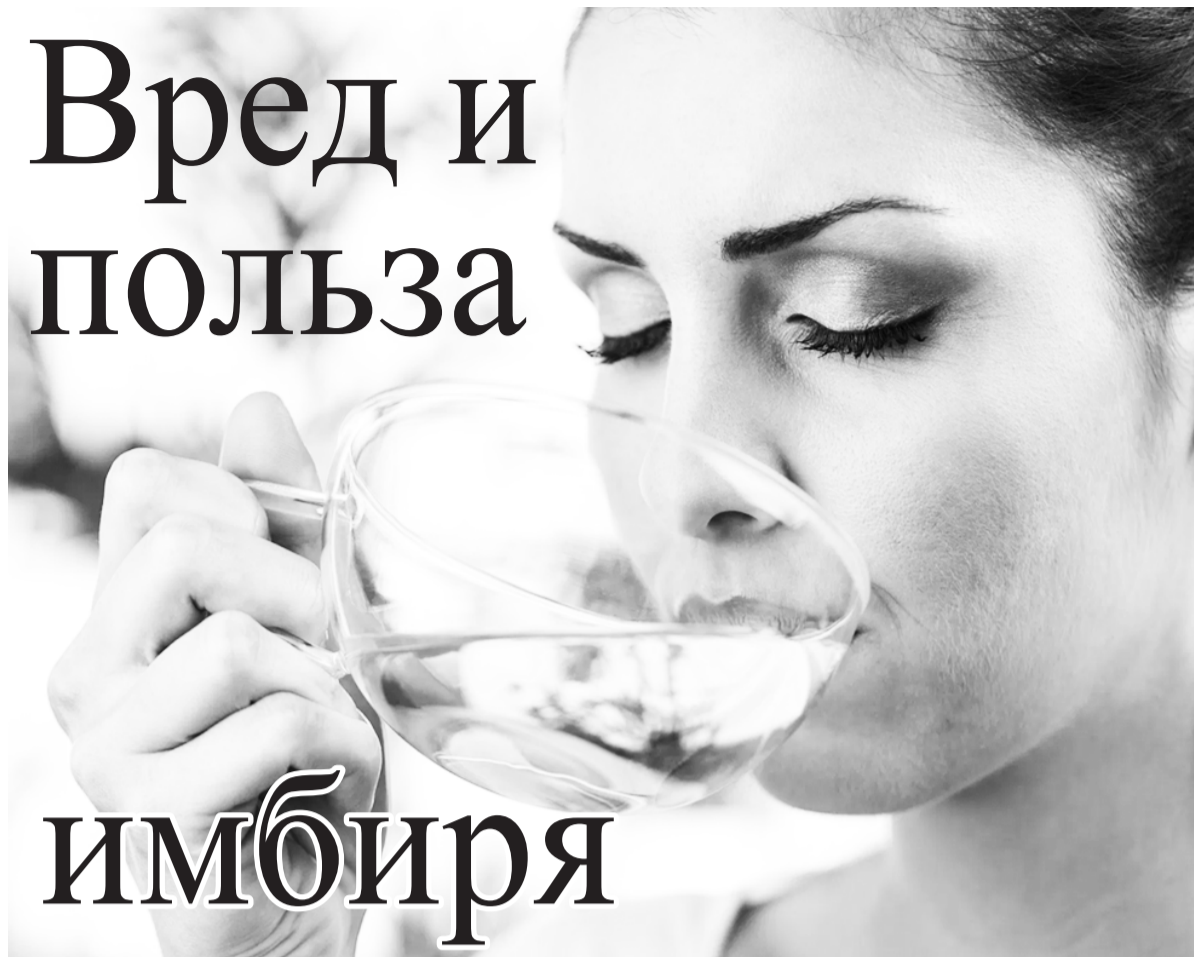
**2. Полезен для пищеварения.** В традиционной медицине имбирь нередко используют как средство против расстройств ЖКТ. Доказано, что пряность помогает при вздутии - ее активные вещества ускоряют расщепление газов и их выведение. Также имбирь стимулирует выработку ферментов поджелудочной железы, улучшая пищеварение и ускоряя обмен веществ. Наконец, имбирь - эффективное средство против тошноты, в том числе и той, что возникает во время беременности или при химиотерапии.

**3. Эффективен при диабете.** Согласно сразу нескольким исследованиям, имбирь может снижать уровень сахара в крови. Кроме того, противовоспалительные свойства имбиря способствуют смягчению вторичных симптомов диабета - отеков и воспалений.

**4. Нормализует вес.** Пряность уменьшает содержание сахара в крови и стимулирует выработку ферментов, отвечающих за расщепление жира. Также доказано, что имбирь продлевает ощущение сытости.

**5. Уменьшает боль при менструации.** Много столетий имбирь применяется как эффективное средство для борьбы с дисменореей - болевым синдромом, сопровождающим менструацию. Согласно исследованию 2009 года, добавление в пищу 250 мг

# Вред и польза имбиря



имбиря (кусочек размером с небольшую таблетку) два-три раза в день может снять боль от дисменореи так же эффективно, как и популярное обезболивающее ибупрофен.

**6. Поможет от артрита и воспаления.** В имбире содержится гингерол - фенольное соединение, которое придает корню жгучий вкус. Оно обладает сильными противовоспалительными свойствами. В традиционной медицине имбирем лечат заболевания суставов - артриты и артрозы. Исследование 2014 года доказывает, что имбирь эффективно снимает боль в воспаленных суставах, а также способствует увеличению их подвижности.

**7. Убивает бактерии.** Гингерол - еще и эффективное антибактериальное средство. Ученые доказали, что имбирь защищает полость рта от нескольких видов бактерий, которые вызывают пародонтоз и другие поражения десен. Также гингерол эффективен против грибковых заболеваний, например кандидоза.

**8. Защищает сердце.** Имбирь положительно влияет на сердечно-сосудистую систему - разжижает кровь, снижает давление и защищает сердце от ишемической болезни. При этом, согласно исследованию 2017 года, чем больше имбиря употреблял человек, тем более выраженным был этот эффект.

Люди со здоровым ЖКТ могут есть имбирь ежедневно, но не более 3-4 г. Беременным женщинам не рекомендуется употреблять более 1 г. Однако

тем, кто страдает от проблем с желудком или почками, стоит уточнить допустимую дозировку пряности у врача. Свежий имбирь можно заменить препаратами или БАДами, в составе которых есть его экстракты.

### Есть противопоказания

Имбирь может помочь при многих заболеваниях, однако с ним нужно быть очень осторожным. И уж точно не стоит превращать его в лекарство от всех болезней.

Нет никаких доказательств пользы имбиря, примененного в виде компресса, - эффекты наблюдаются только при приеме внутрь. Споры вызывает безопасность использования имбиря в больших дозах во время беременности, особенно на поздних сроках.

Главная опасность имбиря - негативное влияние на пищеварительную систему. Как и любые острые продукты, он раздражает желудок и может вызывать изжогу, диарею и расстройства кишечника. Многие методы лечения имбирем предполагают, что надо есть его натощак или же употреблять в больших дозах. Это может спровоцировать проблемы с желудком даже у здоровых людей. Однократная передозировка имбирем может привести к диарее, расстройству желудка и вздутию, а также раздражениям и аллергическим отекам в ротовой полости.

Неосторожность с имбирем может быть очень опасна для людей, стра-

дающих от заболеваний желудочно-кишечного тракта. Пряность в любых видах строго противопоказана людям с гастритом, дивертикулитом, колитом и энтероколитом, язвой желудка, болезнями печени и поджелудочной железы.

Кроме того, людям с серьезными заболеваниями сердечно-сосудистой системы с имбирем нужно быть осторожными. В больших количествах пряность приводит к резким скачкам давления, а также снижает свертываемость крови и увеличивает риск сильного кровотечения.

Имбирь содержит небольшое количество оксалатов - солей щавелевой кислоты. Они вредны для людей с заболеваниями кишечника и почек, особенно при мочекаменной болезни с повышенным риском образования оксалатных камней.

### Несколько вопросов врачу

**Отвечает врач-диетолог, нутрициолог, терапевт, член Российского союза нутрициологов, диетологов и специалистов пищевой индустрии Александра Разаренова.**

**- Можно ли имбирь беременным женщинам?**

- Все зависит от срока беременности. В целом имбирь считается прекрасным помощником будущей маме как источник витаминов и полезных веществ. В первом триместре его умеренное использование (не более 1 г) в

виде, например, добавки к чаю станет полезным дополнением к рациону и с точки зрения обогащения вкуса, и как средство от токсикоза благодаря свойству уменьшать проявления тошноты и рвоты.

Вводить продукт в рацион нужно постепенно, особенно если раньше женщина имбирь не употребляла. Наиболее безопасным вариантом будет приготовленный напиток со свежим корнем, так как сушеный имбирный порошок может повысить возбудимость нервной системы.

На более поздних сроках употреблять имбирь стоит только после консультации со своим ведущим специалистом, так как имбирь имеет свойство разжижать кровь, а это чревато развитием кровотечения в процессе родоразрешения.

Имбирь противопоказан при беременности, если у будущей мамы в анамнезе есть гипертония (нельзя применять одновременно с медикаментами, снижающими артериальное давление, стимулирующими работу сердечно-сосудистой системы), желчнокаменная болезнь (возможен вызов движения камней и закупорка ими протоков), нарушение свертываемости кровотечения (из-за риска кровотечения), язвенная болезнь двенадцатиперстной кишки или желудка (может вызвать рецидив заболевания), аллергические реакции на корень имбиря.

**- Влияет ли имбирь на работу мозга и сердечно-сосудистой системы?**

- Из-за богатого витаминно-минерального состава имбирь можно отнести к продуктам, которые оказывают положительное влияние на работу головного мозга и сердечно-сосудистой системы. Это связано и с улучшением свойств крови, что, несомненно, важно как для сосудов, так и для тканевого газообмена в целом. Имбирь оказывает антисклеротическое действие, снижает уровень холестерина в крови, препятствует образованию жировых отложений на стенках сосудов и благотворно влияет на растворение уже имеющихся холестериновых бляшек.

Повышение когнитивных функций - одно из главных свойств пряного растения. При его регулярном употреблении увеличивается концентрация внимания, укрепляется память, улучшаются речевые функции.

В состав имбиря входит вещество гингерол. Оно оказывает противовоспалительное действие, помогая снизить количество свободных радикалов в организме. Таким образом имбирь замедляет старение и клеток мозга, препятствует развитию болезней Альцгеймера и Паркинсона.

Положительных свойств у имбиря очень много, но не стоит его рассматривать как панацею. Его можно использовать как дополнительное средство к терапии, целесообразность которой необходимо обсуждать с лечащим врачом.

**- Как употреблять имбирь, чтобы минимизировать вред для ЖКТ?**

- Если мы имеем дело с заболеваниями ЖКТ в фазе обострения, то я бы рекомендовала исключить имбирь из рациона и придерживаться лечебного питания, которое обеспечит скорейшее восстановление. И в таком случае употребление острых приправ, к которым относится имбирь, недопустимо.

В состоянии ремиссии главный принцип умеренность. Допустимо употребление имбиря в виде неконцентрированных растворов, в сухом виде его можно использовать в небольшом количестве как приправу к блюдам. Но если в рекомендациях по лечебному питанию обозначено ограничение острых блюд, то и в этом случае от употребления имбиря стоит отказаться, чтобы не спровоцировать рецидив заболевания.





# Не так хорош, как первая часть



**В Сети появились рецензии критиков на сиквел «Тихого места». Большинство обозревателей остались довольны картиной, ее рейтинг на Rotten Tomatoes сейчас составляет 90%.**

[KINOPISK.RU]

Действие второй части происходит после гибели Ли Эббота (его играет Джон Красински, режиссер обеих частей). Его семья - вдова Эвелин (Эмили Блант), сын Маркус (Ноа Джуп), дочь Риган (Милли Симмондс) и новорожденный мальчик - пытается найти убежище от монстров, наделенных абсолютным слухом, а также встречает старого знакомого, которого играет Киллиан Мёрфи.

## Что понравилось и не понравилось журналистам

Продолжение такое же напряженное, как и оригинал. Судя по рецензиям, сиквел не уступает первому фильму по части саспенса.

«За 90 минут семья встречает опасность за опасностью, причем гораздо чаще, чем прежде. И если в оригинале существ показывали через звук, а не изображение, то теперь мы с самого начала видим их во всей устрашающей красе. Они пробивают стены, карабкаются и прыгают с неприятным звуком, который отдается у вас внутри, когда монстры кромсают людей огромными когтями», - пишет Дэвид Руни из The Hollywood Reporter.

Критики отмечают, что главным героям угрожают не только инопланетяне, но и другие люди. Например, те, которые после вторжения монстров укрылись в порту.

## А нам покажут, с чего все началось?

В начале фильма Красински показывает день, когда инопланетяне напали на Землю. Сцену описывают как одну из самых зрелищных во второй части.

«Приближение пылающего метеорита прерывает баскетбольную игру, люди начинают паниковать. Вскоре родители хватают детей и направляются к машинам. Маркус и его младший брат Бо (он погиб в первой части) едут с Эвелин, а Ли и Риган садятся в грузовик. В страшной сцене, частично показанной в трейлерах, инопланетяне приземляются с оглушительной силой и бешеной скоростью, оставляя после себя горы трупов», - описывает вступительный эпизод Руни.

