

№39
(1207)
29 сентября
2021
среда

Телемир

TM
16+

Твоя любимая газета

Бывают моменты, когда думаешь, что ты король комедии

7



13 сентября СТС начал показ пятого, финального сезона сериала «Гранд» - комедийного проекта из вселенной «Кухни». В нем найдётся место звёздным cameo, комедии, мелодраме, экшену и поездке на Мальдивы. С исполнителем одной из двух главных ролей - Льва Глебовича - Александром Лыковым порталом kino-teatr.ru удалось поговорить накануне всероссийской премьеры. Несмотря на повод, разговор получился очень серьёзным: мы узнали, как Александр Анатольевич уживается со своим персонажем, экстравагантным олигархом, но и как ощущает русский характер, что думает про конфликт с театральной средой, работу в кино, участие в реалити-шоу и даже о вождении самолётов.

- Образ Льва Глебыча получился из моего личного опыта, моего личного общения, подсматривания за тем, как, например, дают интервью эти люди, что о них пишут, чем они живут. Но и, кроме всего прочего, Лев Глебыч - это некий отсыл к русскому духу, - рассказывает актер.

Полезно и вред картофеля

Подробности на стр. 12 и 13

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 кулинарный ПЕКАРИ

цех требуются (граждане РФ).
Гибкий график работы, пятидневка
(с воскресенья по четверг).
62-05-22, 62-05-35

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

ОТПРАВКА ДОМАШНИХ ВЕЩЕЙ во все города России от 1 кг

Быстро • Качественно • Надежно

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

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

• СТИРКА ОДЕЖДЫ, ДИВАННЫХ ЧЕХЛОВ, ПЛЕДОВ
• ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ

СТИРКА КОВРОВ
CLEANING COMPANY (от 2 дней)
Чистяковъ
Чистяние компании
47-03-47 30-30-43
Приедем, заберем, постираем, привезем!

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

Стоматологическая клиника ООО «Стоматолог»

- ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ
- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ НА ИМПЛАНТАТАХ
- МЕТАЛЛОКЕРАМИЧЕСКИЕ КОРОНКИ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ
- ВКЛАДКИ КЕРАМИЧЕСКИЕ
- ЦЕЛЬНЫЕ ДИОКСИД-ЦИРКОНИЕВЫЕ КОРОНКИ (БЕЗ СКОЛА КЕРАМИКИ)
- ВРЕМЕННЫЕ ДОЛГОСРОЧНЫЕ КОРОНКИ (КОМПОЗИТНЫЕ)
- БЮДЖЕТНЫЕ ПРОТЕЗЫ
- ЛЯГКИЕ ПРОТЕЗЫ
- ЦЕЛЬНОЛИТНЫЕ И МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ФРЕЗЕРОВАННЫЕ ПРОТЕЗЫ

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

МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ
ЛИЦЕНЗИЯ ЛО-65-01-000624 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

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках



Телефоны:
40-80-80
40-80-40

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**

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

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ САХАЛИНА

НОВЫЙ АСТВ

ТЕПЕРЬ 24 ЧАСА
ВО ВСЕХ СЕТЯХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ

ТЕЛ. РЕДАКЦИИ: 49-15-49
8 (962) 125-15-15

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

одной строкой

В ПОРОНАЙСКЕ построят многофункциональный глубоководный портовый комплекс. «Газпромбанк» готов выделить на это не менее 35 миллиардов рублей, сообщили в правительстве Сахалинской области.

У **САХАЛИНЦЕВ** появилась надежда на то, что в 2022 году на острова вернется кинофестиваль «Край света. Восток». Заявку на проведение мероприятия подали на рассмотрение в бюджет региона на 2022 год.

НА ПОБЕРЕЖЬЕ Сахалина выкинуло акулу, которая запуталась в сетях. Ее заметил островитянин недалеко от Взморья (Долинский район) и выложил фото в Instagram.

ЛЮБИТЕЛЕЙ велоспорта приглашают принять участие в традиционной шоссейной велогонке «Анивское кольцо – 2021». Мероприятие пройдет 2 октября по маршруту «Городская площадь Анивы - Благовещенское - о/з «Артек» - пост ГИБДД Петропавловского - Воскресенское - городская площадь Анивы». Длина круга 21 км.

В **ЯКУТСКЕ** появилась работа сахалинского художника Германа Алкидного. Он нарисовал на стене многоквартирного дома белого журавля - стерха. Фотографиями художник поделился в своем Instagram.

В **ВЛАДИВОСТОКЕ** состоялся всероссийский турнир по спортивной борьбе «Кубок у моря». Сахалинки Елизавета Шестакова и Дарина Иванова стали серебряными призерами соревнований, а Софина Строгонова заняла третье место.

ПОЖАР произошел в одной из пятиэтажек в Холмске на улице Молодежной - открытым пламенем горел электрощиток на общей площади два квадратных метра. Возгорание локализовали, а затем и потушили. Пострадавших нет.

«Павел Леонов» к первому рейсу готов



Паром «Павел Леонов» отправится в первый рейс 1 октября. Продажа билетов открылась 28 сентября во второй половине дня. Новейшее грузопассажирское судно выйдет из порта Корсаков 1 октября и на следующий день прибудет в Курильск.

«Павел Леонов» – уже третье судно, которое работает на линии Корсаков – Курилы, - отметил губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко. - В апреле мы встретили «Адмирала Невельского». Оба судна были построены под Санкт-Петербургом, чтобы улучшить транспортную доступность островов и обеспечить надежную связь между Сахалином и

Курилами в любую погоду.

Цены на билеты закрепились на прежнем уровне. Стоимость поездки в каюте обычного класса составляет от 3225 рублей. Дополнительную информацию по продаже билетов можно уточнить у компании-перевозчика – АО «Сахалинский пассажирский флот» – по телефону 8(4242) 24-24-20.

Расписание, по которому судно будет ходить до конца декабря 2021 года, будет опубликовано на сайте и в официальных социальных сетях регионального министерства транспорта и дорожного хозяйства на этой неделе.

Отметим, что «Павел Леонов», как и

«Адмирал Невельской», может перевозить 146 человек и более 3 тысяч тонн грузов. Оба судна построены за счет средств областного бюджета.

На борту 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. Благодаря повышенному ледовому классу доставлять людей и товары возможно даже в самых непростых погодных условиях.

СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»

Детский невролог-остеопат
Бобровникова Тамара Валентиновна 72-00-30, 735-999
 Лечение последствий родовых травм, различных неврологических нарушений (тонусные нарушения, гиперактивность и т.д.).
 Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»

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

Программа АНТИТАБАК
 Помощь в избавлении от никотиновой зависимости методом иглотерапии.
 Гарантийная поддержка один месяц.
 Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

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

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

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА

Остекление, отделка, расширение

УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ

ЦЕНЫ НИЗКИЕ

КАЧЕСТВО

27-86-32

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

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

Лиц. № 77701-001305 от 10.08.2009 г., выд. Деп. здравоохранения г. Москвы, подраздел на основании лицензионного договора от 28.04.2021 г. №697.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ

анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00

ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич

Т.: 41-86-86, 8-984-184-45-25

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Министром туризма стал Артём Лазарев

Глава Анивского района Артём Лазарев переходит на работу в правительство Сахалинской области. На посту руководителя министерства туризма ему предстоит решать задачу по привлечению частных инвестиций и федерального финансирования в туристическую сферу островного региона.



Также необходимо будет совершенствовать туристические предложения для гостей и жителей Сахалинской области и создавать новые продукты. Все эти направления работы отвечают главной цели – увеличить туристический поток на Сахалин и Курилы. Губернатор Валерий Лимаренко подчеркнул – туризм в Сахалинской области должен

развивать сахалинец. На островах комплексно подходят к индустрии гостеприимства: повышают транспортную доступность, строятся гостиницы, открываются новые предприятия сферы услуг, благоустраивают-

ся туристические маршруты и объекты показа.

В новой должности Артёму Лазареву пригодится большой профессиональный опыт в сфере управления. Коренной сахалинец, он родился в 1984

году в областном центре. В Сахалинском государственном университете получил высшее образование по специальности «Государственное и муниципальное управление». По итогам 2020 года Анивский район стал лидером в рейтинге инвестиционной привлекательности среди муниципальных образований Сахалинской области.

Артём Александрович работал гендиректором ООО «Азбука здоровья», советником областного министерства экономического развития. В 2013 году пришёл на работу в администрацию Анивского городского округа. Артём Лазарев проявил высокие профессиональные качества на посту вице-мэра по финансам и экономике и в 2017 году стал главой района.

Подготовка к отопительному сезону завершается

В Сахалинской области завершается подготовка к отопительному сезону. На эти цели из регионального бюджета направлено более миллиарда рублей. В рамках подготовительных работ на островах отремонтировали 14 километров тепловых и 32 километра водопроводных сетей, а также 5,3 километра сетей водоотведения. Общая готовность области составляет 95 процентов. Такая информация прозвучала в ходе рабочего совещания в областном правительстве, которое провел губернатор Валерий Лимаренко.

Скоро наступят холода, поэтому необходимо в срок завершить подготовку к отопительному сезону, - подчеркнул Валерий Лимаренко. - С особой ответственностью к

работе должны подойти ресурсоснабжающие организации. Главам муниципальных образований и министерству ЖКХ необходимо тщательно контролировать процесс.

На островах продолжают работы по ремонту электрооборудования. В том числе заменено 118 километров линий электропередачи из 160 запланированных. Все ресурсоснабжающие организации области заключили договоры на поставку угля и жидкого топлива.

На складах в муниципальных образованиях находится более 32 тысяч тонн угля - это 28 процентов от нормативного запаса топлива. Запас жидкого топлива составляет 2,421 тысячи тонн - 55 процентов от необходимого объема.

Кроме того, на уровне утвержденных нормативов - запасы топлива на электро-

станциях ПАО «Сахалинэнерго». Так, объем угля - более 55 тысяч тонн, мазута - 1 тысяча тонн. Запасы дизельного топлива на электростанциях муниципальных образований также выше плановых показателей.

Напомним, отопительный период в островном регионе начнется, когда среднесуточная температура воздуха установится на отметке ниже 8 градусов Цельсия в течение 5 суток подряд. В южных районах Сахалина батареи в квартирах потеплеют в начале октября, на южных Курильских островах - ориентировочно в середине месяца, там традиционно холодает позже. В Охинском районе уже приступили к заполнению системы теплоносителем, в Ногликах работу проведут в ближайшие дни.