## Что пишут про героев

Во второй части представят нового персонажа - Эммета в исполнении Киллиана Мёрфи. В прошлом он был соседом и другом Эбботов. После апокалипсиса Эммет остался один и соорудил убежище на заброшенном заводе.

По словам Тима Гирсона из Screen Daily, Эммет и Риган становятся протагонистами фильма. Они отправляются в путешествие, чтобы спасти других выживших. Кстати, Риган и Маркус по-

разному восприняли смерть Ли. Если первая хочет стать такой же храброй, как отец, то ее брат убежден, что им нужно быть осторожнее, чтобы не повторить его судьбу. Что касается героини Эмили Блант, то у нее неглавная роль в сюжете. Сиквел в большей степени посвящен ее детям, которые учатся выживать самостоятельно.

Есть ли претензии? Да. Критики пишут, что вторая половина фильма сильно уступает первой. «После чудесного первого акта авторы пытаются уделить больше времени каждому из героев и теряют основную нить повествования. Многие сцены получились интересными, но сиквел вышел не таким цельным, как оригинал», - считает Родриго Перес из The Playlist.

Критик уточняет, что Красински разделяет героев на три группы: Эммет и Риган путешествуют по лесу, Эвелин отправляется в город за медикаментами, а Маркус остается вместе с новорожденным братом. «Каждая группа сталкивается с опасностями, в том числе с монстрами, которые угрожают их жизням. Именно в этот момент фильм немного разваливается структурно. После того как пути членов семьи расходятся (это сделано, чтобы показать, как дети взрослеют и приспосабливаются к выживанию), история становится слабее в эмоциональном плане».

Похожие претензии у Яна Фира из Empire: «Красински неумело жонглирует сюжетными линиями, поэтому напряжение улетучивается, а не нарастает».

## И что в итоге?

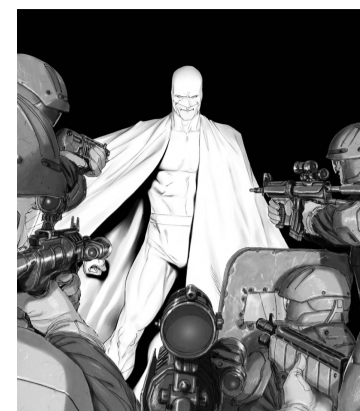
Большинство критиков остались довольны картиной. По их мнению, «Тихое место-2» - зрелищный, страшный и вдумчивый сиквел.

«Красински заметно вырос как хоррормейкер, в его фильме отличные декорации и изобретательные сцены, и при этом он не забыл про человеческую драму, благодаря которой фильм отлично работает. Он никогда не собирался снимать хорроры, но все равно точно знает, как напугать людей», - Кейт Эрбланд (IndieWire).

«В фильме есть сильные сцены, отсылки к первой части (например, посещение могилы Бо) и увлекательные стычки с монстрами», - Ян Фрир (Empire).

«Вторая часть - одновременно фильм о взрослении и скорби, и Красински блестяще раскрывает тему в чертовски пугающей истории», - Тим Гирсон (Screen Daily).

## Новости мира кино



## Комикс «Немезис» экранизируют

Автор серии комиксов «Немезис» Марк Миллар сообщил, что к работе над экранизацией его графического романа присоединилась Эмиральд Феннел. Примечательно, что актриса и режиссер в этом году получила премию «Оскар» за сценарий к ленте «Девушка, подающая надежды».

Оригинальный комикс «Немезис» рассказывает историю о необычном супергерое, который похож одновременно на Бэтмена и Джокера. В центре истории находится Мэтт Андерсон - богач, мастер боевых искусств и потрясающий тактик, который ненавидит своих врагов и безжалостно с ними расправляется. Он действует под маской Немезиса и стремится разрушить карьеру и жизнь инспектора полиции Морроу.

## Трэвис Найт готовит фильм о вампирах

Режиссер Трэвис Найт, известный по фильму «Бамблби», займет кресло постановщика новой картины «Восстание», которая расскажет о вампирах. Об этом сообщил портал Deadline.

В основу ленты ляжет роман Рэймонда А. Вильярреала «Народная история восстания вампиров». Оригинал рассказывает об агенте ЦРУ Лорен Узбб, которая сталкивается с эпидемией нового вируса, превращающего людей в кровожадных монстров. Девушке предстоит вступить в гонку со временем и раскрыть всю правду о болезни до тех пор, пока она не поглотила все человечество.

Первоначальный драфт сценария написали Джей Басу и Патрик Маккей. Теперь же дорабатывать историю будет Джереми Слейтер, известный по сериалу «Академия «Амбрелла»».

Дата начала съемок картины, а также актерский состав пока неизвестны. Выход фильма состоится на стриминговом сервисе Netflix.

# 100 тысяч просмотров за первые сутки

«Пищевые» привлек рекордное число зрителей на старте среди всех сериалов КиноПоиск HD. За первые сутки его посмотрело около 100 тысяч подписчиков сервиса (предыдущим лидером были «Топи» по сценарию Дмитрия Глуховского).

«Пищевые» заинтересовал широкую аудиторию зрителей - от подростков, увлеченных темой вампиров, до зрителей постарше, ностальгирующих по советской эпохе и пионерским лагерям. Среди подписчиков КиноПоиск HD проект одинаково популярен и среди мужчин, и среди женщин.

Помимо этого, сериал активно обсуждают в соцсетях. Сразу после премьеры хештег #пищевые попал в топ-3 трендов русскоязычного Twitter. Пользователи хвалят «Пищевые» за ностальгическую атмосферу, идейную многослойность, метафоричность сюжета, аллюзии на советскую идеологию, а также за игру молодых артистов, исполнивших главные роли.

Главная звезда сериала, по мнению зрителей, - Ангелина Стречина, сыгравшая вожатую Веронику. 21 мая актриса оказалась на первом месте в рейтинге самых популярных персон на КиноПоиске, обогнав



Вина Дизеля и Анджелину Джоли.

«Пищевые» - экранизация одноименного романа Алексея Иванова, автора «Географ глобус пропил». Сериал переносит зрителя в 1980 год. По сюжету в пионерском лагере «Буревестник» дети по неизвестным причинам исчезают по ночам, а возвращаются уже не такими, как прежде. Увлеченные летней свободой и друг другом вожатые не замечают, как в их отрядах оживают

страшные пионерские легенды, а руководство лагеря делает вид, что все в порядке. Разбираться в тайнах «Буревестника» придется мальчику Валерке (Петр Натаров) и вожатому Игорю (Даниил Вершинин).

- Сериал «Пищевые» - это яркая и дерзкая работа, которая не просто нравится, а заставляет влюбиться, - говорит Иванов. - Для романа этот сериал как фейерверк, который подсвечивает его новыми красками.

Я благодарен команде и как писатель, и как зритель. Кино и роман - разные форматы. При переводе из одной художественной системы в другую что-то теряется, что-то добавляется. Мне повезло: сериал «Пищевые» адекватен книге. Сохранились идеи, драмы героев, визуализировалась атмосфера, блестящая игра актеров проявила характеры. Мой роман в сериале не только живет, но и процветает.



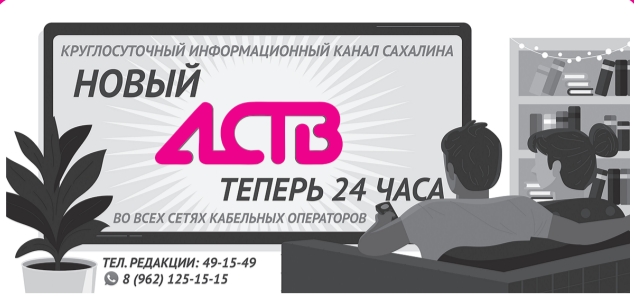
## У Тарантино есть идея для фильма о Годзилле

Квентин Тарантино - один из выдающихся современных режиссеров, картины которого пользуются огромной популярностью и выделяются на фоне остальных. Голливудские студии не раз хотели пригласить мастера для работы над своими франшизами, однако либо не смогли пойти на условия режиссера, либо сам постановщик отказывался от работы.

На днях в одном из интервью Тарантино сообщил, что у него есть идея для нового фильма о Годзилле. По его словам, вся суть подобных фильмов состоит в том, что огромный ящер защищает людей от других монстров и спасает человечество. В таком случае почему бы ему не стать богом? Фильм может называться «Жизнь при правлении Годзиллы» и расскажет о том, как люди живут в мире, которым правит огромная ящерица.

Примечательно, что студии Warner Bros. и Legendary уже заявили, что намерены развивать популярную киновселенную о монстрах. Надеемся, что они услышат слова Тарантино и пригласят постановщика для работы над лентой.





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**.

# Гороскоп на неделю

с 31 мая по 6 июня



**Овен.** Слушайте интуицию и следуйте внутреннему голосу. Они не подведут в это непростое время. Приятное время ожидает тех Овнов, кто влюблен. Свидания, романтические поездки и сюрпризы вам обеспечены.



**Весы.** Начальство на работе будет придирчиво к вам, но ваше трудолюбие позволит изменить его мнение. На даче сейчас лучше не работать, а отдыхать, чтобы накопить силы. С детьми будьте строже.



**Телец.** Деньги к вам придут, откуда не ждали. Распорядитесь ими разумно! Главное, не давайте в долг безответственным людям. На работе разберитесь в бумагах: слишком много всего накопилось за последнее время.



**Скорпион.** Любые новые знакомства сейчас пойдут вам на пользу: будь то деловые или романтические. Общайтесь как можно больше: только так вы справитесь с хандрой, которая может наступить в этот период.



**Близнецы.** К некоторым людям в вашем окружении возникнет слишком много вопросов. Не доверяйте никому сейчас, лучше перестраховаться. Серьезные проекты пока лучше не начинать.



**Стрелец.** Почему бы вам не закрутить роман? Самое время! Правда, не факт, что он окажется продолжительным. С деньгами в это время может быть туго, но не критично. Просто не тратьте слишком много.



**Рак.** Мелочи сейчас окажутся далеко не мелочами. С друзьями может возникнуть конфликт, но правда будет на вашей стороне. Период благоприятен для физических нагрузок и диет.



**Козерог.** Будьте начеку, чтобы не упустить шанс, которого вы долго ждали. В выходные вам будет обеспечено хорошее настроение, так что обязательно поделитесь им с близкими. Как можно больше гуляйте.



**Лев.** Финансовые вложения делайте только предварительно посоветовавшись с близкими. А вот решения, касающиеся личной жизни, обдумывайте в одиночестве. Займитесь собственными интересами и хобби.



**Водолей.** В любом деле вас будут поджидать подводные камни. Будьте готовы к любому исходу и просите помощи при необходимости. Одиноким Водолеям могут познакомиться с нечестным человеком.



**Дева.** Если заниматься делами сейчас, то только приятными. Обязательные можете отложить на вторую половину июня. На работе вас могут начать прессовать. Не бойтесь показать зубы!



**Рыбы.** На работе вы будете блистать! Проект, над которым вы трудились, станет успешным. Используйте это время, чтобы заявить о себе. Автолюбителям сейчас стоит быть осторожными.

## понедельник, 31 мая

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.35 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Анатомия сердца» (16+) 22.35 Вечерний Ургант (16+) 23.15 Познер (16+) 00.15 К 95-летию Мэрилин Монро. «Последний сеанс» (16+) 01.50 Время покажет (16+) 04.05 Чемпионат мира по хоккею, 2021 г. Сборная России - сборная Швеции. Прямой эфир из Латвии	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 «Рая знает всё!» (12+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «По разным берегам» (12+) 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 02.20 Сериал «Тайны следствия» (12+) 04.05 Сериал «Право на правду» (16+)	05.50 Сериал «Лесник» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) 19.30 Сериал «Ментовские войны» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Ментовские войны» (16+) 22.15 Сериал «Душегубы» (16+) 00.30 Сегодня 00.45 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 04.15 Сериал «Пятницкий. Глава четвертая» (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 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 Уримал Бансон 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.	06.10 «Ракетный щит Родины». Док. сериал (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.30 Сериал «1941» (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Сериал «1941» (12+) 17.00 Военные новости 17.05 Сериал «1941» (12+) 18.10 «Освобождение». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Подводная война на Балтике». Док. фильм (12+) 19.40 Открытые угрозы (12+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Любить по-русски» (16+) 01.25 Фильм «Акция» (12+) 02.55 «Свободная Куба». Док. сериал (12+) 05.10 «Илья Старин. Личный враг Гитлера». Док. фильм (12+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.30 Давай разведемся! (16+) 10.35 Тест на отцовство (16+) 12.45 Реальная мистика (16+) 13.45 Понять. Простить (16+) 15.00 Порча (16+) 15.30 Знахарка (16+) 16.05 Фильм «Девушка средних лет» (16+) 20.00 Сериал «Выбор матери» (16+) 00.15 Сериал «Женский доктор-3» (16+) 02.15 Порча (16+) 02.45 Знахарка (16+) 03.15 Понять. Простить (16+) 04.15 Реальная мистика (16+) 05.00 Тест на отцовство (16+) 06.40 По делам несовершеннолетних (16+)  ОТВ-САХАЛИН 07.00 Утро на ОТВ (12+) 07.15 Мультфильмы (6+) 07.30 Все как у зверей (6+) 08.00 Время (12+) 08.25 Сериал «Мамочки» (16+) 09.20 Планета вкусов (12+) 09.40 «Из России с любовью». Док. фильм (16+) 10.35 Сериал «Практика» (12+) 11.25 Сериал «Долгий путь домой» (12+) 12.20 Мультфильмы (6+) 12.45 Эксперименты (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) 13.55 Сериал «Отражение радуги» (16+) 14.50 «Из России с любовью». Док. фильм (16+) 15.40 Сериал «Мамочки» (16+) 16.30 Планета вкусов (12+) 17.00 Сериал «Долгий путь домой» (12+) 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 18.30 Сериал «Практика» (12+) 19.30 Эксперименты (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Фильм «Паганини. Скрипач дьявола» (16+) 22.35 Фильм «Отпетые нарпники» (16+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия 06.25 Сериал «Живая мина» (16+) 07.10 Сериал «Живая мина» (16+) 08.00 Сериал «Живая мина» (16+) 09.00 Сериал «Живая мина» (16+) 10.00 Известия 10.25 Сериал «Лютый» (16+) 11.25 Сериал «Лютый» (16+) 12.30 Сериал «Лютый» (16+) 13.25 Сериал «Лютый» (16+) 14.00 Известия 14.25 Сериал «Лютый» (16+) 14.45 Сериал «Лютый» (16+) 15.45 Сериал «Лютый» (16+) 16.40 Сериал «Лютый» (16+) 17.30 Сериал «Лютый» (16+) 18.30 Известия 18.45 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+) 19.40 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.35 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-3» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Детективы» (16+) 03.30 Сериал «Детективы» (16+) 03.55 Сериал «Детективы» (16+) 04.20 Известия 04.30 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 Сериал «Детективы» (16+) 05.30 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  
**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД**  
**СКИДКИ**  
Пр. Мира, 57, оф. 213  
Тел.: 444-777, 8-962-118-43-20

**ОБЪЯВЛЕНИЯ**  
**НЕДВИЖИМОСТЬ ПОКУПКА**  
Куплю 1-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.  
Куплю 2-комн. квартиру (брежневку,

хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.  
Куплю 3-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.  
Куплю 1-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.  
Куплю 2-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

Куплю 3-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.  
Куплю частный дом. Тел. 44-77-30.  
Куплю 2-комн. квартиру (брежневку) в

9 мкрн. Тел. 44-77-30.  
Куплю 3-комн. квартиру в 11 мкрн. Тел. 44-77-30.  
Куплю 1-комн. квартиру в 9, 11, 12, 13, 13а, 14, мкрн (97, 138 серии). Тел. 44-77-30.

**Школьный аттестат серия 65 БВ №0002416, выданный кадетской школой г. Южно-Сахалинска на имя Крылова Романа Александровича, считать недействительным в связи с утерей.**  
**УСЛУГИ**  
**Ремонт стиральных и посудомоечных машин, духовых шкафов, варочных панелей и водонагревателей. Т. 8-984-136-84-89.**

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



вторник, 1 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.35 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 <b>Сериал «Анатомия сердца» (16+)</b> 22.30 Док-ток (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 К 70-летию Юрия Вяземского. «Вопрос на засыпку» (12+) 01.10 Время покажет (16+) 03.30 Мужское/Женское (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 <b>14.55 Сериал «Ряя знает всё!» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «По разным берегам» (12+)</b> 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (12+)</b> <b>04.05 Сериал «Право на правду» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Лесник» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) <b>19.30 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> <b>22.15 Сериал «Душегубы» (16+)</b> 00.30 Сегодня <b>00.45 Сериал «Немедленное реагирование» (16+)</b> <b>03.25 Сериал «Пятницкий. Глава четвертая» (16+)</b>	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+) 09.30 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+) 12.17 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Наш день. Коротко (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.17 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Наш день. Коротко (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.17 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+) 16.17 Это Сахалин, детка (16+) 16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Наш день. Коротко (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.17 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Наш день. Коротко (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.17 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Наш день. Коротко (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.17 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+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) 20.30 Спортивная неделя (0+) <b>РОССИЯ 24</b> 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Уримал Бансон – Курилы 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.10 «Ракетный щит Родины». Док. сериал (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня <b>09.30 Сериал «1941» (12+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «1941» (12+)</b> <b>13.55 Сериал «1942» (12+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «1942» (12+)</b> 18.10 «Освобождение». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Подводная война на Балтике». Док. фильм (12+) 19.40 Легенды армии (12+) 20.25 Улика из прошлого (16+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Любить по-русски-2» (16+)</b> <b>01.30 Фильм «Свидание на Млечном пути» (12+)</b> 02.55 «Свободная Куба». Док. сериал (12+) 05.15 «Легендарные вертолеты. Ми-28. Винтокрылый танк». Док. фильм (6+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 По делам несовершеннолетних (16+) 09.20 Давай разведемся! (16+) 10.25 Тест на отцовство (16+) 12.35 Реальная мистика (16+) 13.35 Понять. Простить (16+) 14.50 Порча (16+) 15.20 Знахарка (16+) <b>15.55 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>00.15 Сериал «Женский доктор-3» (16+)</b> 02.15 Порча (16+) 02.45 Знахарка (16+) 03.15 Понять. Простить (16+) 04.15 Реальная мистика (16+) 05.00 Тест на отцовство (16+) 06.40 По делам несовершеннолетних (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>08.30 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 09.20 Планета вкусов (12+) 09.45 «Пилотессы». Док. фильм (12+) <b>10.40 Сериал «Практика» (12+)</b> <b>11.30 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 12.30 Мультфильмы (6+) 12.45 Эксперименты (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) <b>13.55 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b> 14.50 «Пилотессы». Док. фильм (12+) <b>15.40 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 16.30 Планета вкусов (12+) <b>17.00 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>18.30 Сериал «Практика» (12+)</b> 19.30 Эксперименты (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Праздничный концерт ко Дню защиты детей (12+) <b>22.00 Фильм «Питомец Юрского периода» (12+)</b> 23.30 Правила взлома (16+) 00.00 Эксперименты (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия <b>06.25 Сериал «Живая мина» (16+)</b> <b>07.15 Сериал «Живая мина» (16+)</b> <b>08.00 Сериал «Живая мина» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Живая мина» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Кремень-1» (16+)</b> <b>11.25 Сериал «Кремень-1» (16+)</b> <b>12.25 Сериал «Кремень-1» (16+)</b> <b>13.20 Сериал «Кремень-1» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Кремень-1» (16+)</b> <b>14.45 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>15.40 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>16.35 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>17.30 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 18.30 Известия <b>18.45 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>19.40 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>20.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.15 Сериал «След» (16+)</b> 00.10 Сериал «Свои-3» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.00 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.25 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.50 Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.15 Известия <b>04.25 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>04.55 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.30 Сериал «Детективы» (16+)</b>

**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**

среда, 2 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 <b>Сериал «Анатомия сердца» (16+)</b> 22.30 Док-ток (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 Фильм Валдиса Пельша «Планета Земля. Увидимся завтра» (0+) 01.00 Время покажет (16+) 03.20 Мужское/Женское (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 <b>14.55 Сериал «Ряя знает всё!» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «По разным берегам» (12+)</b> 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (12+)</b> <b>04.05 Сериал «Право на правду» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Лесник» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) <b>19.30 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> <b>22.15 Сериал «Душегубы» (16+)</b> 00.30 Сегодня <b>00.45 Поздняков (16+)</b> <b>01.00 Сериал «Немедленное реагирование» (16+)</b> <b>03.45 Сериал «Пятницкий. Глава четвертая» (16+)</b> <b>05.20 Сериал «Пятницкий. Послесловие» (16+)</b>	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+) 09.30 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+) 12.17 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Наш день. Коротко (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.17 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Наш день. Коротко (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.17 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+) 16.17 Это Сахалин, детка (16+) 16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Наш день. Коротко (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.17 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Наш день. Коротко (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.17 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Наш день. Коротко (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.17 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+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) <b>РОССИЯ 24</b> 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.10 Энергетика 19.15 Спецрепортаж	06.10 «Ракетный щит Родины». Док. сериал (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня <b>09.30 Сериал «1942» (12+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «1942» (12+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «1942» (12+)</b> 18.10 «Освобождение». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Мотоциклы особого назначения. История почетного эскорта». Док. фильм (12+) 19.40 Последний день. Юрий Андропов (12+) 20.25 Секретные материалы (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Губернатор. Любить по-русски-3» (16+)</b> <b>01.35 Фильм «Русская рулетка» (16+)</b> 02.55 «Свободная Куба». Док. сериал (12+) <b>04.30 Фильм «Вдовы» (0+)</b>	07.30 6 кадров (16+) 07.45 По делам несовершеннолетних (16+) 09.15 Давай разведемся! (16+) 10.20 Тест на отцовство (16+) 12.30 Реальная мистика (16+) 13.35 Понять. Простить (16+) 14.50 Порча (16+) 15.20 Знахарка (16+) <b>15.55 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>00.05 Сериал «Женский доктор-3» (16+)</b> 02.05 Порча (16+) 02.35 Знахарка (16+) 03.05 Понять. Простить (16+) 04.05 Реальная мистика (16+) 04.55 Тест на отцовство (16+) 06.35 По делам несовершеннолетних (16+) 07.25 6 кадров (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>08.30 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 09.20 Планета вкусов (12+) 09.50 «Пилотессы». Док. фильм (12+) <b>10.40 Сериал «Практика» (12+)</b> <b>11.30 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 12.30 Мультфильмы (6+) 12.45 Эксперименты (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) <b>14.00 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b> 14.50 «Пилотессы». Док. фильм (12+) <b>15.45 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 16.35 Планета вкусов (12+) <b>17.00 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>18.30 Сериал «Практика-2» (12+)</b> 19.30 Эксперименты (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>20.30 Фильм «Невероятное путешествие мистера Спидва» (6+)</b> <b>22.20 Фильм «Паганини. Скрипач дьявола» (16+)</b> 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия <b>06.30 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>07.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>08.05 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>11.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>12.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>13.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>14.40 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>15.35 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>16.35 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 18.30 Известия <b>18.45 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>19.50 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>20.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> 00.10 Известия. Итоговый выпуск <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.00 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.55 Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.20 Известия <b>04.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.05 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.35 Сериал «Детективы» (16+)</b>

**Разумный лагерь UM & RAZUM (Ум и Разум) приглашает детей от 6 до 10 лет увлекательно и с пользой провести время летних каникул. ОТКРЫТИЕ 1-Й СМЕНЫ 31 МАЯ 2021 г., пн. - пт. с 8.30. до 18.30. Действует система скидок по предоплате. Успей в свой лагерь!**  
Тел. 61-57-61. Инстаграм @razum\_sakh



четверг, 3 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженемся! (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 Сегодня вечером (16+) 22.55 Большая игра (16+) 23.55 Вечерний Ургант (16+) 00.35 К 80-летию Барбары Брыльской. «Мужчины не имеют шанса» (12+) 01.35 Время покажет (16+) 03.55 Мужское/Женское (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 <b>14.55 Сериал «Рая знает всё!» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «По разным берегам» (12+)</b> 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (12+)</b> <b>04.05 Сериал «Право на правду» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Лесник» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) <b>19.30 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> <b>22.15 Сериал «Душегубы» (16+)</b> 00.30 Сегодня 00.45 ЧП. Расследование (16+) 01.15 Захар Прилепин. Уроки русского (12+) 01.45 Мы и наука. Наука и мы (12+) <b>02.35 Фильм «Правила механика замков» (16+)</b> <b>04.15 Сериал «Карпов» (16+)</b>	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+) 19.37 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+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) <b>РОССИЯ 24</b> 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.10 Энергетика 16.15 Спецрепортаж 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.10 «Ракетный щит Родины». Док. сериал (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня <b>09.30 Сериал «1942» (12+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «1942» (12+)</b> <b>13.55 Сериал «1943» (12+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «1943» (12+)</b> 18.10 «Освобождение». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Мотоциклы особого назначения. История почетного эскорта». Док. фильм (12+) 19.40 Легенды космоса (6+) 20.25 Код доступа (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Живи и помни» (16+)</b> <b>01.40 Фильм «Дом, в котором я живу» (6+)</b> <b>03.15 Фильм «Котов» (16+)</b> 04.50 «После премьеры - расстрел. История одного предательства». Док. фильм (12+) 05.35 «Москва фронту». Док. сериал (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.40 По делам несовершеннолетних (16+) 09.15 Давай разведемся! (16+) 10.20 Тест на отцовство (16+) 12.30 Реальная мистика (16+) 13.40 Понять. Простить (16+) 14.55 Порча (16+) 15.25 Знахарка (16+) <b>16.00 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>00.05 Сериал «Женский доктор-3» (16+)</b> 02.05 Порча (16+) 02.35 Знахарка (16+) 03.05 Понять. Простить (16+) 04.05 Реальная мистика (16+) 05.00 Тест на отцовство (16+) 06.40 По делам несовершеннолетних (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>08.30 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 09.20 Планета вкусов (12+) 09.50 Руссо туристо (16+) <b>10.40 Сериал «Практика-2» (12+)</b> <b>11.30 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 12.30 Мультфильмы (6+) 12.45 Эксперименты (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) 13.45 Праздничный концерт ко Дню защиты детей (12+) <b>15.15 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b> <b>16.10 Сериал «Большая игра» (16+)</b> <b>17.00 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>18.30 Сериал «Практика-2» (12+)</b> 19.40 Free Talk (16+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>20.30 Фильм «Невероятный Блинки Билл» (6+)</b> <b>22.10 Фильм «Невероятные путешествия мистера Спивата» (6+)</b> 00.00 Эксперименты (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия <b>06.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>07.10 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>08.05 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>11.20 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>12.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>13.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>14.40 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>15.35 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>16.35 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>17.30 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 18.30 Известия <b>18.45 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>19.45 Сериал «Морские дьяволы-3» (12+)</b> <b>20.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.15 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Свои-3» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.00 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.25 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.55 Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.25 Известия <b>04.35 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.10 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.35 Сериал «Детективы» (16+)</b>