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31



АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



Ни один вопрос без ответа не остался

Муниципальному центру управления - три месяца. За период работы специалистам поступило более 4400 сообщений. Все они оперативно взяты в работу, заявителям даны ответы.

Напомним, открылся МЦУ 24 июня 2021 года на базе отдела по взаимодействию с населением в интернет-пространстве МКУ «Агентство по развитию города Южно-Сахалинска». В церемонии открытия тогда приняли участие губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко, руководитель центра управления регионом Максим Камеко и мэр областного центра Сергей Надсадин.

Основной задачей центра стало реагирование на обращения и сигналы от граждан, поступающие в аккаунты мэра и администрации города в социальных сетях, а также взаимодействие с Центром управления регионом, который находится на базе правительства островного региона.

В МЦУ трудятся четыре человека, которые находятся на связи 24 часа в сутки семь дней в неделю, даже в выходные они решают экстренные вопросы горожан. Ребята работают на нескольких платформах, которые позволяют оперативно загружать комментарии и сообщения в систему. Это очень удобно, ведь комментариев зачастую бывает очень много, а некоторые из них написаны под постом двухнедельной давности. Системы не пропускают ни один из них. Крайне редко бывают технические сбои или работы по профилактике. В среднем в неделю поступают 400-450 обращений. Это то, что поступает и в городские аккаунты, аккаунты мэра, а также губернатора и



правительства области.

В рамках «Цифровой трансформации муниципалитета» нами создана новая система, которая собирает обращения со всех систем и соцсетей в одно единое окно. Сейчас система находится в стадии запуска, в первых числах ноября планируется активно начать работу.

Большую часть ответов заявители получают в течение суток. Но есть ряд вопросов, которые требуют детальной проработки, рассмотрение занимает чуть больше времени. Примечательно, что до создания МЦУ среднее время ответа в соцсетях составляло четыре часа. Сейчас же оно снизилось до двух часов.

Поступающие в МЦУ обращения чаще всего касаются следующих тем:

- благоустройства детских площадок и скверов;
- текущего и капитального ремонта дворов;
- ремонта и содержания дорог;
- газификации;
- переселения из ветхого и аварийного жилья;
- жалоб на работу общественного

транспорта.

МЦУ не обходят стороной и позитивные кейсы, они бывают ежедневно. Например, в августе в социальные сети к мэру обратился Максим, который попросил заменить старую детскую площадку во дворе ул. 2-й Красносельской, 20 в Новоалександровске, а также выполнить благоустройство. По поручению Сергея Надсадина капитальный ремонт перенесли с 2025-го на 2022 год.

В Южно-Сахалинске, несмотря на то что это областной центр, очень часто что-то не относится к вопросам муниципального значения, но специалисты МЦУ не отказываются принимать участие в их решении. Сотрудники центра обращаются к коллегам из региональных (министерства, агентства, инспекции) и государственных (Пенсионный фонд, соцстрах и т.д.) органов власти и помогают гражданам решать вопросы.

Напомним, свои вопросы и обращения жители могут оставлять в аккаунтах администрации Южно-Сахалинска и мэра Сергея Надсадина.



Йога и фитнес в помощь старшему поколению

В Южно-Сахалинске продолжают занятия по физической культуре и спорту для горожан серебряного возраста. Они укрепляют здоровье на бесплатных тренировках по йоге, фитнесу, гимнастике, мини-волейболу и настольному теннису. Мероприятия организуются в том числе как отклик на пожелания южносахалинцев в рамках проекта «Забота 65+».

Спортивные и культурные предпочтения горожан отражаются в анкетах при составлении социальных паспортов регионального проекта.

В областном центре действует ряд объединений, которые дают возможность пенсионерам абсолютно бесплатно укреплять свое здоровье. В частности, большой популярностью у жителей пользуются тренировки по суставной гимнастике на базе спортивной школы по греко-римской борьбе, занятия в тренажерном зале на базе дворца спорта «Кристалл». Также пенсионеры учатся играть в настольный теннис, мини-волейбол, посещают электронный тир. Мероприятия в рамках проекта «Забота 65+» реализуются в том числе в планировочных районах города. Так, в физкультурно-оздоровительном комплексе «Чемпион» в Новоалександровске граждан серебряного возраста ждут на занятиях йогой и фитнесом.

- Пенсионеры с удовольствием занимаются, ведь это возможность разнообразить свой досуг, поддерживать себя в форме, укреплять здоровье, - рассказал инструктор по спортивно-оздоровительной работе МАО «Спортивный город» Владимир Бедак.

Жительница Новоалександровска Наталья Кондрашина признается, что раньше никогда не занималась спортом. Но с появлением в ее жизни нового увлечения значительно улучшилось общее самочувствие.

- Мне удалось найти направление, которое полностью мне подходит, - сказала Наталья Кондрашина. - Нагрузка оптимальная. Стараюсь не пропускать ни одного занятия. Очень радует, что интересам нашего поколения уделяется большое внимание в городе. Проходит много мероприятий, каждый может найти себе увлечение и занятия по душе.

Напомним, что проект «Забота 65+» направлен на решение различных вопросов старшего поколения, инвалидов, одиноко проживающих граждан, в том числе в сфере оказания медицинской помощи, социально-бытовых и правовых услуг. Жители Южно-Сахалинска могут получить консультацию специалистов по телефону 300-711.

В Южно-Сахалинске отметили Сабантуй!

Народные гулянья в честь традиционного татарского праздника Сабантуй прошли в городском парке. Мероприятие, которое ежегодно объединяет сотни жителей всех возрастов и национальностей, посетил мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин.

Обращаясь к гостям праздника, глава города отметил, что в областном центре на протяжении многих лет проживают десятки национальностей и этнических сообществ.

- Истинно народный праздник всегда был и остается долгожданным событием для представителей татарской диаспоры, - сказал Сергей Надсадин. - Сегодня это праздник дружбы, который приносит радость всему нашему многонациональному городу, завоевывает сердца весельем и гостеприимством. Отдельные слова признательности говорю председателю совета автономии татар Закие Валитовой за поддержку проектов и инициатив по сохранению национальной самобытности.

Главной площадкой мероприятия стала территория картодрома, где гостей праздника ожидали угощения, приготовленные по классическим национальным рецептам, а также кон-



церт и насыщенная развлекательная программа.

Кроме этого, все желающие могли посетить выставку этнографического музея имени Габдуллы Тукая, мастер-классы по прикладному искусству, изготовлению татарских кукол. Большой интерес у зрителей вызвали традиционные поединки юношей в поясной борьбе куреш.

Отметим, что площадки праздника организованы с соблюдением всех норм и требований по недопущению распространения коронавируса.



«Зеленую» инициативу поддержало Минэкономразвития

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко и прибывший в регион министр экономического развития РФ Максим Решетников провели совещание, на котором рассматривались вопросы снижения объемов выбросов парниковых газов в рамках эксперимента, реализации целевых региональных и муниципальных программ в секторах энергетики и ЖКХ.

- Сахалинская область - первый регион в стране, который намерен достичь углеродной нейтральности в 2025 году, - подчеркнул губернатор Валерий Лимаренко. - Это важная миссия, которая накладывает особую ответственность в решении вопросов глобальной климатической повестки. Мы намерены добиться баланса выбросов и поглощения парниковых газов и для этого реализуем программы по газификации, развитию альтернативной энергетики и «чистого» транспорта, энергоэффективности и устойчивому управлению лесами. Полученный на Сахалине опыт впоследствии будет распространен на всю страну.

Регулировать объемы парниковых выбросов в России позволит соответствующий федеральный закон. Так, уже со следующего года вводится

обязательная углеродная отчетность. Кроме того, нормативный акт устанавливает возможность реализации климатических проектов, закрепляет понятие «углеродного следа продукции» и позволяет осуществлять обращение углеродных единиц.

По словам министра, на сегодняшний день сформирована система стандартов, которая позволит присвоить статус углеродным проектам. Росстандарт до середины ноября утвердит все процессы. С конца года появится возможность аккредитовать органы по верификации и валидации парниковых газов.

- Мы уже в 2022 году сможем начать процесс верификации климатических проектов по российским стандартам, - отметил Максим Решетников. - Эти стандарты сделаны на основе международных признанных стандартов.

Министр экономического развития сообщил, что национальная система финансирования зеленых проектов и инициатив в сфере устойчивого развития готова к запуску в России. Документ разработан Минэкономразвития России совместно с ВЭБ.РФ в соответствии с поручением президента РФ Владимира Путина. Соответствующее постановление подписано правительством РФ. Пакет документов, утвержденный правительством, включает в себя критерии зеленых и адаптацион-



ных проектов и требования к системе верификации этих проектов в России.

В ходе совещания готовность участвовать в сахалинском климатическом эксперименте выразили крупные предприятия, работающие в регионе. В их числе ООО «Восточная Горнорудная Компания», представители которой рассказали об уже разработанных «зеленых» проектах.

- Планируем в ближайшие годы создать полноценную инфраструктуру, позволяющую минимизировать углеродный след от производственной деятельности в Углегорском районе, - прокомментировал директор представительства в Южно-Сахалинске

«Восточной Горнорудной Компании» Александр Босой. - В «зеленый» угольный кластер войдут самый длинный в России магистральный конвейер для транспортировки угля с разреза в порт протяженностью 23 километра, ветропарк с рекордной для Дальнего Востока проектной мощностью 67,2 мегаватта. Также мы рассматриваем возможность перевода парка самосвалов БелАЗ на зеленую силу электричества. Это полностью соответствует глобальной экологической инициативе региона.

Также участвовать в климатическом эксперименте намерены «Сахалин Энерджи» и Эксон Нефтегаз Лимитед.

В рамках инициативы по снижению парниковых выбросов Максим Решетников предложил Сахалинской области включиться в программу по развитию электротранспорта. В свою очередь Валерий Лимаренко рассказал об активной работе, начатой в этом направлении. К примеру, для владельцев таких авто на островах в половину снижен транспортный налог. В ближайшее время в регионе планируется установить сотни электросамокатов.