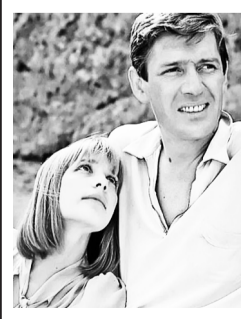
**ЗАО «Остров Сахалин» ТРЕБУЮТСЯ**  
для работы на БМРТ:  
• боцман  
• машинист РМУ  
• матросы  
• старший электромеханик  
**466-209, 466-228**

**ООО «ПО САХАЛИНРЫБАКСОЮЗ» ТРЕБУЮТСЯ**  
для работы на «Стеркодеры»:  
• начальник радиостанции  
• слесарь ТО • токарь  
• матросы  
**466-209, 466-228**

пятница, 4 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженемся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 Человек и закон (16+) 19.45 Поле чудес (16+) 21.00 Время 21.30 Три аккорда. Новый сезон (16+) 23.15 Вечерний Ургант (16+) 00.10 К 95-летию Мэрилин Монро. «Последний сеанс» (16+) 01.50 Фильм «Зуд седьмого года» (0+) 03.30 Модный приговор (6+) 04.20 Давай поженемся! (16+) 05.00 Мужское/Женское (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, 20.45 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 <b>14.55 Сериал «Рая знает всё!» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.00 Я вижу твой голос (12+) <b>22.55 Фильм «Пластмассовая королева» (12+)</b> <b>02.20 Фильм «Бедная Liz» (12+)</b> <b>04.05 Сериал «Право на правду» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Лесник» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 Жди меня (12+) <b>19.10 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> <b>22.00 Сериал «Душегубы» (16+)</b> 00.00 Своя правда 01.55 Квартирный вопрос (0+) <b>02.45 Сериал «Карпов» (16+)</b>	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+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) 20.30 Спортивная неделя (0+) <b>РОССИЯ 24</b> 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Уримал Бансон	06.00 Сериал «Открытый космос» (0+) 09.00 Новости дня <b>09.20 Сериал «Открытый космос» (0+)</b> 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «Конвой PQ-17» (12+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «Конвой PQ-17» (12+)</b> 21.15 Новости дня <b>21.25 Сериал «Конвой PQ-17» (12+)</b> 23.10 Десять фотографий. Андрей Макаров (6+) <b>00.05 Фильм «Братья по крови» (0+)</b> <b>01.45 Фильм «Игра без правил» (12+)</b> <b>03.15 Фильм «Сошедшие с небес» (12+)</b> 04.30 «Хроника Победы». Док. сериал (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.50 По делам несовершеннолетних (16+) 09.25 Давай разведемся! (16+) 10.30 Тест на отцовство (16+) 12.40 Реальная мистика (16+) 13.40 Понять. Простить (16+) 14.55 Порча (16+) 15.25 Знахарка (16+) <b>16.00 Сериал «Выбор матери» (16+)</b> <b>20.00 Фильм «Беги, не оглядывайся!» (16+)</b> <b>00.25 Фильм «У причала» (16+)</b> 04.00 Порча (16+) 04.25 Знахарка (16+) 04.50 Понять. Простить (16+) 05.50 По делам несовершеннолетних (16+) 06.40 Давай разведемся! (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Утро на ОТВ (12+) 07.40 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>08.30 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 09.20 Планета вкусов (12+) 09.45 Руссо туристо (16+) <b>10.35 Сериал «Практика-2» (12+)</b> <b>11.30 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 12.25 Мультфильмы (6+) 12.45 Эксперименты (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) <b>13.55 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b> 14.50 Руссо туристо (16+) <b>15.40 Сериал «Большая игра» (16+)</b> 16.30 Планета вкусов (12+) <b>17.00 Сериал «Долгий путь домой» (12+)</b> 18.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>18.30 Сериал «Практика-2» (12+)</b> 19.45 На здоровой волне (6+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>20.30 Фильм «Я сражаюсь с великанами» (12+)</b> <b>22.20 Фильм «Невероятный Блинки Билл» (6+)</b> 00.05 Эксперименты (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	06.00 Известия <b>06.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>07.10 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>08.00 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>08.55 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>09.50 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>11.10 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>12.05 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>13.00 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>15.20 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>16.20 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>17.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</b> <b>18.10 Сериал «След» (16+)</b> <b>19.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>19.55 Сериал «След» (16+)</b> <b>20.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.55 Сериал «След» (16+)</b> 00.45 Светская хроника (16+) <b>01.45 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>02.50 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>03.15 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>03.45 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>04.10 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>04.35 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>05.00 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>05.25 Сериал «Угрозыск» (16+)</b> <b>05.50 Сериал «Угрозыск» (16+)</b>

Отдел рекламы «Телемира»  
**49-16-31**





суббота, 5 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>06.00 Доброе утро. Суббота</p> <p>09.00 Умницы и умники (12+)</p> <p>09.45 Слово пастыря (0+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.15 На дачу! (6+)</p> <p>11.15 Видели видео? (6+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.15 Видели видео? (6+)</p> <p><b>14.00 Фильм «Таежный роман» (12+)</b></p> <p>16.30 Кто хочет стать миллионером? (12+)</p> <p>18.00 Сегодня вечером (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.20 Клуб веселых и находчивых. Высшая лига (16+)</p> <p><b>23.30 Фильм «Последствия» (18+)</b></p> <p>01.25 Модный приговор (6+)</p> <p>02.15 Давай поженимся! (16+)</p> <p>02.55 Мужское/Женское (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Вести. Сахалин-Курилы</p> <p>08.20 Местное время. Суббота (12+)</p> <p>08.35 По секрету всему свету</p> <p>09.00 Формула еды (12+)</p> <p>09.25 Пятеро на одного</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)</p> <p>12.35 Доктор Мясников (12+)</p> <p><b>13.40 Сериал «И шарик вернется» (12+)</b></p> <p>18.00 Привет, Андрей! (12+)</p> <p>20.00 Вести в субботу</p> <p><b>21.00 Фильм «Лучшая подруга» (12+)</b></p> <p><b>01.05 Фильм «Причал любви и надежды» (16+)</b></p>	<p>05.55 ЧП. Расследование (16+)</p> <p><b>06.20 Фильм «Правила механика замков» (16+)</b></p> <p>08.25 Смотр (0+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 Готовим (0+)</p> <p>09.50 Поедем, поедим! (0+)</p> <p>10.25 Едим дома (0+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Главная дорога (16+)</p> <p>12.00 Живая еда (12+)</p> <p>13.00 Квартирный вопрос (0+)</p> <p>14.10 Основано на реальных событиях (16+)</p> <p>16.00 Своя игра (0+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 По следу монстра (16+)</p> <p>20.00 Центральное телевидение</p> <p>21.00 Ты не поверишь! (16+)</p> <p>22.15 Секрет на миллион. Тайны Ламы, Носорога и Зайца (16+)</p> <p>00.15 Международная пиорама (16+)</p> <p>01.00 Квартирник НТВ у Маргулиса. OQJAV (16+)</p> <p>02.15 Дачный ответ (0+)</p> <p><b>03.10 Фильм «Правила механика замков» (16+)</b></p>	<p>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</p> <p>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</p> <p>07.00 Репортаж (16+)</p> <p>07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Репортаж (16+)</p> <p>08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.00 Репортаж (16+)</p> <p>09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.25 Держи краба (16+)</p> <p>09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Репортаж (16+)</p> <p>10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Репортаж (16+)</p> <p>11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.25 Держи краба (16+)</p> <p>11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Репортаж (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Репортаж (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Репортаж (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Репортаж (16+)</p> <p>15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Репортаж (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.25 Держи краба (16+)</p> <p>16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Репортаж (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Репортаж (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Репортаж (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.25 Держи краба (16+)</p> <p>19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Репортаж (16+)</p> <p>20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.00 Репортаж (16+)</p> <p>21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.25 Держи краба (16+)</p> <p>21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Репортаж (16+)</p> <p>22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>23.00 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>16.00 Дальний Восток</p> <p>Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31</p> <p><b>ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06</b></p>	<p><b>04.55 Фильм «Апачи» (0+)</b></p> <p><b>06.40 Фильм «Ульзана» (0+)</b></p> <p>08.00 Новости дня</p> <p><b>08.15 Фильм «Ульзана» (0+)</b></p> <p>08.40 Морской бой (6+)</p> <p>09.45 Легенды музыки (6+)</p> <p>10.10 Круиз-контроль (6+)</p> <p>10.45 Загадки века (12+)</p> <p>11.35 Улика из прошлого (16+)</p> <p>12.30 Не факт! (6+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.20 СССР. Знак качества (12+)</p> <p>14.05 Легенды кино (6+)</p> <p><b>15.00 Фильм «Покровские ворота» (0+)</b></p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.15 Здело!</p> <p><b>18.30 Фильм «Криминальный квартет» (16+)</b></p> <p><b>20.25 Фильм «Дело Румянцева» (0+)</b></p> <p>22.30 Всероссийский вокальный конкурс «Новая звезда-2021». Отборочный тур (6+)</p> <p><b>00.00 Фильм «Деревенский детектив» (0+)</b></p> <p><b>01.35 Фильм «Анискин и Фантомас» (12+)</b></p> <p><b>03.40 Фильм «Большая семья» (0+)</b></p> <p>05.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)</p>	<p>07.30 6 кадров (16+)</p> <p><b>07.35 Фильм «Письмо по ошибке» (16+)</b></p> <p><b>11.05 Сериал «Родные люди» (16+)</b></p> <p><b>20.00 Сериал «Чернобелая любовь» (16+)</b></p> <p><b>23.00 Фильм «Нарушая правила» (16+)</b></p> <p><b>03.05 Сериал «Родные люди» (16+)</b></p> <p>06.35 Моя фобия (16+)</p> <p>07.25 6 кадров (16+)</p> <p><b>ОТВ-САХАЛИН</b></p> <p>07.00 Центр внимания. Сахалин (16+)</p> <p>07.25 Мультфильмы (6+)</p> <p>07.30 Планета собак. Собачье дело (12+)</p> <p>08.00 Центр внимания. Сахалин (16+)</p> <p>08.30 Ветеринары (12+)</p> <p>08.55 Человек-праздник (12+)</p> <p><b>09.25 Сериал «Крыша мира» (16+)</b></p> <p><b>10.15 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b></p> <p><b>13.05 Сериал «Чисто английское убийство» (16+)</b></p> <p>14.50 Свидание для мамы (16+)</p> <p>15.45 «Стас Михайлов. Все слезы женщин». Док. фильм (12+)</p> <p>16.35 Правила взлома (16+)</p> <p>17.00 Мультфильмы (6+)</p> <p>17.20 Животная страсть (12+)</p> <p><b>17.45 Фильм «Любовь и дружба» (12+)</b></p> <p>19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p><b>20.00 «Фильм Синдром петрушки» (16+)</b></p> <p>21.45 Свидание для мамы (16+)</p> <p><b>22.35 Сериал «Чисто английское убийство» (16+)</b></p> <p>00.25 «Стас Михайлов. Все слезы женщин». Док. фильм (12+)</p>	<p>06.00 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>06.15 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>06.40 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>07.05 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>07.30 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>07.55 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>08.20 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>08.50 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>09.25 Сериал «Угрозыск» (16+)</p> <p>10.00 Светская хроника (16+)</p> <p><b>11.00 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b></p> <p><b>11.45 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b></p> <p><b>12.35 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b></p> <p><b>13.20 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b></p> <p><b>14.15 Сериал «Ментозавры» (16+)</b></p> <p><b>15.05 Сериал «Ментозавры» (16+)</b></p> <p><b>15.55 Сериал «Ментозавры» (16+)</b></p> <p><b>16.50 Сериал «Ментозавры» (16+)</b></p> <p>17.40 Сериал «След» (16+)</p> <p>18.25 Сериал «След» (16+)</p> <p>19.15 Сериал «След» (16+)</p> <p>20.05 Сериал «След» (16+)</p> <p>20.55 Сериал «След» (16+)</p> <p>21.45 Сериал «След» (16+)</p> <p>22.35 Сериал «След» (16+)</p> <p>23.20 Сериал «След» (16+)</p> <p>01.00 Известия. Главное</p> <p>01.55 Сериал «Следствие любви» (16+)</p> <p>02.45 Сериал «Следствие любви» (16+)</p> <p>03.25 Сериал «Следствие любви» (16+)</p> <p>04.05 Сериал «Следствие любви» (16+)</p> <p>04.40 Сериал «Следствие любви» (16+)</p> <p>05.20 Сериал «Следствие любви» (16+)</p>

**АВТОШКОЛА «За рулем»**  
подготовка водителей категорий А, В, ВЕ, С, СЕ, D  
27-24-64, 40-66-03

**ТРЕБУЮТСЯ**  
\* водители категории С и Е  
\* автомойщики  
\* автослесарь  
\* мастер кузовного ремонта  
790-242 28-65-54

воскресенье, 6 июня

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.00 Сериал «Медсе-стра» (12+)</p> <p>06.00 Новости</p> <p><b>06.10 Сериал «Медсе-стра» (12+)</b></p> <p>06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)</p> <p>07.40 Часовой (12+)</p> <p>08.10 Здоровье (16+)</p> <p>09.20 Непутевые заметки (12+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.15 Жизнь других (12+)</p> <p>11.15 Видели видео? (6+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.15 Видели видео? (6+)</p> <p>14.00 Игорь Николаев. «Я люблю тебя до слез» (16+)</p> <p>15.45 Большой праздничный концерт «Взрослые и дети» (6+)</p> <p>17.45 Победитель (12+)</p> <p>19.15 Dance Революция (12+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>22.00 Что? Где? Когда? Летняя серия игр (16+)</p> <p>23.10 Налет-2 (16+)</p> <p>00.00 В поисках Дон Кихота (18+)</p> <p>01.45 Модный приговор (6+)</p> <p>02.35 Давай поженимся! (16+)</p> <p>03.15 Мужское/Женское (16+)</p>	<p><b>04.25 Фильм «Чего хотят мужчины» (16+)</b></p> <p><b>06.00 Фильм «Будущее совершенное» (16+)</b></p> <p>08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели</p> <p>08.35 Устами младенца</p> <p>09.20 Когда все дома</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Большая перделка</p> <p>12.00 Парад юмора (16+)</p> <p><b>13.40 Сериал «И шарик вернется» (12+)</b></p> <p><b>18.00 Фильм «Нашедшего ждёт вознаграждение» (12+)</b></p> <p>20.00 Вести недели</p> <p>22.00 Москва. Кремль. Путин</p> <p>22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)</p> <p><b>01.30 Фильм «Чего хотят мужчины» (16+)</b></p> <p><b>03.15 Фильм «Будущее совершенное» (16+)</b></p>	<p><b>06.15 Фильм «Отдельное поручение» (16+)</b></p> <p>07.55 Центральное телевидение (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 У нас выигрывают! (12+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Первая передача (16+)</p> <p>12.00 Чудо техники (12+)</p> <p>12.50 Дачный ответ (0+)</p> <p>14.00 НашПотребНадзор (16+)</p> <p>15.05 Однажды... (16+)</p> <p>16.00 Своя игра (0+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 Новые русские сенсации (16+)</p> <p>20.00 Итоги недели</p> <p>21.10 Ты супер! 60+ (6+)</p> <p>23.40 Звезды сошлись (16+)</p> <p>01.10 Скелет в шкафу (16+)</p> <p><b>04.05 Фильм «Правила механика замков» (16+)</b></p>	<p>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</p> <p>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</p> <p>07.00 Репортаж (16+)</p> <p>07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Репортаж (16+)</p> <p>08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.00 Репортаж (16+)</p> <p>09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.25 Держи краба (16+)</p> <p>09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Репортаж (16+)</p> <p>10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Репортаж (16+)</p> <p>11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.25 Держи краба (16+)</p> <p>11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Репортаж (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Репортаж (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Репортаж (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Репортаж (16+)</p> <p>15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Репортаж (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.25 Держи краба (16+)</p> <p>16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Репортаж (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Репортаж (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Репортаж (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.25 Держи краба (16+)</p> <p>19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Специальный Репортаж (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>21.00 Репортаж (16+)</p> <p>21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.25 Держи краба (16+)</p> <p>21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Репортаж (16+)</p> <p>22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.00 Репортаж (16+)</p> <p>23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p><b>АСТВ 12 ТВК</b></p> <p>20.00 Специальный репортаж АСТВ (16+)</p> <p>20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>16.00 Вести. Сахалин – Курилы. События недели</p> <p>16.30 Спецрепортаж</p> <p>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, запрещенная для детей. Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».</p> <p>Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31</p>	<p><b>05.35 Фильм «Шел четвертый год войны...» (12+)</b></p> <p><b>07.10 Фильм «Криминальный квартет» (16+)</b></p> <p>09.00 Новости недели</p> <p>09.25 Служу России (12+)</p> <p>09.55 Военная приемка (6+)</p> <p>10.45 Скрытые угрозы (12+)</p> <p>11.30 Секретные материалы (12+)</p> <p>12.20 Код доступа (12+)</p> <p>13.15 Специальный репортаж (12+)</p> <p>13.55 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)</p> <p><b>14.05 Сериал «Операция «Тайфун». Задания особой важности» (12+)</b></p> <p>18.00 Главное</p> <p>19.25 Легенды советского сыска (16+)</p> <p>22.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)</p> <p>23.00 Фетисов (12+)</p> <p><b>23.45 Сериал «И снова Анискин» (12+)</b></p> <p><b>03.20 Фильм «Приключения в Тридцатом царстве» (0+)</b></p> <p>04.50 «Россия и Китай. «Путь через века». Док. фильм (6+)</p> <p>05.20 «Афганский дракон». Док. фильм (12+)</p>	<p>07.30 Фильм «Вечера на хуторе близ Диканьки» (16+)</p> <p><b>08.45 Фильм «Карнавал» (16+)</b></p> <p><b>11.55 Фильм «У причала» (16+)</b></p> <p><b>15.45 Фильм «Беги, не оглядываясь!» (16+)</b></p> <p><b>20.00 Сериал «Чернобелая любовь» (16+)</b></p> <p><b>23.00 Фильм «Письмо по ошибке» (16+)</b></p> <p><b>02.40 Сериал «Родные люди» (16+)</b></p> <p><b>06.20 Фильм «Вечера на хуторе близ Диканьки» (16+)</b></p> <p><b>ОТВ-САХАЛИН</b></p> <p>07.00 Утро на ОТВ</p> <p>07.05 Все как у зверей (6+)</p> <p>07.30 Добавки (12+)</p> <p>08.00 Центр внимания. Итоги недели с сурдопереводом (16+)</p> <p>08.30 Не факт! (12+)</p> <p>08.55 Настоящая история (12+)</p> <p><b>09.25 Сериал «Крыша мира» (16+)</b></p> <p><b>10.15 Сериал «Отражение радуги» (16+)</b></p> <p>12.10 «Правила жизни 100-летнего человека». Док. фильм (16+)</p> <p>13.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p><b>13.25 Сериал «Чисто английское убийство» (16+)</b></p> <p>15.15 Свадебный размер (16+)</p> <p><b>16.05 Фильм «Синдром петрушки» (16+)</b></p> <p>17.50 Мультфильмы (6+)</p> <p>17.55 Праздничный концерт ко Дню защиты детей (12+)</p> <p>19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p><b>20.00 Фильм «Пушкин. Последняя дуэль» (12+)</b></p> <p>21.50 Свадебный размер (16+)</p> <p><b>22.45 Сериал «Чисто английское убийство» (16+)</b></p> <p>00.35 Животная страсть (12+)</p>	<p>06.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей-3» (16+)</p> <p><b>06.35 Сериал «Улицы разбитых фонарей-3» (16+)</b></p> <p>07.15 Сериал «Кремень» (16+)</p> <p>08.05 Сериал «Кремень» (16+)</p> <p>09.05 Сериал «Кремень» (16+)</p> <p>10.05 Сериал «Кремень» (16+)</p> <p>11.10 Фильм «Америкэн бой» (16+)</p> <p>13.25 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>14.25 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>15.25 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>16.20 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>17.15 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>18.10 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>19.10 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>20.05 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>21.00 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>22.00 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>22.55 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>23.55 Сериал «Чужой район» (16+)</p> <p>00.50 Фильм «Америкэн бой» (16+)</p> <p>03.00 Сериал «Высокие ставки» (16+)</p> <p>03.45 Сериал «Высокие ставки» (16+)</p> <p>04.30 Сериал «Высокие ставки» (16+)</p> <p>05.15 Сериал «Высокие ставки» (16+)</p>

Отдел рекламы «Телемира»  
49 16 31



# На родине снежного барса



I Мунку-Сардык

К 76-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне группа сахалинцев, членов сахалинского отделения Русского географического общества, совершила восхождение на ряд вершин горного узла Мунку-Сардык Восточных Саян, в том числе на высочайшую вершину Саян, а также Республики Бурятия - гору Мунку-Сардык.

[ КОНСТАНТИН ЧЕПУРНЫЙ ]

## Ледники Мунку-Сардык

Гора находится в одноименном хребте, являющимся частью высокогорного массива Большой Саян, который в свою очередь входит в Восточные Саяны. Восточные Саяны - горная система в Южной Сибири, расположенная на территории России и Монголии, протянувшаяся с северо-запада на юго-восток от правобережья Енисея до озера Байкал, и вместе с Западным Саяном образует Саянские горы.

Образовались горы в палеозое (примерно 500 млн лет назад), в дальнейшем до конца неогена интенсивно разрушались. Свой отпечаток на облик гор наложило четвертичное оледенение.

В настоящее время оледенение сохранилось в наиболее высокогорной части Восточных Саян, в районе Мунку-Сардык. Здесь есть несколько ледников и снежников-перелетков (снежников, которые не успевают растаять за лето, из которых при благоприятных условиях впоследствии формируются ледники). Самые крупные ледники хребта Мунку-Сардык находятся на северных склонах пика Топографов (3044 м).

В Саянах обитает и самая высокогорная кошка в мире - снежный барс, или ирбис, занесенный в Красную книгу. Основа его рациона - дикие копытные, в том числе сибирский горный козел. В период, когда в этот район прибывают туристы и альпинисты, сюда же с научными целями собираются зоологи, чтобы наблюдать за жизнью неуловимой горной кошки в естественной среде. По подсчетам специалистов, в районе хребта Мунку-Сардык на 2019 год обитало не менее пяти особей, а всего в хребте Восточный Саян 14 особей, но случайно увидеть это осторожное животное практически невозможно. Не вся территория хребта Восточный Саян обследована, но предпосылок для роста численности редкого хищника нет, в связи с критически низкой численностью основной добычи ирбиса - копытных, в том числе сибирского горного козла. Пятна на шкуре снежного барса индивидуальны, как рисунок на шкуре тигра и отпечатки пальцев у человека. Попавших в объектив фотоаппарата ирбисов по этим пятнам и различают.

Название «снежный барс» стало неофициальным титулом альпинистов, покоривших все пять вершин, расположенных на территории бывшего СССР, выше 7000 м (пик Победы и Хан-Тенгри в Тянь-Шане и пики Коммунизма (ныне Исмоила Сомони), Ленина и Корженевской в Памире). Такой титул с 2008 года имеет инструктор нашей группы. В 2010 году утверждено почетное звание в альпинизме «Снежный барс России» за восхождение на 10 высочайших вершин России, также в горных регионах есть свои локальные «барсы»: Уральский, Приморский и другие.

По линии хребта Мунку - Сардык проходит граница России и Монголии. Поэтому для нахождения в этом районе необходимо заранее получить пропуск в Пограничном управлении ФСБ России по Республике Бурятия. Заявление на пропуск следует направлять не менее чем за месяц до поездки.

## Имена хребтов

Район горы находится в Бурятской Республике в верховьях рек Мугувек и Белый Иркут, в 300 км к западу от Иркутска. От Иркутска до поселка Монды ведет асфальтированная дорога, минуя озеро Байкал, вдоль течения реки Иркут, в юго-западную часть Республики Бурятия и уходящая далее на юго-запад к перевалу Мунгийн-Дабан, являющимся границей с Монголией. Здесь расположен погранпереход Монды - Хан.

К району вершины от поселка Монды вдоль реки Иркут идет грунтовая дорога, пересекающая правый приток Иркуты - реку Белый Иркут. До моста через нее 25 километров, возле моста стоит указатель пути на вершину. Далее путь лежит по каньону, образованному реками Белый Иркут и ее правым притоком - Мугувек, в зимний период этот участок покрыт наледями и проходит в альпинистских кошках. Выше границы леса долина реки Мугувек - широкая, троговая, образована вытесавшими ее ледниками. В ее верхней части, на высоте 2600 м, расположено горное озеро Эхой с романтическим прозвищем «бирюзовое сердце Мунку-Сардык».

Горный узел Мунку-Сардык протянулся на 14 километров и состоит из шести массивов - гольцов. Все вершины Мунку-Сардыка поднимаются выше снеговой линии. Сложен массив гранитами. Склоны круто обрываются на север, в долину Иркуты, и более полого опускаются к югу, поэтому подъем на вершину с монгольской стороны гораздо проще. Граница здесь проходит на высоте 1600-1900 метров, выше пояса лесной растительности на склонах курумы - россыпи крупных каменных обломков.

До Великой Отечественной войны в ущелье реки Мугувек действовал альпинистский лагерь «Крылья Советов», организованный коллективом иркутского завода № 125 им. Сталина (сейчас Иркутский авиационный завод). В 1935-1937 годы пройдены первые маршруты, а на хребте появились названия вершин: Крылья Советов, Авиатор, Лейтенанты, Эскадрилья и другие.