Также важным этапом климатического эксперимента губернатор назвал полную газификацию Сахалинской области. Всего в течение пяти лет в регионе планируется построить около 1200 километров газопроводов, газифицировать свыше 35 тысяч домов и более 150 предприятий и котельных. Для удаленных районов предусмотрена автономная газификация за счет сжиженного природного газа. К 2025 году Сахалинская область должна быть газифицирована на 100 процентов. Это почти в два раза сократит выбросы парниковых газов при производстве тепла.

Кроме того, в регионе продолжат работы по ликвидации незаконных свалок, внедрению в районах раздельного сбора мусора, увеличению доли возобновляемых источников в выработке энергии.

Инженеров будут обучать на передовом оборудовании

Губернатор Валерий Лимаренко проинспектировал новую учебную лабораторию в техническом нефтегазовом институте Сахалинского госуниверситета. Японская корпорация «Июкогава Электрик» безвозмездно, по договоренности с вузом, передала ему современные стенды и симуляторы. С их помощью островные студенты научатся управлять автоматизированными системами на производстве.

Глава региона отметил, что новое оборудование отвечает сразу двум актуальным запросам островной экономики. Во-первых, повышение квалификации сахалинских студентов, что позволит им занимать высококвалифицированные и высокооплачиваемые рабочие места. Во-вторых, локализация нефтегазовых сервисов и рост конкурентоспособности островных предприятий на мировом рынке.

- Оборудование просто замечательное, - сказал Валерий Лимаренко. - Я оцениваю его как инженер и понимаю, что для студентов это блестящая возможность изучить, как устроена любая инженерная система. Передовая лаборатория поможет поднять квалификацию специалистов, которые учатся в нашем университете, и позволит выпускникам трудоустроиться на ведущие предприятия.

Благодаря обновленной технической базе в следующем учебном году откроется новый профиль подготовки - «Автоматизированные системы управления технологическими процессами». По словам



директора технического нефтегазового института Константина Строкина, крупные нефтегазовые и электроэнергетические компании островного региона испытывают потребность в таких специалистах.

По инициативе губернатора совместно с бизнесом и образовательными учреждениями выстраивается системная работа по подготовке квалифицированных кадров, чтобы сахалинская молодежь имела приоритетный доступ к социальным лифтам и трудоустройству на крупных предприятиях. Средняя заработная плата в нефтегазовой отрасли островного региона составляет более 400 тысяч рублей.

- Сегодня я впервые знакомлюсь с программой по автоматизированным системам, - рассказал

студент Виктор Семерин. - Она управляет всеми технологическими процессами - включает и отключает насосы, регулирует уровень жидкости в емкости, обеспечивает безопасность эксплуатации. Такие навыки пригодятся мне в будущем на работе. Я хочу стать инженером, разноплановым специалистом в нефтегазовом деле.

В лаборатории установлено новейшее оборудование по работе с контрольно-измерительными приборами, управлению безопасным производством и аналитическими процессами, локальному управлению и регистрации больших данных. В дальнейшем планируется совершенствовать учебную базу, оснащать комплекс дополнительными тренажерами.

- Это самое передовое оборудование нашей компании, таких учебных стендов всего несколько в стране, - рассказал генеральный директор ООО «Июкогава Электрик СНГ» Александр Резанов. - Студенты отработают широкий круг задач и получат навыки программирования самых современных средств автоматизации. Мы делимся своими методиками с преподавателями университета, чтобы в дальнейшем они могли их использовать и развивать.

Отметим, что корпорация «Июкогава Электрик» уже более 100 лет успешно занимается передовыми разработками в области промышленной автоматизации и управления технологическими процессами, лабораторного и измерительного оборудования, авионики и ряда иных сегментов.

Восстановлением лесов займётся «Шелл»

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко и председатель концерна «Шелл» в России Екатерина Грушецкая подписали меморандум о сотрудничестве по проекту о снижении выбросов парниковых газов.

В рамках меморандума стороны изучат возможности сотрудничества в реализации климатических проектов, включая проекты по лесовосстановлению и сохранению лесов. В сфере совместных интересов также - технологии улавливания и хранения углекислого газа и другие технологии, направленные на повышение энергетической и ресурсной эффективности.

- В 2025 году Сахалин должен прийти к углеродной нейтральности, - отметил Валерий Лимаренко. - Для этого в рамках специального эксперимента создадутся стимулы для компаний к переходу на зелёные технологии. Тенденция такова, что в ближайшие годы на мировом рынке будет котироваться продукция только тех предприятий, которые бережно относятся к природе. Мы разрабатываем программы снижения выбросов парниковых газов в атмосферу и увеличения их поглощения. Это отвечает интересам жителей, которые хотят жить в экологически чистом регионе, и востребовано бизнесом.

- Наше взаимовыгодное сотрудничество с Сахалинской областью длится уже не одно десятилетие, его самым ярким результатом стало открытие первого в России завода СПГ в 2009 году, - отметила Екатерина Грушецкая. - Но на достигнутом останавливаться мы не будем - инициативы, прописанные в меморандуме, открывают новые возможности по формированию будущего облика энергетической отрасли Сахалинской области. Для «Шелл» этот документ важен еще и потому, что он полностью отражает нашу новую стратегию, направленную на достижение концерном углеродной нейтральности к 2050 году.

Для строительства порта нашли инвестора

Профинансировать на условиях ГЧП создание многофункционального глубоководного портового комплекса в Поронайске планирует Газпромбанк. Новое предприятие даст 440 рабочих мест и станет одним из опорных проектов для развития несырьевого сектора экономики.

Соглашение по строительству Поронайского порта подписали Газпромбанк и ООО «Многофункциональный грузовой район» на встрече губернатора Валерия Лимаренко с делегацией банка во главе с первым вице-президентом Романом Пановым. Проект предполагает инвестиции на сумму не менее 35 миллиардов рублей.

- Создание портового комплекса в центральной части Сахалина даст мощный толчок для экономического роста в этих районах, - отметил губернатор Валерий Лимаренко. - Появятся сотни рабочих мест

и налоговая база, что положительно скажется на доходах областного бюджета.

Строительство нового портового комплекса на границе Поронайского и Макаровского районов будет вестись с использованием механизма государственно-частного партнерства. Проект включен в комплексный план модернизации и расширения магистральной инфраструктуры, который реализуется по инициативе президента Владимира Путина.

Порт расположится в относительной близости к шельфовым проектам, что позволит обеспечить минимальное время транспортировки грузов. Планируется создать портовую базу снабжения, а также нефтяной, газоконденсатный, угольный, бункеровочный терминалы и сопутствующую внешнюю инфраструктуру.

- Банк - активный участник рынка инфраструктурных проектов, - отметил первый вице-президент

- начальник департамента инфраструктурных проектов и государственно-частного партнерства Газпромбанка Павел Бруссер. - Строительство морского порта на Сахалине станет очередным нашим крупным проектом на Дальнем Востоке. С вводом стратегически важного объекта объемы перевалки экспортных грузов увеличатся, а время доставки грузов для шельфовых проектов - сократится.

- Это важный шаг в реализации проекта, который станет стратегическим для развития экономики Сахалина и всего Дальнего Востока, - добавил генеральный директор ООО «Многофункциональный грузовой район» Алексей Ферт. - Также новый порт обеспечит материальную базу для развития судоходства в Тихоокеанском регионе.

Создание порта будет проходить поэтапно в период 2022-2025 годов. Газпромбанк выступит кредитором и финансовым консультантом проекта.

Как дисциплинировать ребенка

Дисциплина направлена на обучение ребенка различать допустимые и недопустимые формы поведения, хотя они могут быть субъективными. Идея в том, чтобы научить ребенка соблюдать моральный кодекс поведения и вести здоровую и счастливую жизнь без ущерба для себя и других людей. В данной статье мы обсуждаем различные формы дисциплины, учитывая возраст ребенка.

[PENDELSON.RU]

В возрасте от трех до пяти

Дети в возрасте от трех лет могут понимать и следовать инструкциям. Они также могут установить связь между своими действиями и результатом. Это также возраст, когда они любят то, что они делают, это делает необходимым научить их границам. Вот несколько действенных способов дисциплинировать ребенка, не наказывая его.

1. Позитивная дисциплина. Внимание ребёнка фокусируют на том, что правильно, а не на том, что неправильно. Идея состоит в том, чтобы сместить внимание от негативного к позитивному, просто подчеркнув только то, что необходимо сделать. Это отлично работает с младшими детьми.

2. Руководство ребенка. Маленькие дети не знают, что правильно, а что неправильно. Они должны быть научены поведению для взаимодействия с социумом, как говорить с новыми людьми или гостями дома, какие манеры и навыки общения существуют. Так что будьте чётки и давайте им простые инструкции, чтобы они могли понять и следовать им. Направляйте ребенка на различие между тем, что приемлемо, а что нет.

И лучший способ сделать это - быть образцом для подражания. Делайте то, что правильно, и ведите себя так, как хотите, чтобы ребенок действовал. Это значит и самому говорить «извините, спасибо» и «пожалуйста», а не только требовать это от ребёнка. Это также возраст, когда они могут научиться говорить «я злюсь» или «я голоден» и даже «я люблю тебя».

3. Дисциплина на основе награды. Ограничения работают лучше всего, когда дети еще слишком маленькие, чтобы понять логику и объяснения. Использование наказания является распространенным способом ограничения, когда ребенок ведёт себя определенным образом. Когда вы используете наказание, вы фокусируетесь на отрицательном.

Дисциплина, основанная на награде, фокусируется на позитиве, или на том, что ребенок должен сделать. Однако награды должны выдаваться аккуратно, чтобы они не становились взятками. Когда вы поощряете ребенка за каждую мелочь и каждый раз, он перестаёт быть мотивирован, чтобы делать правильные вещи, когда нет награды.

Один из способов предотвратить это - научить ребенка, что награда не всегда будет ощутима и материальна. Это может быть слово или похвала, или даже то, как ребенок чувствует себя. Например, хорошее чувство счастья - это награда, когда они помогают кому-то (например, брату или даже родителю).

4. Периоды охлаждения. Дисциплина упрямого ребенка, который привык впадать в истерики, чтобы получить всё, что он желает, не является легкой задачей. Дети, которые бьются в истерику или кричат, как правило, испытывают ярость и разочарование и выпускают это в виде истерики. Выговор или попытка заставить их сделать правильно, может превратить взаимодействие в борьбу за власть и сделать только хуже.

Когда ребенок отказывается делать так, как его просили или бросается в истерику, дайте ему время остыть. В период остывания ребенок может сидеть в комфорте в своей комнате, среди любимых игрушек.

Как только ребенок успокоится, поговорите с ним о том, почему он не должен вести себя подобным образом.

От шести до восьми

В этом возрасте дети считают, что их родители имеют в виду то, что они говорят. Так что, если вы говорите с ними о последствиях их плохого



поведения, убедитесь, что вы сможете исполнить всё, что вы сказали. Не следует угрожать детям огромными, непрактичными наказаниями, которые вы, возможно, даже и не сможете осуществить.

5. Установка правил и границ. Дети работают лучше, когда они имеют надлежащую структуру. Создайте четко определенные границы, чтобы получить эффективные результаты. Соблюдайте простые и понятные правила и последствия. Тем не менее не переусердствуйте с правилами. Слишком много правил и ограничений может подавить ребенка и оставить его в замешательстве. Можно иметь несколько правил и руководствоваться ими.

6. Научите их естественным и логическим последствиям. Эффективным способом дисциплинирования ребенка является использование последствий, которые работают, если они происходят естественно и могут быть объяснены ребенку логически. Не выдумывайте последствия для своего удобства, ведь дети умны и могут это выяснить раньше, чем вы это осознаете.

Естественные последствия могут быть, как ребенок чувствует себя о чем-то. Например, если ребенок потерял игрушку из-за невнимательности или если игрушка сломалась из-за того, что она была оставлена на улице в холодное или жаркое время, не стоит немедленно заменять игрушку. Позвольте ему справиться с горечью от потери игрушки, лучше дать ребенку понять важность ухода за вещами.

Как правило, логическое последствие непосредственно связано с плохим поведением, которое не должно повторяться и которое необходимо исправить.

Например, если ребенок не выполняет домашнее задание, он не может смотреть телевизор или пойти гулять с друзьями. Если он оставит игрушки на улице после игры, ему не разрешат играть с ними в течение недели (или пары дней).

7. Бережная дисциплина. Бережная дисциплина - деликатная техника, которая направляет ребенка от проблем и предоставляет альтернативы. Например, если ребенок хочет играть с дорогим гаджетом, таким как ваш мобильный телефон, аккуратно перенаправьте со словами «Тебе нравится играть с мобильным телефоном? Давай пойдём, поиграем с твоим игрушечным телефоном». Это словесное перенаправление.

Если ребенок идет к опасному объекту или месту, вы можете аккуратно подтолкнуть его к более безопасному месту через физическое перенаправление. Не дергать или шлепать, а просто нежное, любящее прикосновение с словесным перенаправлением, такое как «Это

место выглядит лучше для игры», вы должны сделать так, чтобы помочь и защитить ребенка от повреждений.

8. Тренировка эмоций. Дети действуют через истерики и другие неприемлемые поведения, такие как удар, укусы или крик, когда они не в состоянии словесно выразить свои эмоции. Этот метод дисциплины фокусируется на обучении ребенка выявлять и выражать свои эмоции словами, а не действовать на их основе. Идея состоит в том, чтобы рассказать детям, что нормально выражать свои эмоции словами.

Когда ребенок начинает кидаться или бить вас, спокойно скажите ему: «Я знаю, что тебя злит, что придется потратить много времени на домашнюю работу по математике. Как насчет того, чтобы раскрасить несколько картинок и через некоторое время постараться решить имеющиеся задачи по математике?»

От девяти до двенадцати

Естественные и логические последствия могут быть использованы для воспитания детей этого возраста. Кроме них, вы можете попробовать следующие методы дисциплины.

9. Причина и следствие: помочь им учиться на своих ошибках. Последствия должны быть значимыми и соответствовать их возрасту. Например, если ребенок отказывается ложиться спать вовремя, позвольте ему поступить, как он желает. На следующий день, когда он будет чувствовать себя ворчливым, раздражительным и сонным, вы можете объяснить, что он так чувствует себя, потому что предыдущей ночью не лёг спать вовремя.

Здесь, вы просто используете естественные последствия, чтобы помочь ребёнку учиться на своих ошибках.

10. Обеспечить альтернативой. Когда вы просто говорите «нет», ребенок, как правило, становится упрямым. Никакие логические рассуждения не будут работать, когда ребенок пытается выразить свою независимость с помощью своих действий. Не настаивайте на чем-то одном, придумайте альтернативы и это поможет им сотрудничать с вами.

Когда вы даете ребенку выбор, у него не будет возможности сказать «нет!». Тем не менее дайте ребенку только два простых варианта, таких, что всё, что он выбирает, будет правильным выбором.

Например, когда ребенок устраивает истерику в магазине из-за газировки, вы можете сказать: «Я принесу тебе яблочный сок или апельсиновый сок» И теперь ему ясно, что только эти два варианта у него есть. Если он отказывается и скандалит, не теряйте своего спокойствия и

непоколебимости. Просто спокойно повторяйте варианты, пока ваш ребенок не сдастся и не выберет один из них.

От тринадцати и старше

Подростка убедить нелегко. Логические и естественные последствия могут работать в определенной степени и не всегда. Вы можете попробовать использовать эти методы дисциплины.

11. Обсуждение или мозговой штурм, чтобы придумать решения. Подростки не любят, когда им говорят, что делать и как себя вести. К ним любят относиться как к взрослым, хотя и не относятся. Так, когда ваш подросток имеет поведенческую проблему или дисциплинарный вопрос, не давайте им инструкции к действию и не угрожайте им ультиматумами. Не смотрите на них как на проблему.

Сделайте их частью решения, обсуждая с ними проблемы и придумывая решения для проблемы. Таким образом, они будут чувствовать себя более ответственными и не будут против вашего предложения.

12. Лишить привилегий. Когда ваш подросток нарушает правила, одним из последствий может стать потеря привилегий. Например, если ребенок нарушает комендантский час и приходит домой поздно, запрещаются прогулки в течение всей следующей недели. Или вы лишаете его мобильного телефона на определенное время.

Привилегия, которую вы забираете, должна быть связана с плохим поведением, так что ребенок будет думать о последствиях перед повторением поведения.

13. Ведение переговоров. Другой способ дисциплинировать подростков - это переговоры. Как упоминалось ранее, подростки любят осуществлять свою независимость, делая свой собственный выбор. При возникновении конфликта интересов между вами и вашим ребенком ведите переговоры о заключении соглашения. Когда дети участвуют в достижении соглашения, они с большей вероятностью будут их соблюдать.

Суть в том, что вы не можете дисциплинировать ребенка, если сами не соблюдаете правила. Не важно, сколько вашему ребенку лет - три или шестнадцать, он всегда будет искать у вас вдохновения, идей и поддержку. Для достижения наилучших результатов будьте больше, чем просто хорошим дисциплинированным взрослым. Будьте хорошим примером для подражания своему ребенку, так что они не смогут использовать ваше поведение, в качестве своих ошибок.



Откуда появилась музыка?

В пятницу, 1 октября, отмечается Международный день музыки. Но откуда изначально взялась музыка? Почему у каждого поколения она своя? Как ей удается без помощи слов вызвать эмоции? Ответы на эти вопросы и масса удивительных фактов - в журнале MAXIMonline.ru.

Мы точно не знаем, когда человек начал петь и играть на музыкальных инструментах. Но мы почти уверены: то, что начало петь и играть на музыкальных инструментах, человеком еще не было. Уверенность эта появилась совсем недавно, а еще лет пятьдесят назад весь научный мир вполне придерживался марксистско-энгельской точки зрения на музыку: человек-де изобрел ее, чтобы ритмичными выкриками синхронизировать действия команды, которая выполняет требующую слаженности совместную работу.

Пение также идеально подходило для ритмизации монотонной деятельности: «Тришь, шура, тришь - будет сыну доха. Варись, горох, варись - будет дочке каша».

Замечательная позитивная теория, которая, правда, совершенно игнорировала тот факт, что вокруг трудящегося человека день-деньской распевали песенки представители видов, в трудолюбии не замеченных и мамонтами не промышлявших. И их бодрые «чик-чирик» и «ква-ква» не делались от этого менее ритмичными и музыкальными.

В конце концов отдельные граждане начали задаваться вопросом: если всякие синички поют потому, что хотят размножаться, то почему для человека непременно нужно было придумывать какой-то другой мотив? Кхм... музыка у нас для этого тоже еще как используется! Одни серенады чего стоят.

Музыка сфер

У идеалистов и романтиков, как всегда, все было куда красочнее и понятнее. Музыка - это дар богов, начальная вибрация мироздания, голос ангелов. Она усмиряет зверей, двигает камни, создает вселенные. «Из наслаждений жизни одной любви музыка уступает». Арфу изобрел Аполлон, лиру - Гермес, свирель - Афина. Бодхисатва спустился с неба, чтобы помочь Тосикагэ сделать семь лютен кото из священной ветви удумбара.

В общем, идея понятна: музыка - высшая форма существования информации, позволяющая человеку, встав на цыпочки, одним глазком заглянуть в мир непознаваемого. Именно поэтому она способна так тревожить душу.

Любовь к музыке чиста, как любовь к красоте природы, в ней нет ничего эгоистичного, потребительского, похотливого. Она иррациональна, а все иррациональное идеалистами очень ценится за то, что от него никакой пользы нет.

Кстати, птичкам, лягушкам и цикадам в этой картине тоже нашлось место. Все они, пищание, булькающие и свистящие, - участники хора, который единой песней Земли славит Господа. Прелесть, правда?

Однако разные животные на музыку реагируют по-разному. Собаки ее явно распознают и даже иногда могут «подпеть». Лошади могут гарцевать под марши. Певчие птицы охотно слушают радио и иногда пытаются повторять понравившуюся им песенку. Кошка разве что ухом недовольно поведет на особо хриплый вой из динамиков. А вомбату какому-нибудь ставь хоть Моцарта, хоть Мэнсона - в ответ будет полный игнор, и морковный хруст не станет ни на йоту ритмичнее. И в этой разнице реакций скрывается ответ на вопрос, отчего музыка кажется нам такой прекрасной.