Возглавил коллектив альпинистов завода и организовал первые альплагеря в Сибири Борис Беркович - авиаинженер, выпускник МАИ, старший инструктор альпинизма, начальник учебной части лагеря «Адыр-Су».

После войны к вершинам Восточного Саяна вновь альпинисты вернулись только в конце 1960-х. В 1969 году пройден первый стеной маршрут в Саянах, сложностью 5А по южной стене пика Сибирского отделения Академии наук, тогда же в это же ущелье провела свою экспедицию Всесоюзная федерация альпинизма, а в ноябре в Кынгаре прошла первая альпиниада. Альпинистские мероприятия стали проводиться регулярно, а категории сложности маршрутов расти.

Саяны особенно популярны у альпинистов Сибири и Дальнего Востока, из-за своего положения.



Наличие поблизости такого обширного полигона дает возможность повышать свое спортивное мастерство практически круглый год, без больших временных и финансовых затрат. Но лучшим временем для посещения считается начало мая. Кроме того, что это выходные дни, главное, что прошли суровые зимние морозы, особенно тяжело переносимые совместно с постоянными ветрами на хребтах, но еще не растаял ледник, покрывающий реки. Белый Иркут не зря носит такое название: белый цвет пены, взбиваемой быстрой, сильной и холодной горной рекой, питаемой ледниками. Чтобы добраться туда летом, необходимо не один раз пересечь ее сильное русло. Со слов пограничного наряда, за майские праздники этого года на контрольном посту зарегистрировано более 7000 человек.

Поездка в Саяны планировалась не только для восхождения на вершину горы Мунку-Сардык, а являлась зарегистрированным на сайте Федерации альпинизма России альпинистским мероприятием, в ходе которого проводились занятия, тренировки и совершенствовались навыки альпинизма.

## Начало пути

29 апреля группа из семи человек: трех сахалинских и трех приморских альпинистов под руководством инструктора-альпиниста кандидата в мастера спорта, члена Приморской федерации альпинизма и скалолазания Краснолуцкого Александра Вячеславовича вылетела из аэропорта Владивостока в Иркутск. Ночью выехали из Иркутска и к утру 30 апреля подъехали к пограничному пропускному пункту в поселке Монды. Отметка на погранзаплате и еще час по грунтовке до моста через реку Белый Иркут. В шести километрах выше по течению замерзшей, покрытой ледником реки, в месте впадения правого притока Мугувек, на высоте 1860 метров над уровнем моря, неподалеку от границы лесной зоны, находится лагерь «Стрелка», где и расставляют палатки большинство из тех, кто приехал в этот район. По пути в лагерь находится еще один пограничный контрольный пункт, где необходимо регистрироваться, предъявляя пропуск в пограничную зону и документы. От моста до лагеря кто-то добирается пешком, кто-то на квадроциклах, которые перевозят пассажиров и грузы за 700 рублей за человека или рюкзак. Их водители предлагают услуги перевозки возле двух кафе на правом берегу неподалеку от моста через реку Белый Иркут. На левом берегу находится каменная буддийская ступа-субурган с золоченой статуей Будды внутри и четырьмя молитвенными барабанами-хурдэ по углам, деревья рядом украшены флагами и полотнищами с текстами на санскрите, в разных местах лежат монеты-подношения, положенными прохожими.

Первые дни проводились акклиматизационные и рекогносцировочные выходы вверх по ущелью ручья Мугувек, а также снежные и ледовые занятия. Воспоинали на практике навыки передвижения по горным склонам по снегу, фирну и льду в различных направлениях - как одиночного, так и в связках, организацию страховки и самостраховки различными способами. Погода оставляла желать лучшего - выше двух километров стоял

густой туман и выходить на восхождения по незнакомым маршрутам в такой обстановке было опасно.

В это же время в районе Мунку-Сардык проводился ряд мероприятий, посвященных 76-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне, организованный министерством порта и молодежной политики Республики Бурятия, объединенный общим названием «Маршруты Победы»: массовое восхождение на гору Мунку-Сардык, скоростное восхождение по двум маршрутам: 1-я дистанция - лагерь «Стрелка» - вершина и 2-я дистанция - лагерь «Стрелка» - озеро Эхой, соревнования по ски- и бордер-кроссу (спуск от озера на горных лыжах и сноубордах), вечером организовывали кинозал под открытым небом, показ фильмов о войне, самодельный концерт песен военных лет. Тем, кто заранее до 28 апреля зарегистрировался онлайн на сайте мероприятия, вручались памятные значки, а победителям в скоростных восхождениях - призы и медали.

Около 16 часов 3 мая в лагере почувствовали землетрясение, о трагических последствиях которого узнали позже.

## Первая вершина

Наконец 4 мая распогодилось, снегопад прекратился, туман рассеялся, и первой пройденной вершиной стала гора Мунку-Сардык.

Ее высота - 3491 метр. Название ее бурятского происхождения и обозначает «вечный голец», иногда местные народы называют ее Мунхэ Сагаан Сарьдаг, что означает «вечный белый голец», так как ее вершина покрыта нетающим льдом и снегом.

Для местного населения - бурят, сойотов и монголов, Мунку-Сардык является священной территорией, местом обитания божеств и многочисленных духов Саянских гор. Пребывание здесь по местным верованиям было запрещено для женщин, а для мужчин же надо спрашивать разрешение у духов, но времена изменились и теперь это популярное для альпинистов место.

Первое зарегистрированное восхождение на вершину совершено 163 года назад - в июле 1858 года, российский географом и натуралистом Густавом Ивановичем Раdde, член-корреспондентом Петербургской Академии наук, Густав Иванович как участник экспедиций в Восточную Сибирь, на Кавказ и в другие регионы был удостоен Золотой Константиновской медали - высшей награды Императорского Русского географического общества за выдающиеся заслуги в географических исследованиях. Исследования Восточного Саяна проходили в рамках Восточно-Сибирской экспедиции РГО, частью которой была экспедиция общества в Приамурье и на Сахалин в 1859-1862 годы. На вершину он поднялся со стороны озера Хубсугул, но рыхлый и глубокий снег помешал ему добраться до вершины, от которой его отделяло около 20 метров по вертикали.

39 лет спустя, в 1897 году, на вершину поднялись следующие восходители - известный исследователь Восточных Саян Сергей Павлович Перетолчин и подполковник Евгений Михайлович Де Генинг Михелис, в тот период преподаватель при Иркутском пехотном юнкерском училище. Подроб-





I На вершине Динамо



I Ледопад в ущелье Мугувек

ности экспедиции описаны в статье Де Генинга «В Северной Монголии (Экспедиция на Мунку-Сардык и Косогол в 1897 году)», опубликованной в «Известиях Восточно-Сибирского Отдела Императорского Русского географического общества. Т.29. № 2-3. (1898)». Их маршрут, так же как и предшественника, пролегал с Монгольской стороны.

Сергей Павлович Перетолчин многие годы занимался самостоятельными научными географическими и геологическими исследованиями ближайших к Иркутску горных хребтов. Для описания ледников и метеорологических наблюдений неоднократно поднимался на главную вершину Восточного Саяна – гору Мунку-Сардык, ранее никем не изучавшуюся. В 1897 году Перетолчин стал членом Императорского Русского географического общества и в течение 12 лет изучал ледники Мунку-Сардыка и озеро Косогол (Хубсугул). За эти исследования Русское географическое общество в 1909 году наградило С.П. Перетолчина малой золотой медалью.

Гибель Перетолчина при невыясненных обстоятельствах в Долине Вулканов в Саянах 3 июля 1914 года стала темой главы «Жизнь и смерть Перетолчина» книги «Таинственные истории» геолога Сергея Владимировича Обручева (сына академика Владимира Афанасьевича Обручева), а также поводом для построения различных паранормальных гипотез.

Его именем, как уже упоминалось, назван ледник с северной стороны горы Мунку-Сардык, а также четвертичный вулкан в Восточном Саяне, возле которого он погиб.

## Младший брат Байкала

В километре от нашего лагеря на пути в район восхождений находится ледопад. Чтобы не возвращаться с выходов в дневное время, когда от дневных температур подтаивают склоны и начинаются камнепады, на восхождения выходили затемно, в четыре часа утра. После подъема на ледопад относительно пологий протяженный участок замерзшего ручья, покрытого толстым панцирем наледи, верхний слой которой днем тает. Затем к вершине идут три «ступени» с набором высоты около 150-200 метров каждая - «Первый Взлет», подъем к озеру Эхой и «Подушка».

Озеро Эхой ледникового происхождения, на его юго-восточном берегу в весеннее время выставляется стационарный палаточный лагерь поисково-спасательного отряда МЧС. В это время оно покрыто льдом и замечено снегом и вблизи берега выглядит как заснеженная ровная площадка, но уже с высоты «Подушки» очень хорошо различимо. Недалеко от пути подъема на скалах прикреплены две таблички из нержа-

вующей стали: одна о проведении первого межрегионального горного фестиваля 22-26 апреля 2021 года Республикой Бурятия и Иркутской областью, а вторая об уникальном мероприятии – экстремальной экспедиции «На дно горы». В ходе этой экспедиции с 24 по 27 июля 2018 года иркутские фридайверы совместно с альпинистами совершили погружение на задержке дыхания на 17-метровую глубину озера.

Далее подъем на Мунку-Сардык идет по кулуару, практически до самой вершины, на последнем участке протяженностью около 50 метров выходя на гребень хребта.

Путь до озера группа прошла за 2,5 часа и еще 3,5 часа поднималась на вершину. На склонах обогнали две группы альпинистов, вышедших раньше. Это самый простой путь восхождения, по альпинистской классификации низшей сложности - 1Б. Более сложный маршрут (сложностью 2А) проходит по леднику, расположенному в кулуаре восточней, названному именем одного из первоисходителей на вершину – Сергея Павловича Перетолчина.

С погодой очень повезло, несмотря на пронизывающий ветер. День был солнечный, и видимость была во все стороны до самого горизонта.

На вершине находится плохо различимый за повязанными на него разноцветными лентами и шарфами – хадаками и платками – хии морианами, триангуляционный пункт. В 12 километрах южнее, на монгольской стороне, видно второе по величине и самое глубокое озеро Монголии – Хубсугул. По своему происхождению оно родственно озеру Байкал, являясь частью Байкальского рифта, и часто его называют «младший брат Байкала». Раньше русские называли его Косогол. В 1717 году на его берегу был построен укрепленный опорный пункт Российской империи - Косогольский острог. Западнее - долина впадающей в озеро реки Их-Хоро-Гол. И южнее реки, юго-западнее озера – хребет Баяны-Нуруу (Баян-Ула – на разных картах подписан по-разному), образующий его западный берег.

Делаем фотографии с флагами области и Сахалинского отделения РГО и спуск вниз. Путь с вершины в лагерь занял около двух с половиной часов. Из-за яркого горного солнца и отражающего его снега, несмотря на солнцезащитный крем, многие получили солнечные ожоги.

На обратном пути от идущих на встречу узнали, что из-за произошедшего 3 мая землетрясения сошедшая в соседнем ущелье в районе перевала Горельный лавина погребла под собой пятерых туристов. Двое смогли выбраться сами, но три человека погибли. Выживших и тела погибших эвакуировали вертолетом в Иркутск.

## Катка-дура

На следующий день мы вышли на восхождение на вершину высотой 3065 м, подписанную на карте имени 60 лет Октября, но в альпинистских документах и описаниях именуемую Катка-Дура. Такое название дань памяти случаю, связанному с восхождением на эту вершину известной отечественной альпинистки Екатерины Ивановой.

Однажды при пересечении замерзшего ручья на Мунку-Сардыке в Саянах она написала ледорубом на снегу: «Ручей Ленка-дура», в честь подруги, Елены Емельяновой, а в лагере объявили, что назавтра планируется восхождение на не пройденную альпинистами вершину. Екатерина попросила руководителя разрешить ей подниматься первой. Руководитель разрешил, но с условием назвать вершину в честь первоисходителя - Катка-дура (по аналогии с названным в честь ее подруги ручьем). Когда поднялись, на вершине увидели тур с запиской. Оказалось, что поднялись не первые. Но название закрепилось и в ущелье появилась гора со странным названием Катка-Дура.

Екатерина Иванова стала первой советской женщиной, взойдя в 1990 году на «крышу мира» - гору Джомолунгма (Эверест). Погибла Екатерина Иванова при попытке восхождения на третью по высоте вершину мира – Канченджангу в октябре 1994 года, под снежным обвалом, похоронившим под собой лагерь альпинистов.

Из лагеря на восхождение наша группа вышла в 4 часа, в 5.30 начали техническую работу. На эту вершину поднимались маршрутом сложностью 2А. Около 6.30 далеко внизу, в ущелье показались группы, так же идущие на восхождение. К 7.30 группа находилась неподалеку от хребта, пройдя технически сложные скальные участки, и погода начала стремительно ухудшаться: поднялся ветер, вершины выше 2500 м заволокло облаками, видимость упала до 20-40 метров. По условиям обстановки к вершине было идти проще, так как спуск планировался по более простому маршруту, чем восхождение. Связка, поднимавшаяся на вершину, разворачивалась и сразу уходила на спуск. Фигуры идущих позади в своей связке видно не было: основная веревка исчезала в метели, а границы между снегом и небом не было видно. Следы впереди идущих заметала метель, и следующей связке они были не видны, но при этом отверстия в снегу от ледорубов оставались. На вершине к скале прикреплена фотография Екатерины Ивановой и табличка из нержавеющей стали с надписью «Любимым». Буквально в двухстах метрах ниже, спустившись с седловины в юго-восточный кулуар, стало гораздо теплее – хребет укрыл от холодного северо-западного ветра. Жаль, что из-за отсутствия видимости не получилось рассмотреть сверху добину Белого Иркутка, лежащего северо-западнее вершины. В 11.30 были в лагере. Остальные группы в этот день на восхождение вышли позже и, увидев ухудшение погоды, вернулись в лагерь.