Люди как птицы

На самом деле не были правы ни идеалисты, ни материалисты, причем последние ошибались даже больше, чем первые.

Музыка нравится людям по единственной причине: мы принадлежим к видам, для которых звуковые сигналы играют важную роль в жизни, а ритмичность этих сигналов, их тональность всегда были для нас способом передачи информации от особи к особи. Иначе говоря, человеческий язык начался не со слов в современном их понимании, а с пения, с передачи эмоций и смыслов тональностью и ритмом. Пожалуй, первым об этом догадался Чарлз Дарвин, который в 1871 году написал буквально следующее: «Звуки, издаваемые птицами, в некотором отношении имеют чрезвычайное сходство с языком... Язык может восходить к пению, которое могло дать начало словам, выражающим различные сложные эмоции». Сегодня это предположение Дарвина считается совершенно верным. В прошлом году Массачусетский технологический университет (США) представил обширное исследование, подтверждающее эту гипотезу.

Сигеру Мигаява, ведущий автор проекта, указывает, что лишь 70–80 тысяч лет назад наши предки начали осваивать лексическую составляющую речи, вводя это новшество в привычные мотивы. До тех пор мы не говорили, а распевали, как ангелы в раю. Наши

голосовые связки и речевой аппарат - один из сложнейших музыкальных инструментов в природе - убедительно свидетельствуют, что человек существо поющее.

Удивление, грусть, радость, страх, мольба - практически любую эмоцию человек может донести до другого, вне зависимости от того, на каких языках они при этом говорят. На самую древнюю форму речи проклятие Вавилонской башни не распространялось. Более того, другие групповые животные или животные-синантропы тоже могут донести до нас свои переживания. При некоторой тренировке мы распознаем и грусть в мычании коровы, и недовольство в кошачьем мяуканье, и восторг в собачьем лае. А вот чтобы понять, что не так, например, с вомбатом, нам придется щупать ему нос и пихать в попу градусник. Потому что вомбат как животное, прямо скажем, антисоциальное, не сумеет исполнить нам арию о своих страданиях. Не обучен-с.

Вот еще пять любопытных фактов, связанных с тем, что петь мы начали раньше, чем говорить:

- мы легко запоминаем ритмический текст (песни и стихи помним намного лучше и дольше, чем прозу);

- даже профессиональная аудитория воспринимает интонации оратора лучше, чем сказанные им слова. Проводились эксперименты, когда перед профессиональными собраними (медиков, филологов и др.) выступал актер, живо и эмоционально произносивший в целом бессмысленный текст с несуществующими терминами. Лишь 5–10% аудитории участников смогли распознать подделку, остальные при анкетировании высоко оценили выступление;

- заики практически не заикаются, когда поют;

- 50% звуков, издаваемых матерями, занимающимися с новорожденными, лишены лексического значения (все эти «уси-пуси», «ню-ню», «плюти-плюти-плюти-плюти»). Зато интонационная окраска этих сюсюканий чрезвычайно вариативна и обильна, ведь ребенку с точки зрения эволюционной программы матери важнее всего первым делом научиться распознавать эмоции других членов группы;

- люди с хорошим музыкальным слухом обычно эмоциональнее, чувствительнее людей, которым медведи по ушам как следует прогулялись.

Привычка к музыке нужна

Изучая песни скворцов, советский натуралист Максим Зверев поражаля их вариативности. Молодой

скворец, вступая в возраст репродукции, составляет собственную песню, ориентируясь на самые громкие и характерные звуки в округе. Он не только вплетает в свои брачные напевы популярные у других скворцов ритмы и звуки, но и может мяукать как кошка, квакать как лягушка, подражать цаплям, ласточкам и сойкам. А сам Зверев обогатил скворчинный фольклор звуками печатной машинки - несколько обитавших под его окном молодых птиц восхитились этим дивным треском и включили его в свой репертуар, выкинув на свалку истории все эти «пик-пик» и «щелк-щелк», которым их учили мама и папа. Но чем старше становится птица, тем реже она разучивает модные новинки, предпочитая петь то же самое, что исполняла для прекрасных дам в юности.

С человеком все происходит примерно так же. Сперва мы осваиваем «ладушки», которые, казалось бы, навеки программируют наш музыкальный генокод, но, вступая в пору полового созревания, мы готовы эти «ладушки» несколько переосмыслить. Как скворцы среди зверевской сирени, мы осматриваемся по сторонам и слушаем, что за песни исполняют самые крутые самцы.

Так что некий условный Вася, который сейчас сильно ценит витч-хаус, потому что только самые крутые пацаны знают, что это такое, четко следует за своим отцом, научившимся некогда высовывать язык до кадыка не хуже Джина Симмонса. И вместе с папой они являются достойными наследниками Васиного прапрадедушки, терзавшего тальянку на гулянке с фабричными девчатами.

Нет в мире искусства, чьи стили менялись бы так стремительно, как в современной музыке, потому что каждые пять - десять лет приходят новые партии мальчиков с горящими глазами, которым непременно нужно составить свою, ни на что не похожую песенку и утереть носы лохам и старичью.

И нет в мире искусства, которое было бы до такой степени мужским.

Девушки, конечно, тоже любят музыку, но несколько иначе. Просто девушкам чаще всего никому ничего не надо доказывать, и они могут отрываться не размышляя, кто и что о них подумает. Да, ей нравится челочка Джастина Бибера, эта финская песенка про «лам-ца-ца, ариба-даби-дила», а еще Сороковая симфония Моцарта, потому что она впервые поцеловалась с мальчиком на заднем дворе музыкальной школы, когда какой-то несчастный ребенок мучил Вольфганга Амадея.

Девушки могут любить конкретную песню, конкретного исполнителя, но быть поклонницей какого-то определенного музыкального стиля? Нет, это большая редкость в мире женщин.

И в этом им в общем-то повезло, потому что нет более простого способа почувствовать себя устаревшим хламом, чем начать разговаривать о музыке с гражданами лет на пять - десять моложе тебя.

Тайные звуки становятся явными

Точно так же, как скворцам до явления Великой Печатной Машинки приходилось вариться в собственном соку, чрезвычайно редко находя новые коленца для своих песенок, музыка до появления средств звукозаписи очень долго оставалась делом местным, национальным, иногда даже семейным и очень медленно меняющимся. Но, как только появились эти самые средства звукозаписи, границы прорвались немедленно.

Например, в Японии IX века музыкальные произведения принято было хранить в секрете, приемы игры на струнных и духовых инструментах передавались от отца к дочери и от матери к сыну в обстановке строжайшей секретности - вплоть до того, что слугам, оставшимся в доме на время обучения, предписывалось затыкать уши хлопковой ватой. А если кто-то из аристократических дам или кавалеров, поддавшись просьбам императора, соглашался сыграть в дворцовом саду «Варварскую свирель» или «Из радуги яркий убор, из окрашенных перьев наряд», то потом император еще несколько лет мог хоть упротиться, но паузу держали, чтобы ненароком не запомнил кто секретных переборов, не смог кощунственно повторить.

Первыми, еще до изобретения нот, контрабандистами, коммивояжерами, распространителями музыки стали цыгане. Эта индийская каста музыкантов и певцов моталась по всей Евразии и даже местами по Африке, зарабатывая уличными концертами. Держа уши чуток раскрытыми, цыгане похищали, заимствовали, распространяли и перемешивали мелодии мира. И нет практически ни одной национальной музыкальной культуры, на которую не оказала бы влияния цыганская, то есть изначально интернациональная сборная солянка.

Конечно, и сегодня средний русский, средний американец, средний китаец и средний араб будут любить очень разную музыку (не стоит все же сбрасывать со счетов те самые «ладушки»). Но тысячу лет назад японец и, допустим, сакс вряд ли бы признали музыкальную культуру друг друга музыкой в принципе. Так что сегодня национальные рамки в восприятии музыки стали совсем тоненькими и прозрачными, каждый из нас составляет собственный плейлист, лишь слегка оглядываясь на свой пол, нацию и возраст.

И хорошая новость: современный человек куда лучше умеет слышать музыку, чем его ровесник XVII, XVIII или даже XIX века. Согласно исследованиям Гарвардского университета, счет идет уже на десятилетия: люди, рождающиеся в 90-х годах, лучше воспринимают сложную полифонию, чем уроженцы 80-х, а те обставляют в этом плане поколение 70-х. Что ж, это ожидаемо. Чем больше выбор блюд у слушателя, чем разнообразнее музыка, пробившаяся к его ушам, тем сложнее и прихотливее его вкусы. А появление пластинок, кассет, CD, айподов и айтюнов превратило весь мир в поистине гигантское собрание меломанов. Способности человечества в плане музыкального восприятия растут год от года.

13 сентября СТС начал показ пятого, финального сезона сериала «Гранд» - комедийного проекта из вселенной «Кухни». В нем найдётся место звёздным cameo, комедии, мелодраме, экшену и поездке на Мальдивы. С исполнителем одной из двух главных ролей - Льва Глебовича - Александром Лыковым порталу kinoteatr.ru удалось поговорить накануне всероссийской премьеры. Несмотря на повод, разговор получился очень серьёзный, мы узнали, как Александр Анатольевич уживается со своим персонажем, экстравагантным олигархом, но и как ощущает русский характер, что думает про конфликт с театральной средой, работу в кино, участие в реалити-шоу и даже о вождении самолётов.

[КИНО-ТЕАТРУ]

- В сериале «Гранд» ваш герой - олигарх и местами самодур с эксцентричными выходками. Образ получился собирательным?

- Ну, прежде всего, это образы крупных финансовых фигур, с которыми я, может, лично и не был знаком... а кое с кем, может, и был. Образ получился из моего личного опыта, моего личного общения, подсматривания за тем, как, например, дают интервью эти люди, что о них пишут, чем они живут. Это естественная собирательная работа для актёра. Но и, кроме всего прочего, Лев Глебыч - это некий отсыл к русскому духу. А дух этот - нечто уникальное. Мне хотелось, чтобы он присутствовал. Сценаристы, мне кажется, это поняли, и им уже не составляло сложности выписывать именно эти стороны.

- Что вы понимаете под русским духом?