В связи с прошедшей лавиной и информацией о гибели туристов, чтобы успокоить родственников, которые могли ознакомиться с этой информацией, решили сделать выходной, в ходе которого сходить к мосту через Белый Иркут, где есть связь, чтобы связаться с домом и сообщить, что у нас все в порядке.

## Лучше гор могут быть только горы

На следующий день вышли на восхождение на вершину Динамо по маршруту сложности 2Б. Вершина находится в непосредственной близости

от Мунку-Сардык, перевал высотой 2997 метров, между ними имеет название Седло Мунку. Поднявшись на перевал, маршрут ведет по хребту в обратную сторону и проходит по гребню, минуя две локальные вершины Три Пера и Майскую, огибая их у скальных оснований, затем поднимаясь по скалам на вершину горы Динамо высотой 3341 метр. Несмотря на яркое солнце, было холодно, ледяной ветер, теневые стороны, ну и маршрут сложный, приходилось продолжительное время стоять на страховке. С горы Динамо во всей красе открывался вид на вершину Мунку-Сардык, протоптанная в снегу склона тропа, темные точки поднимающихся по ней людей, уходящий от нас к Мунку-Сардык частокол черных скал, торчащих из заснеженного хребта, как обломанные острые зубы. Полого уходил спуск в распадок на монгольскую территорию, в нем различалось еще одно замерзшее ледниковое озеро. С нашей стороны вниз уходило ущелье Мугувек, белое блюдце озера Эхой с синеватой каемкой льда, рассеченное по середине натоптанной в снегу тропой, крутые склоны соседних заснеженных гор и внизу далекая чернота лиственничного леса в течение Белого Иркутка.

Спускаться со скал по провешенным веревкам на спусковом устройстве было гораздо быстрее и проще, чем подниматься. Ниже Седла Мунку снег на склонах размяк и стал валким, идти было тяжело. Еще ниже, в ущелье, солнце растопило верхний слой наледи, и кое-где по пути нога проваливалась в воду по циклолотку.

У нас оставался еще один день, после которого планировалось завершение мероприятия, но к вечеру в соседних группах заговорили о том, что лед на реке интенсивно тает, вода идет поверх льда, передвигаться по ней тяжело. В связи с тем, что кроме привычного личного и лагерного имущества, у нас было еще достаточно объемное альпинистское снаряжение, приняли решение спланированное на следующий день восхождение отменить и выносить вещи к дороге.

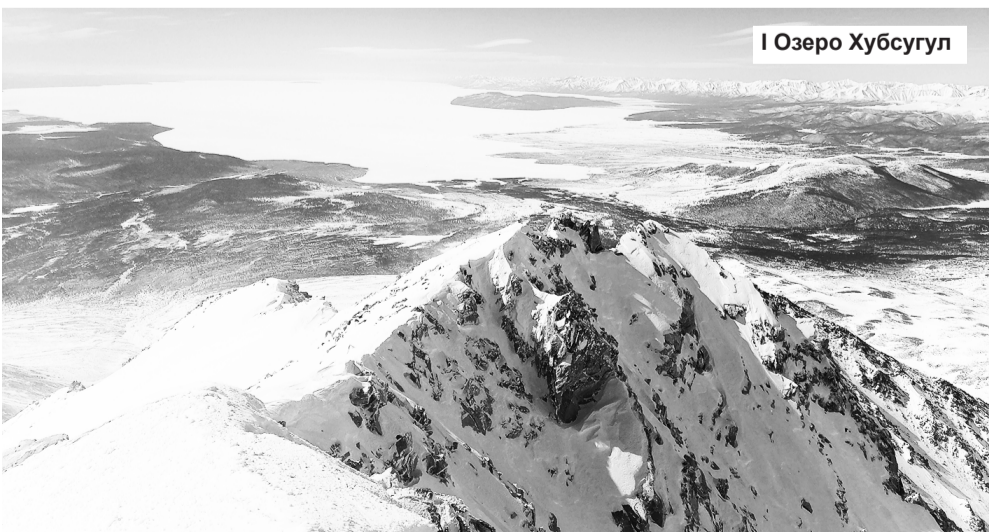
На обратном пути заехали на горячие источники в поселке Вышка, а затем в город Иркутск. Несколько дней в ожидании рейса провели в Иркутске, посетив городские музеи и съездив на озеро Байкал.

До выезда в горы искал в Интернете информацию об исследованиях Восточного Саяна, но то, что попадалось - крайне противоречиво, ссылки на источники отсутствуют, много логических нестыковок и явных ошибок, поэтому, пользуясь случаем, удалось поработать с литературой в отделе краеведения Иркутской областной универсальной научной библиотеки, откуда и взял информацию.

Требуется предупредить желающих об объективных опасностях поехать и напомнить, что это горы с резкими изменениями погоды, сложным рельефом, камнепадами и другими явлениями. Ходить по горным тропам, снежникам и ледникам без альпинистского снаряжения и навыков передвижения – это играть в опасную игру с собственным здоровьем, а, возможно, и жизнью. Не зря в ущелье расположены три лагеря поисково-спасательного отряда МЧС по Республике Бурятия. Часто публикуется информация о несчастных случаях, падениях и срывах со склонов, попавших под лавины и камнепады, но каждый думает, что со мной это не случится.

А в целом получилась очень интересная поездка в одно из красивейших мест России, два человека из группы выполнили требования третьего спортивного разряда по альпинизму.

Берегите себя и удачи в пути!



I Озеро Хубсугул



**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 13 000 руб.  
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.

- Расрочка 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  
 Тел. 77-00-09  
 26-49-60, 26-05-25

**Памятники**  
 из природного камня от 12 000 руб.

- Изготовление, установка
- Художественные работы любой сложности
- Благоустройство мест захоронений

Вазы, столы, лавочки из гранита

Обработка портретов средством «Антидождь»

Скидки участникам ВОВ

Расрочка платежа до 18 месяцев

Наш адрес: ул. Колодезная, 8  
 тел.: 77-08-16, 8-914-090-21-58

**ПАМЯТНИКИ И РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ**

Отдел рекламы «Телемира»  
**49-16-31**

Отдел информации «Телемира»  
**49-16-06**

Отдел рекламы «Телемира»  
**49-16-31**

**САХГЕМС**

изготовление и установка **ПАМЯТНИКОВ**  
 из природного камня

- граниты (черные, цветные) от 10 000 руб.
- мрамор (серый) от 10 000 руб.
- вазы - оградки - 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

Расрочка платежа, бесплатное хранение

**ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 10%**

**Сахалинцы потеряли 4 миллиона, пытаясь купить криптовалюту**

В дежурную часть ОМВД России по городскому округу «Охинский» обратился 56-летний местный житель. Мужчина сообщил, что у него путем обмена похитили более четырех миллионов рублей.

В ходе разбирательства установлено, что в конце марта с неизвестного номера жене заявителя позвонил некий мужчина. Он сообщил, что является консультантом по инвестированию в криптовалюту и совершению сделок с ней, и предложил свои услуги за вознаграждение в виде 10 процентов от прибыли.

Это заинтересовало жену заявителя и его

самого. Они оформили интернет-кошелек на сайте одного из банков, а также еще один для криптовалюты. В этот же день по указанию звонившего супруга потерпевшего перевела в качестве первоначального взноса 10 тысяч рублей на одну из торговых площадок. После этого женщина еще не раз совершала переводы денежных средств в надежде приумножить свой капитал.

Всего потерпевшая перевела мошенникам более четырех миллионов рублей. С конца апреля супруги начали пытаться вывести деньги на свои карты, но им приходили отказы под различными предлогами. Тогда они поняли, что стали жертвами мошенников, и обратились в полицию.

Возбуждено уголовное дело, ведется след-

ствие, сообщает пресс-служба УМВД РФ по Сахалинской области.

**Родственник обокрал островитянку**

В дежурную часть ОМВД России по Томаринскому городскому округу поступило заявление от 48-летней жительницы села Красногорск. Кто-то похитил у нее мобильный телефон и банковскую карту, с которой позже были сняты 15 тысяч рублей. Кроме этого, женщина пояснила, что до этого у нее гостил родственник, но где сейчас он находится, она не знает.

В ходе разбирательства сотрудники полиции установили личность подозреваемого. Как и предполагали стражи порядка, им оказался

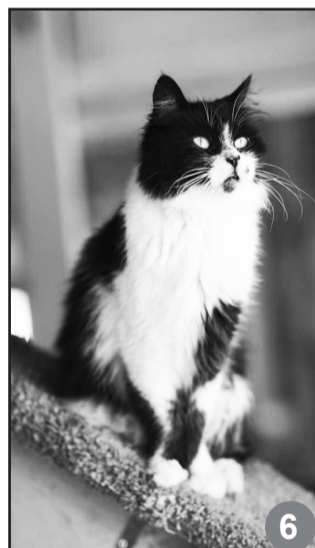
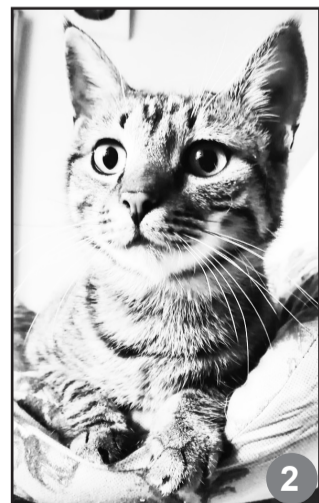
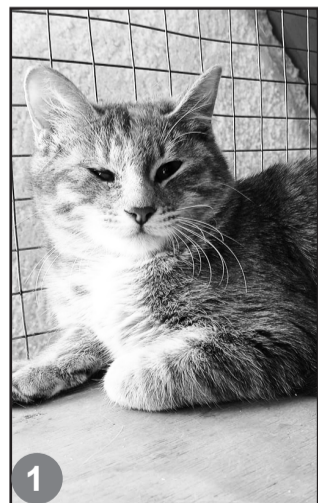
близкий потерпевшей - 36-летний ранее судимый житель Углегорска. При последующей операции мужчина был задержан в вышеуказанном городе, где скрывался от правосудия у одного из знакомых.

Как оказалось, после распития спиртных напитков потерпевшая вышла в другую комнату, чем и воспользовался злоумышленник. Похитив гаджет и банковскую карту, он под благовидным предлогом покинул квартиру и направился в город Углегорск, где в ближайшем банке обналчил вышеуказанную сумму. Пин-код от кредитки он знал, так как ранее уже одалживал карту у гражданки. Общий ущерб составил 37 тысяч рублей.

Возбуждено уголовное дело, сообщает пресс-служба УМВД РФ по Сахалинской области.

**ЖИВОТНЫЕ ТЕРРИТОРИЯ СПАСЕНИЯ**

Найдите ДРУГА у нас!



1. В поисках своих хозяев красивая кошка Пряня. Застенчивая, скромная, одноглазая, но ласковая девчонка. Стерилизована, приучена к лотку. Возраст около семи месяцев. Тел. 8-924-284-47-97.

2. Первоклассный парень Коржик, игрун, красотун, отличный друг, готовится к переезду к любящим хозяевам. Его выразительные глаза никого не оставят равнодушным. Общительный, энергичный, около года, охотно общается со своими собратьями.

3. Ищем семью для нашего шикарного Шефа! Именно семью, а не на дачу и не на пожизненную цепь! Этот парень просто создан, чтобы быть другом и компаньоном! В приюте ему тоскливо без внимания. Он очень хочет домой! Несмотря на свой грозный вид, Шеф очень нежен с теми, кого любит. А любить он умеет. А как он улыбается! На его мордочке отражается все - от удивления до радости и грусти. Стать другом такой собаки дорогого стоит!

Шеф эффектный метис разных пород, с ним вы не останетесь незамеченными, на него невозможно смотреть без улыбки. Шеф обожаем прогулки, хорошо ходит на поводке. Есть у него один пункт - не выносит посторонних кобелей и может задраться! Но в остальном Шеф очень добрый и нежный, особенно с детьми. Он сообразителен, легко схватывает на лету все новое и очень ориентирован на человека. Поэтому ему подойдет семья с активным образом жизни, готовая заниматься воспитанием пса.

Шеф здоров, привит и имеет ветпаспорт. Отдается только с условием обратной связи! Т. 8-902-811-91-46 (Любовь).

4. Дора родилась на улице. Мать убили живодеры. Ее брату Патрику очень повезло - он сейчас живет на материке в семье и его просто обожают. А вот Дора испытала все «прелести» бездомной жизни. Голодала, мерзла. Однажды ее сблея машина. Собака более месяца провела в аппарате. Из дикаренка Дора постепенно превращалась в доверчивую собаку. Надо отметить, что она еще и красавица.

После стерилизации было решено выпустить собаку на прежнее место, но это опять обречь на голодное бродячее существование и, возможно, гибель. Неужели тогда все было зря? Дора только начала доверять, она еще немного осторожна с людьми, но это поправимо. Она уже умеет ходить на поводке. Дора заслужила любящую семью и достойные условия. В ее глазах такая тоска и надежда! Присмотритесь к этой рыжей красоте! Не дайте Доре вновь оказаться бездомной. Она ждет. Звонить по телефону +7-902-811-91-46 (Любовь).

5. Неужели Харитон всю жизнь проведет в приюте? Харитон (он же Жук) очень застенчив, и, может быть, именно поэтому он все еще не нашел дом. А может, ему просто не везет. И только сам Харитон знает, как очень хочет обрести семью, которая поможет ему побороть свою застенчивость, которая сможет дать Харитону то, чего у него никогда не было - свою собственную лежанку, свой мячик, свой дом. Именно любящий человек позволит ему в один прекрасный момент стать обычным домашним песиком и заливиисто лаять и гордо идти рядом со своим человеком, радостно бежать, встречая хозяина после работы. Но пока вокруг приютские стены и грустный песик, теряющий надежду на дом. Харитоша - маленький песик, больше не вырастет, кастрирован. Если у вас хватит терпения и вы готовы подарить Харитону любовь и разделить с ним кров, звоните,

пишите. Т. 8-924-484-91-59.

6. Подарите дом замечательному Котофею!!!! Профессор, как и положено взрослому умудренному коту, спокоен, выдержан и строг. Но в то же время он очень добрый, нежный мальчик, который очень нуждается в своем человеке и в своем доме. И хотя он старожил приюта «Пёс и Кот», но все ещё надеется, что одним прекрасным днём он уедет в свой дом, где у него будет свой уголок в доме и в сердце своего единственного человека.

Котофей обследован, патологий не обнаружено, ему нужно хорошее питание, контроль, и всё... нет, пожалуй, не всё. Очень нужны любовь и внимание. Он чистоплотен (все делишки только в лоток), кастрирован.

Если вы хотите впустить этого замечательного малыша в своё сердце и в свой дом, звоните на номер +7 (962) 106-69-09, Марина.





# Просто вкусно!

## Блюда на каждый день

### Суп «Харчо»

**Ингредиенты:** курица - 1 шт., рис - 0,5 ст., чеснок - 1 головка, масло сливочное - 50 г, лук репчатый - 1 шт., морковь - 1 шт., томат-паста - 2 ст. л., зелень - пучок, соль - по вкусу.

**Приготовление:** курицу промойте и порежьте на порционные кусочки, залейте ее 2,5 л кипящей воды и варите до готовности (30-40 минут) на среднем огне под крышкой.

Промойте рис и выложите его в бульон. Когда он начнет набухать (через 10-15 минут), посолите суп. Очистите и мелко порежьте лук и морковь. Чеснок очистите от кожуры, мелко порежьте. В сковороде разогрейте сливочное масло. Обжарьте овощи на среднем огне, помешивая 2-3 минуты. Перед окончанием жарки добавьте томатную пасту и хорошо перемешайте. Чеснок переложите в сковороду к овощам. Тушите овощи вместе около 5-7 минут на самом маленьком огне, помешивая. Переложите овощи в суп.

Отдельно приготовьте заправку для супа харчо. Очистите и порежьте чеснок, затем немного подавите его. Вымойте и нарежьте зелень. Чеснок смешайте с мелко порубленной зеленью укропа и базилика. Наш суп харчо готов.



Партнер



рубрики

**БАЛОВЕНЬ**  
СУПЕРМАРКЕТ

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

### ЦЕНА ВОПРОСА

**440 рублей.**

Курица - 320 руб.

Рис - 15 руб.

Масло сливочное - 40 руб.

Лук - 15 руб.

Морковь - 20 руб.

Зелень - 30 руб.

Томатная паста, чеснок и соль - из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Подарок обязательной сертификации

### Биточки мясные, запеченные в сметане

**Ингредиенты:** мясо (или фарш мясной) - 500 г, лук репчатый - 1 шт., картофель - 1 шт., хлеб - 150-200 г, молоко - 150 мл, яйца - 1 шт., соль - 0,5 ч. л., перец черный молотый - 0,25 ч. л., сухари панировочные или мука - 0,5 стакана, масло растительное для обжаривания - 2-4 ст. ложки, сметана - 150 мл, вода - 0,75 стакана, зелень при подаче (по желанию) - 2-3 веточки.



**Приготовление:** с хлеба срезать корки. Замочить хлеб в молоке на 20 минут. Картофель очистить, помыть и натереть на крупной терке. Лук очистить, помыть и нарезать кубиками.

Мясо перемолоть или взять уже готовый мясной фарш. Добавить размоченный в молоке или воде хлеб, лук и тертый сырой картофель. Еще

2 раза пропустить все через мясорубку или перебить в блендере. Добавить в фарш яйцо, соль, перец и хорошо перемешать.

Сформировать из фарша небольшие мясные биточки, обвалять их в муке или в панировочных сухарях. Разогреть масло на сковороде. Биточки обжарить на масле до румяной корочки (на сильном огне). Сначала 2-3 минуты с одной стороны, а затем еще 1,5-2 минуты с другой стороны. Включить духовку. Выложить биточки в емкость для запекания. Затем залить сметаной, долить 0,75 стакана воды и запечь биточки в сметанном соусе в духовке при 180-190 градусах в течение 25-30 минут (или до готовности). При подаче мясные биточки можно посыпать рубленой зеленью.

### Хумус по-домашнему

**Ингредиенты:** горох нут (сухой) - 300 г, семена кунжута - 30-100 г (по вкусу), зира - 0,5 ч. ложки, чеснок - 2-3 зубчика, карри - 1 щепотка, сок лимона - 1-2 ст. ложки, оливковое масло - 2-3 ст. ложки, соль - по вкусу.

**Приготовление:** нут хорошо промыть и замочить в холодной воде на 10-12 часов.

Воду слить. Залить нут свежей холодной водой. Не солить! Довести до кипения, варить горох на небольшом огне до готовности (около 2 часов). Воду слить в чашку (навар пригодится, не выливать).

В сухую сковороду насыпать пряности по вкусу и зиру. Прокалить, помешивая, 2-3 минуты, до появления легкого аромата. Пересыпать специи в кофемолку, перемолоть. В сухую сковороду насыпать кунжут, слегка обжарить кунжутные зерна, помешивая, до легкого золотистого цвета и приятного запаха (2-3 минуты). Очистить чеснок.

Кунжут охладить, измельчить в кофемолке. В блендер выложить специи, чеснок, соль,



оливковое масло, молотый кунжут. Все хорошо взбить.

Добавлять частями отварной нут. Все хорошо взбить до состояния пюре (добавлять понемногу нуты отвар, чтобы добиться нужной консистенции хумуса). Так измельчить весь нут. Заправить по вкусу солью и лимонным соком. Еще раз все хорошо взбить.

Выложить домашний хумус в пиалу, полить оливковым маслом. Дать настояться в холодильнике 2-3 часа.

## 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](mailto:telemir@astv.ru)

## Тема следующего номера - блюда на каждый день

Хотите, чтобы ваш рецепт опубликовали в газете, присылайте: ул. Комсомольская, 213Б, «Телемир», или на электронную почту [telemir@astv.ru](mailto: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  
12.23, 14.43, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 21.23 (пн-ср), 12.23, 14.43, 15.23, 17.23, 18.23, 19.23, 21.23 (чт), 12.23, 14.43, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23 (пт)  
Золотой хит

13.00-14.00 Открытая студия  
16.40 (пт) МЭТР  
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  
12.23, 14.43, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23 (сб), 12.23, 14.43, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 21.23 (вс)  
Золотой хит  
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Шоу «Прием»



Рассаду специально высаживают на подоконнике, чтобы она видела, как косят траву. После этого рассада старается себя хорошо вести.

\*\*\*

Моя жена сказала, что уйдёт от меня, если я не перестану изображать из себя диктора телевидения. Я расскажу вам об этом после небольшой рекламной паузы. Оставайтесь с нами!

\*\*\*

После нескольких неудачных экспериментов Илон Маск отказался от идеи создания беспилотных пешеходов.

\*\*\*

Счастье не в том, что у тебя всё хорошо, а в том, что всё хорошо у тех, с кем тебе хорошо.

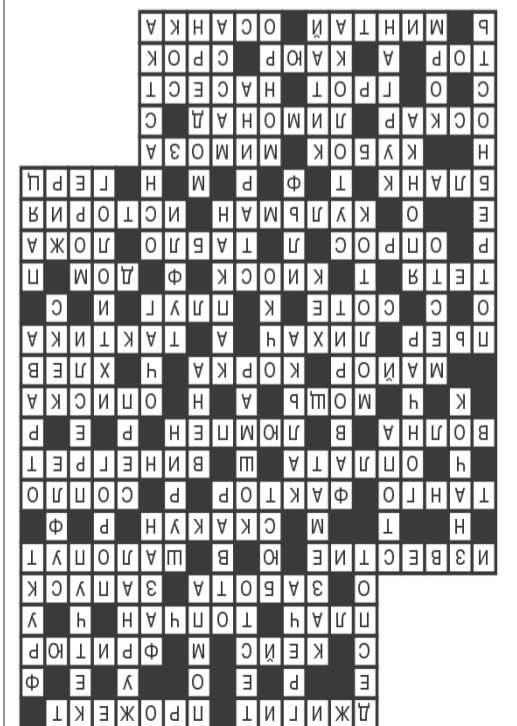
\*\*\*

Бабушка из деревни может передать внукам всё: сметанку, творог, картошечку, курочку и яблочки... А бабушка из города - привет.

\*\*\*

Наступило будущее, о котором грезили фантасты. И стало ясно, что супергерои носили маски не для конспирации.

## ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16





**ТМ**  
Отдел рекламы  
**49-16-31**

									Месиво, растущее на дрожжах										Десерт, выращенный в саду
					Тиран и самодур "Кавалерист из аула"	Камерав-тюрье-крепости			Ядрица для полезной каши	Утопический замысел	Роскошь напоказ	Дичь из куриного отряда		"Бурда", покупаемая портнихой		Соус из раздавленных помидоров			
					Портфель с долларами "Шоу" истерички				Целебное питье из лечебных трав		Кипящее масло для хвороста								
								"Койко-место" в будке сторожа							Нижний брус дверной коробки			Легчайший крем для тела	
					Внимание, которым окружен больной						Отправленные ракеты								
											Брат женушки								
								Шедевр скульптора, обрезанный по грудь	Страшные воспоминания узников концлагеря		Неисправимый бездельник								
Свежее сообщение по радио		Звездочка на груди октябреника	Мастер, "штампующий" крынки		Часть ноги, закрытая ботинком	Любовник императрицы		Любимец публики на ипподроме						Искривленный "нож" жницы		Элвис, покоривший музыкальный мир			Яд, подсыпанный негодному вельможе
					Курение, провоцирующее болезнь						"Вальсирующая" столица на Дунае	"Выходное отверстие" ракеты							
Страстный аргентинский танец		Внесение денег в кассу магазина						"Вуаль" между страниц старую альбома		Салат со свеклой и солеными огурцами									
					"Колотушка" невролога	Пролетарий на задворках общества							"Семейный огонь", охраняемый женой	Знаток всех видов рыб				Бисквитик с изюмом	
"Гора", которую штурмует серфер		Кресло в зале кино-театра		Сила современной военной техники				Подгорелая горбушка, оставшаяся от буханки	"Клешны" схватившие лапу волка		Нечаянный повтор слова в диктанте								
Аппетит, не совпадающий с возможностью	"Ступенька" после звания капитана					Другое имя мерлузы						Волшебная обувка Элли	"Общезитие" для коров и овец						
					Доморощенный стритрейсер				"Забитая шайба" на табло стадиона	План боя, придуманный в штабе									
	Имя Кардена и де Кубертена	Соответствие гейш и самураев					Соавтор Петрова по книге "Золотой теленок"	Давно минувшее прошлое					И мазанка, и небоскреб	"Красная" среда обитания коралловых рифов				Шут из итальянской комедии масок	
					Мясное рагу в густом соусе	Мельтешение на торговой площади					"Прицеп" волов-пахарей	Парусный "комплект" судна						Рыбе "снадобье" в капсулах	
	Опекунша Тома Сойера					Торговая точка с ассортиментом прессы		Электронная "доска объявлений" в аэропорту					ВИП-балкон в зале театра						
	Доверенность с пустыми графами	Сбор информации с помощью горожан		Холм над усыпальницей скифа							Литературный стиль начала 20 века								
					"Пюпитр" перед чертежником	Страна, одевающая весь мир		Белокурая звезда эпохи Кеннеди	Сладкая творожная "каша" с курагой		Урок с изучением Куликовской битвы		Единица измерения частоты						
	Горсть зерна в клетке с попугаем	Массивный чемпионский "бокал"					Желтый салат мартовский цветок												
					Газировка с ароматом цитрусовых							"Кровь" раздавленной вишни							
	Награда Ди Каприо за "Выжившего"		"Альков" в парковом ансамбле				"Спальное место" Рябы в курятнике												
			Бюджетный "брат" трески	Лихач санях, размахивающий остолом					Испытательный для стажера месяц										
	Геометрическая фигура в форме бублика						Горделивая выправка фото модели												

**ТМ**  
Отдел рекламы  
**49-16-31**