- Русский человек обладает одним важным и уникальным свойством, которое, пожалуй, редко где ещё встретишь: он очень цельный. И, несмотря на то что его раздвигают в разные стороны, у него изначально очень собранная внутренняя суть. На мой взгляд, это выглядит так: мы рождаемся с этой уникальной сутью собранности, теряем её за жизнь и потом всю жизнь стремимся к тому, чтобы к ней вернуться. Вот примерно то же самое и происходит со Львом Глебычем, как с человеком одарённым разными талантами и прежде всего организаторскими. А умение управлять людьми - это на самом деле уникальное явление. В конечном итоге, теряя всё постепенно, мой персонаж приходит к пониманию самого себя, что мне кажется одним из характернейших движений русского человека во времени и пространстве.

- Вы часто подчёркиваете, что очень цените открытый ум и свободу. Вот сейчас, когда приходите в проект уже большой звездой, вам дают достаточно свободы на площадке? Вы можете, а главное - хотите импровизировать?

- Импровизация необходима, чтобы прояснить какой-то смысл в сцене, в сюжете. Образно говоря, «протереть стекло от тумана». Когда это удачно получается и зрители видят, как проявляется суть происходящего, тогда импровизацию уже можно делать приёмом в своём арсенале. Но и, естественно, для этого у артиста должно быть бесстрашие, близкое к абсолютному. Мне нравятся наши кавээнщики и ребята из юмора, потому что они обладают этим качеством. Это очень ценное умение. В случае с «Грандом» коллектив сценаристов во главе с удивительным человеком Виталием Шляппо импровизационно закладывают и прорабатывают шутку сначала без меня. А потом дают мне возможность эту собранную вещь органично предъявить зрителю.

- Телезрители видят вас каждый день на СТС. А почему с театром не сложились крепкие отношения?

- Как сказать... Театр - такое понятие, в котором я не вижу коллектива. Понятно, что есть труппа. Но театр как сложившийся коллектив не вижу. Я больше это рассматриваю в кино, когда коллектив меняется всё время и на время съёмки - это коллектив единомышленников. Даже возьмём «Гранд». Мы почему так трогательно расставались после пятого сезона, - потому что у нас не было времени, чтобы возникли так называемые ползающие интриги, которые в труппе театра неизбежно существуют. Поселяются и ползают, и шипят, и кусают, и с этим ничего не поделаешь. Но ушёл я не поэтому, это как раз меня не очень пугало. Мои уходы касались каких-то моих профессиональных ощущений скорее.

- А рассматриваете в будущем всё-таки воз-



Бывают моменты, когда думаешь, что ты король комедии

вращение на театральную сцену?

- Я рассматриваю предложения, которые мне делают, и, надо сказать, очень известные в нашей стране люди и значимые режиссёры. Кончаловский, Жолдак, Бекмамбетов приглашали меня в театры и были уверены, что я соглашусь. И мне было так неловко отказываться, согласно говоря. Я вот снялся у Бекмамбетова в картине «Девятаев» в маленькой роли, играл отца лётчика-предателя. Мне так кажется, что он и пригласил меня специально, чтобы потом сделать предложение. Потому что именно на этой съёмке он загадочно дал мне сценарий, понимая, что не откажусь уж точно. Тем более партнёрами моими должны были стать Костя Хабенский и Женя Миронов. Играть должны были в Театре Наций. Ну и я, честно говоря, был прямо на грани - готов был согласиться. Но я понимал, что театр - это уже совсем другая дисциплинарная организация, всегда надо быть при каком-то графике. Это никак не могло меня устроить. Пришлось отказаться. Тимур не поверил и даже, может быть, обиделся. Но я просил прощения как мог, потому что очень хорошо отношусь к нему - он здорово работает.

- Вы же с ним работали и до «Девятаева»?

- Да, у меня с ним уже второй кинопроект, один был большой - «День дурака». Но ничего не поделаешь... А закончил я в театре на Климовской драматургии. Клим (Клименко Владимир Алексеевич, российский театральный режиссёр, драматург, сценарист - прим. ред.) становится сейчас известным человеком в театральной Москве. И чтения какие-то по Климу идут, и книжку про него издали. Игорь Вдовин мне прислал монографию, написанную про Клима, и хочет, чтобы я ему рассказал про него. Потому что был период, когда я с ним очень плотно работал, и жил он у меня, и мы с ним ездили в Киев. Он действительно лучший театральный режиссёр, которого я знаю. Пожалуй, даже самый лучший современный режиссёр, который мне близок потому, что точно понимает, чего хочет от актёра. Клим меня очень сильно отстроил в своё время. И в кино были режиссёры, которые меня формировали. Алексей Юрьевич Герман... В основном это были режиссёры «Ленфильма». Возвращаться сейчас в театр - я не вижу пока веских оснований. И это тема вообще отдельного разговора. Это прямо лекционный материал получится о современном искусстве: что в нём происходит, и к чему оно стремится. Я, бывает, размышляю на эти темы с дочкой, которая, в свою очередь, читает лекции об искусстве кино сценаристам и режиссёрам.

- Кроме кино и сериалов, вас телезрители видели также в рискованных телешоу. В 2003 году был «Последний герой». Не разочаровались в людях после этого проекта?

- Вообщенисколько. Скорее всего, я извлёк максимальные потрясающие уроки из этого приключения. Это был богатейший, бесценный опыт, который до сих пор со мной. Условия были жесточайшие, приближенные к боевым. Даже после окончания проекта мы долго, года два, не могли расстаться с некоторыми людьми, которые стали моими товарищами. У нас прямо было воинское братство. Выводы, которые я сделал тогда, до сих пор возвращаются ко мне. Я их рассматриваю и изучаю.

- А потом вы даже тренировались летать на военных самолётах для другого телепроекта. Это правда?

- Действительно, готовилось такое шоу. Летали мы, правда, на спортивных самолётах. Но справедливости ради надо сказать, что именно такие «ЯКи» и принимали участие в военных действиях. А зачем ввязался в это? Да просто мне это нравится.

- То есть управлять самолётом умеете?

- Я вам так скажу: выброситься из самолёта с парашютом я точно смогу. Вот за само управление не ручаюсь. Есть там очень сложная вещь, которая называется посадкой. Пожалуй, это самое сложное. Если можешь посадить самолёт, то всё нормально. Взлететь и лететь - это несложно. Сесть - всегда сложнее. Я видел, когда меня приглашали в кабину, а это бывало часто, как настоящие профессиональные лётчики собираются и концентрируются, когда садятся на полосу.

- А если сейчас вам предложат подобную авантюру, снова согласитесь?

- Возможно, да. Но сейчас у меня нет такого сильного желания что-то узнавать. Я направил эти переживания в другом направлении и в меньшей степени интересуюсь такого рода испытаниями. Да и времени не так много осталось, честно говоря, поэтому игры, как бы они ни были приближены к реальности, не так меня уже волнуют.

- Знаю, что вы пишете рассказы. Когда мы увидим ваш литературный труд?

- Мне всегда была интересна тема художника и войны. И афганская война очень мотивировала писать об этом. Ведь я служил в восьмидесятых, и раза три или четыре была очень большая вероятность попасть в Афган. Но, видимо, Бог

уберег... Но у меня есть друзья, которые попали. По их воспоминаниям у меня есть целая серия рассказов. Но эти переживания начались ещё, когда я на конкурсе Яхонтова читал стихи погибших поэтов и понимал степень и глубину того, что написано. Как писал выживший поэт Самойлов (Самойлов Давид Самуилович - советский поэт, переводчик - ред.) о своих погибших друзьях по литературному институту: «А их повыбило железом. И леса нет, и эха нету». Целое поколение одарённых людей, поэтов погибло на войне. Пока мне достаточно того, что я написал, и даже не требуется публикации написанного. Это уже следующий шаг, связанный с технической стороной дела. А мне было важно сформулировать так, чтобы это было удовлетворительно для меня, и так, чтобы я услышал свой язык и вообще понял, есть ли он у меня. И поскольку я убедился, что есть, дальше вроде мотивация и пропала. К тому же это занятие требует одиночества. Только тогда внутри начинает тесниться то, что сохранилось, начинает выкорёживать тебя, и язык появляется. И ты так: «Опа! А что это было?!»

- А сценарии пробовали писать?

- Честно скажу, я всё время хотел написать сценарий, с этого и начинал. Но сценарий не получался, получались рассказы. Потому что сценарий - другая совсем конструкция, пока непонятная и сложная для меня. Но учусь! У того же Виталия Шляппо, например. Как говорится: снимаю шляпу перед Шляппо (Виталий Шляппо - сценарист, в том числе сериала «Гранд»). Молодчина он, конечно.

- Многие за всю жизнь не могут ничего сформулировать. Разве не хочется опубликовать, чтобы весь мир увидел ваше литературное творчество?

- Мне кажется, что вообще очень много сформулированного графоманского материала лежит и далеко не всё доходит до печати. И я тоже, наверное, ещё не готов быть услышанным. У меня ещё нет дерзновения - выходить со словом. Надо отдавать себе отчёт: а что тебя толкает это сделать? И когда я замечаю, что это чувство, похожее на тщеславие, то это неправильный тягач. Он тянет в пропасть. Слава вообще не приносит колоссальный ущерб во всем сфере ментального существования. И человек может не оправиться. Что и происходит на самом деле со многими артистами. Это очень опасная профессия. Чрезвычайно опасная и ведущая в гибель. Поэтому с этим лучше не шутить.



Гороскоп на неделю

с 4 по 10 октября



Овен. Даже если получится не все из того, что вы планировали, не корите себя. Вы неплохо поработали в последнее время! Обязательно придумайте себе награду в виде приятной поездки или покупки.



Весы. С ленью сейчас будет сложно бороться. Но если не сумеете это сделать, вас ждут неприятности. Свободное время потратьте на чтение полезных книг. На работе вам представится шанс блеснуть своими знаниями.



Телец. Не ведитесь на провокации! Оставайтесь спокойными, даже если вас будут выводить на эмоции. Финансовая ситуация улучшится. В данный период благоприятно совершать денежные вложения.



Скорпион. 4 октября в этом году станет крайне приятным для вас днем. Любимый человек удивит, день сложится удачно, да и настроение будет прекрасным! Возможны препятствия и сложные задачи.



Близнецы. Соблазнам, которые будут вас преследовать на каждом шагу, лучше не поддаваться. Это касается в том числе и вашего питания. Особенно в выходные придерживайтесь полезного рациона.



Стрелец. Подумайте о том, что бы вы хотели изменить в своей жизни. Период благоприятен для спонтанных решений. Уже сейчас можно и нужно планировать летний отдых. В одиночестве лучше не оставаться.



Рак. Мощное влияние на вас сейчас будет оказывать окружающие люди. Выбирайте себе собеседников более тщательно! Расставьте приоритеты: на первое место пока лучше поставить семью. Работа подождет.



Козерог. Не сопротивляйтесь обстоятельствам, которые будут происходить в вашей жизни. Научитесь умело подстраиваться под них. С родными не ссорьтесь: вскоре вам может понадобиться их помощь.



Лев. Вашей энергии сейчас хватит на выполнение множества мелких и крупных дел! Интересно, что одним из самых удачных дней окажется пятница, 8 октября. Смело назначайте важные встречи и переговоры.



Водолей. Это время благоприятно для новых знакомств. Одинокие Водолеи могут встретить свою судьбу. Что касается финансов, постарайтесь не влезать в долги и не брать кредитов.



Дева. Звезды советуют вам замедлиться и перестать спешить. Отложить второстепенные дела на потом. На работе аврал возникнет ближе к середине недели. Пожалейте себя! Сейчас вам нужен качественный отдых.



Рыбы. Пора поднимать себе настроение! Включите в свое расписание развлечения и встречи с друзьями. Возможно, вас не обойдут стороной вирусы и простуды. Но лечение надолго не затянется.

понедельник, 4 октября

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+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Русские горки» (16+) 23.35 Вечерний Ургант на Байконуре (16+) 00.15 Познер (16+) 01.20 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут 20.00 Вести 21.20 Сериал «Шуша» (16+) 23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.10 Сериал «Тайны следствия» (16+) 04.00 Сериал «Личное дело» (16+)	05.40 Сериал «Глаза в глаза» (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 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) 19.35 Сериал «Балабол» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Балабол» (16+) 22.20 Сериал «Метод Михайлова» (16+) 00.30 Сегодня 00.50 Сериал «Консултант» (16+) 04.30 Агентство скрытых камер (16+) 05.00 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Наш день (16+) 07.20 Специальный репортаж (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 07.37 Это Сахалин, детка (16+) 07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Японские каникулы. Айдзу. Белые тигры (16+) 08.38 Мои острова (16+) 08.39 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.00 Наш день (16+) 09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.37 Сахалин в цифрах (16+) 09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.00 Наш день (16+) 10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.37 Это Сахалин, детка (16+) 10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.00 Наш день (16+) 11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.37 Мои острова (16+) 11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.00 Наш день. Коротко (16+) 12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.37 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Наш день. Коротко (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.37 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Наш день. Коротко (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.37 Мои острова (16+) 14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.37 Сахалин в цифрах (16+) 15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.00 Наш день. Коротко (16+) 16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.37 Это Сахалин, детка (16+) 16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Наш день. Коротко (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.37 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Наш день. Коротко (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.37 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Наш день. Коротко (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.37 Это Сахалин, детка (16+) 19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.00 Наш день (16+) 20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.37 Мои острова (16+) 20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.00 Наш день (16+) 21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.37 Сахалин в цифрах (16+) 21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.00 Наш день (16+) 22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.37 Это Сахалин, детка (16+) 22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.00 Наш день (16+) 23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	07.00 Наш день (16+) 07.20 Специальный репортаж (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Японские каникулы. Айдзу. Белые тигры (16+) 08.38 Мои острова (16+) 08.39 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 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.15 Интервью 13.00 Вести. События недели 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.10 Легенды госбезопасности (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.20 Фильм «Максим Перепелица» (0+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Не факт! (6+) 13.50 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 14.05 Сериал «Марьяна роща» (12+) 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Военные трибуналы». Док. сериал (12+) 19.40 Скрытые угрозы (12+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Поезд вне расписания» (12+) 01.20 Фильм «Рагин» (12+) 03.15 «Легендарные самолеты. Су-34. Универсальное оружие». Док. фильм (6+) 03.40 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 03.50 Сериал «Марьяна роща» (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 Реальная мистика (16+) 08.40 По делам несовершеннолетних (16+) 09.45 Давай разведемся! (16+) 10.50 Тест на отцовство (16+) 13.00 Понять. Простить (16+) 14.15 Порча (16+) 14.45 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 15.55 Фильм «Авантюра» (16+) 20.00 Сериал «Хороший парень» (16+) 00.25 Сериал «Женский доктор-4» (16+) 02.30 Реальная мистика (16+) 03.20 Верну любимого (16+) 03.45 Порча (16+) 04.10 Знахарка (16+) 04.35 Понять. Простить (16+) 05.35 Тест на отцовство (16+) 07.15 6 кадров (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.50 Орел и решка (16+) 07.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 12.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 12.40 Орел и решка (16+) 14.00 Орел и решка (16+) 15.00 Мир наизнанку (16+) 16.00 Мир наизнанку (16+) 17.00 Мир наизнанку (16+) 18.00 Мир наизнанку (16+) 19.00 Мир наизнанку (16+) 20.00 Мир наизнанку (16+) 21.00 Мир наизнанку (16+) 22.00 Мир наизнанку (16+) 23.00 Мир наизнанку (16+) 00.00 Гастротур (16+) 01.00 Дикари (16+) 02.00 Пятница News (16+) 02.30 На ножах. Отели (16+) 03.20 Пятница News (16+) 03.40 Битва ресторанов (16+) 04.30 Орел и решка (16+) 05.20 Орел и решка (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Наводница» (16+) 07.10 Сериал «Наводница» (16+) 07.55 Сериал «Наводница» (16+) 08.40 Сериал «Наводница» (16+) 09.35 Сериал «Купчино» (16+) 09.55 Возможно всё (0+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Купчино» (16+) 11.15 Сериал «Купчино» (16+) 12.15 Сериал «Купчино» (16+) 13.15 Сериал «Купчино» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Купчино» (16+) 14.40 Сериал «Купчино» (16+) 15.30 Сериал «Купчино» (16+) 16.35 Сериал «Купчино» (16+) 17.35 Сериал «Купчино» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Купчино» (16+) 18.55 Сериал «Купчино» (16+) 19.55 Сериал «Купчино» (16+) 20.55 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.30 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.15 Известия (16+) 04.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.20 Сериал «Детективы» (16+)

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ
СТРОИТЕЛЬСТВО
ДОМОВ, ОФИСНЫХ И ТОРГОВЫХ ОБЪЕКТОВ, БАНЬ, ПРИСТРОЕК, ЗАБОРОВ, ДАЧНЫХ ДОМИКОВ, БЕСЕДОК, ВОРОТ, НАВЕСОВ, ДЕТСКИХ ПЛОЩАДОК
Внутренняя и наружная отделка, ремонт квартир, перепланировка, водоснабжение, водоотведение, проведение электропроводки, проектирование объектов
СКИДКИ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД
Пр. Мира, 57, оф. 213. Тел.: 444-777

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

■ Куплю 3-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 1-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 2-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 3-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
■ Куплю частный дом. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 2-комн. квартиру (брежневку) в 9 мкрн. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 3-комн. квартиру в 11 мкрн. Тел. 44-77-30.
■ Куплю 1-комн. квартиру в 9, 11, 12, 13, 13а, 14, мкрн (97, 138 серии). Тел. 44-77-30.
РАЗНОЕ
■ Пропишу. Тел. 8-962-111-14-27.

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

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, 5 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Вызов». Трансляция с Байконура 09.00 Новости 09.10 Жить здорово! (16+) 10.00 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.05 Мужское/Женское (16+) 17.00 Новости 17.25 «Вызов». Прямая трансляция с Байконура 20.00 Время 20.30 Сериал «Русские горки» (16+) 22.35 Александр Михайлов. «Кино, любовь и голуби» (12+) 23.35 Время покажет (16+) 02.40 Модный приговор (6+) 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 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут 20.00 Вести 21.20 Сериал «Шуша» (16+) 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+) 04.05 Сериал «Личное дело» (16+)	05.45 Сериал «Глаза в глаза» (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 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) 19.35 Сериал «Балабол» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Балабол» (16+) 22.20 Сериал «Метод Михайлова» (16+) 00.30 Сегодня 00.50 Сериал «Консультант» (16+) 04.35 Их нравы (0+) 05.00 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (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 Японские каникулы. Урабадай (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+)	07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Японские каникулы. Урабадай (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+)	05.20 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.30 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 09.40 Фильм «Живите в радости» (6+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Не факт! (6+) 13.50 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 14.05 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Военные трибуналы». Док. сериал (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+) 23.40 Фильм «Максим Перепелица» (0+) 01.30 Фильм «Живите в радости» (6+) 02.45 «Легендарные самолеты. Ан-2. Большая легенда малой авиации». Док. фильм (6+) 03.25 «Вторая мировая война. Вспоминая блокадный Ленинград». Док. фильм (12+) 03.50 Сериал «Марьяна роцца» (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 Реальная мистика (16+) 08.45 По делам несовершеннолетних (16+) 09.50 Давай разведемся! (16+) 10.55 Тест на отцовство (16+) 13.05 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.25 Верну любимого (16+) 16.00 Фильм «Соленая карамель» (16+) 20.00 Сериал «Хороший парень» (16+) 00.25 Сериал «Женский доктор-4» (16+) 02.30 Реальная мистика (16+) 03.25 Верну любимого (16+) 03.50 Порча (16+) 04.15 Знахарка (16+) 04.40 Понять. Простить (16+) 05.40 Тест на отцовство (16+) 07.20 6 кадров (16+)	06.00 Известия (16+) 06.45 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.35 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 08.35 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 09.40 Сериал «Испанец» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Испанец» (16+) 11.05 Сериал «Испанец» (16+) 12.00 Сериал «Испанец» (16+) 13.00 Сериал «Испанец» (16+) 13.55 Возможно всё (0+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Наркомовский обзор» (16+) 15.25 Сериал «Наркомовский обзор» (16+) 16.25 Сериал «Наркомовский обзор» (16+) 17.25 Сериал «Наркомовский обзор» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Велико-лепная пятёрка-2» (16+) 19.35 Сериал «Велико-лепная пятёрка-2» (16+) 20.25 Сериал «След» (16+) 21.00 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.30 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.15 Известия (16+) 04.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.20 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

среда, 6 октября

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+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Русские горки» (16+) 22.35 Док-ток (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.15 К 75-летию актрисы. «Две жизни Екатерины Градовой» (12+) 01.20 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут 20.00 Вести 21.20 Сериал «Шуша» (16+) 23.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+) 04.05 Сериал «Личное дело» (16+)	05.45 Сериал «Глаза в глаза» (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 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) 19.35 Сериал «Балабол» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Балабол» (16+) 22.20 Сериал «Метод Михайлова» (16+) 00.30 Сегодня 00.50 Поздняков (16+) 01.05 Сериал «Консультант» (16+) 03.15 Агентство скрытых камер (16+) 04.15 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (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 Японские каникулы. Оути-дзюку (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+)	07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Японские каникулы. Оути-дзюку (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+)	05.20 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.25 Фильм «Мама вышла замуж» (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Не факт! (6+) 13.50 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 14.05 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Военные трибуналы». Док. сериал (12+) 19.40 Главный день. Вольф Мессинг (12+) 20.25 Секретные материалы (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Убийство свидетеля» (16+) 01.15 Фильм «Ночной патруль» (12+) 02.50 «Легендарные самолеты. Ту-144. Устремлённый в будущее». Док. фильм (6+) 03.30 «Хроника Победы». Док. сериал (12+) 03.50 Сериал «Марьяна роцца» (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 Реальная мистика (16+) 08.40 По делам несовершеннолетних (16+) 09.45 Давай разведемся! (16+) 10.50 Тест на отцовство (16+) 13.00 Понять. Простить (16+) 14.15 Порча (16+) 14.45 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 15.55 Фильм «Ты моя любимая» (16+) 20.00 Сериал «Хороший парень» (16+) 00.25 Сериал «Женский доктор-4» (16+) 02.25 Реальная мистика (16+) 03.25 Верну любимого (16+) 03.50 Порча (16+) 04.15 Знахарка (16+) 04.40 Понять. Простить (16+) 05.40 Тест на отцовство (16+) 07.20 6 кадров (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Белая стрела» (16+) 07.10 Сериал «Белая стрела» (16+) 08.00 Сериал «Белая стрела» (16+) 08.55 Сериал «Белая стрела» (16+) 09.55 Сериал «Белая стрела» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Белая стрела» (16+) 11.15 Сериал «Белая стрела» (16+) 12.15 Сериал «Белая стрела» (16+) 13.15 Сериал «Белая стрела» (16+) 14.25 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 14.35 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 15.35 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 16.30 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 17.25 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Велико-лепная пятёрка-2» (16+) 19.35 Сериал «Велико-лепная пятёрка-2» (16+) 20.25 Сериал «След» (16+) 21.05 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.05 Известия (16+) 04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

четверг, 7 октября

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+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Русские горки» (16+) 22.35 Большая игра (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.15 Инна Чурикова. «Я танцую с серьезными намерениями» (12+) 01.20 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России. Сахалин-Курилы 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут 20.00 Вести 21.20 Сериал «Шуша» (16+) 23.20 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+) 04.05 Сериал «Личное дело» (16+)	05.45 Сериал «Глаза в глаза» (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 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) 19.35 Сериал «Балабол» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Балабол» (16+) 22.20 Сериал «Метод Михайлова» (16+) 00.30 Сегодня 00.50 ЧП. Расследование (16+) 01.30 Захар Прилепин. Уроки русского (12+) 02.00 Мы и наука. Наука и мы (12+) 02.55 Сериал «Схватка» (16+) 04.20 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (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 Японские каникулы. 10 лет Фукусиме (16+) 08.35 Мои острова (16+) 08.36 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 Мои острова (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 Японские каникулы. 10 лет Фукусиме (16+) 08.35 Мои острова (16+) 08.36 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) Солнце ТВ 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) РОССИЯ 24 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.00 Интервью 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Спецрепортаж 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	05.20 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.15 Фильм «Жандарм из Сен-Тропе» (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Не факт! (6+) 13.50 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 14.05 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Военные трибуналы». Док. сериал (12+) 19.40 Легенды кино (6+) 20.25 Код доступа (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «По данным уголовного розыска...» (0+) 01.10 Фильм «Мама вышла замуж» (12+) 02.35 Фильм «Убийство свидетеля» (16+) 03.50 Сериал «Марьяна роцца» (12+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 Реальная мистика (16+) 08.45 По делам несовершеннолетних (16+) 09.50 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.10 Понять. Простить (16+) 14.25 Порча (16+) 14.55 Знахарка (16+) 15.30 Верну любимого (16+) 16.05 Фильм «Какой она была» (16+) 20.00 Сериал «Хороший парень» (16+) 00.25 Сериал «Женский доктор-4» (16+) 02.25 Реальная мистика (16+) 03.25 Верну любимого (16+) 03.50 Порча (16+) 04.15 Знахарка (16+) 04.40 Понять. Простить (16+) 05.40 Тест на отцовство (16+) 07.20 6 кадров (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.50 Орел и решка (16+) 07.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.50 Сериал «Зачарованные» (16+) 13.00 Адская кухня (16+) 15.00 Четыре свадьбы (16+) 16.40 Четыре свадьбы (16+) 18.20 Четыре свадьбы (16+) 20.00 Пацанки (16+) 22.00 Четыре свадьбы (16+) 00.00 Орел и решка (16+) 01.00 Дикари (16+) 02.00 Пятница News (16+) 02.30 На ножах. Отели (16+) 03.20 Битва ресторанов (16+) 04.00 Пятница News (16+) 04.40 Орел и решка (16+) 05.20 Орел и решка (16+)	06.00 Известия (16+) 06.45 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 07.35 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 08.35 Сериал «Белая стрела. Возмездие» (16+) 09.35 День ангела (0+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Группна Zeta» (16+) 11.20 Сериал «Группна Zeta» (16+) 12.20 Сериал «Группна Zeta» (16+) 13.15 Сериал «Группна Zeta» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Группна Zeta» (16+) 14.40 Сериал «Группна Zeta» (16+) 15.35 Сериал «Группна Zeta» (16+) 16.35 Сериал «Группна Zeta» (16+) 17.30 Сериал «Группна Zeta» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 19.35 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 20.25 Сериал «След» (16+) 21.05 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.05 Известия (16+) 04.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

пятница, 8 октября

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+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 Человек и закон (16+) 19.45 Поле чудес (16+) 21.00 Время 21.30 Иногда они возвращаются! Голос. 10 лет спустя (12+) 23.25 Вечерний Ургант (16+) 00.20 «Я - Альфред Хичкок». Док. фильм (16+) 02.00 Наедине со всеми (16+) 02.45 Модный приговор (6+) 03.35 Давай поженимся! (16+) 04.55 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 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут 20.00 Вести 21.20 Юморина. Бархатный сезон (16+) 00.30 Фильм «Под прицелом любви» (16+) 02.25 Сериал «Тайны следствия» (16+)	05.45 Сериал «Глаза в глаза» (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+) 18.30 Жди меня (12+) 19.25 Сериал «Балабол» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Балабол» (16+) 22.20 Сериал «Метод Михайлова» (16+) 00.30 Своя правда 02.30 Квартирный вопрос (0+) 03.25 Агентство скрытых камер (16+) 04.25 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (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 Японские каникулы. Декоративные свечи в Айдузу (16+) 08.33 Мои острова (16+) 08.34 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 Мои острова (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+) 14.37 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 Японские каникулы. Декоративные свечи в Айдузу (16+) 08.33 Мои острова (16+) 08.34 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) Солнце ТВ 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) 20.30 Спортивная неделя (0+) РОССИЯ 24 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.15 Интервью 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Уримал Бансон	05.25 Сериал «Марьяна роцца» (12+) 07.10 Фильм «Три процента риска» (12+) 09.00 Новости дня 09.20 Фильм «Путь домой» (16+) 11.40 Сериал «Марьяна роцца-2» (12+) 13.00 Новости дня 13.20 Сериал «Марьяна роцца-2» (12+) 18.00 Новости дня 18.20 Не факт! (6+) 18.40 «Оружие Победы». Док. сериал (6+) 19.10 Сериал «Снайпер. Оружие возмездия» (16+) 21.15 Новости дня 21.25 Сериал «Снайпер. Оружие возмездия» (16+) 23.10 Десять фотографий (6+) 00.00 Фильм «Жандарм из Сен-Тропе» (12+) 01.50 Сериал «Рафферти» (12+) 05.05 «Москва фронту». Док. сериал (12+)	07.30 Реальная мистика (16+) 08.25 По делам несовершеннолетних (16+) 09.30 Давай разведемся! (16+) 10.35 Тест на отцовство (16+) 12.45 Понять. Простить (16+) 14.00 Порча (16+) 14.30 Знахарка (16+) 15.05 Верну любимого (16+) 15.40 Фильм «Ноты любви» (16+) 20.00 Сериал «Хороший парень» (16+) 00.20 Про здоровье (16+) 00.35 Фильм «Чудо по расписанию» (16+) 04.15 Реальная мистика (16+) 05.05 Верну любимого (16+) 05.30 Порча (16+) 05.55 Знахарка (16+) 06.20 Тест на отцовство (16+) 07.10 Фильм «Одиноким предоставляется общежитие» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.40 Орел и решка (16+) 07.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.50 Сериал «Зачарованные» (16+) 13.00 Пацанки (16+) 15.00 Пацанки (16+) 17.00 Орел и решка (16+) 18.00 Мир наизнанку (16+) 19.00 Мир наизнанку (16+) 20.00 Мир наизнанку (16+) 21.00 Фильм «Выживший» (18+) 00.00 Фильм «Три секунды» (18+) 02.20 Пятница News (16+) 02.50 Бедняков+1 (16+) 03.30 Бедняков+1 (16+) 04.00 Пятница News (16+) 04.40 Орел и решка (16+) 05.20 Орел и решка (16+)	06.00 Известия (16+) 06.30 Сериал «Группна Zeta» (16+) 07.15 Сериал «Группна Zeta» (16+) 08.00 Сериал «Группна Zeta» (16+) 08.55 Сериал «Группна Zeta» (16+) 09.55 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 11.15 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 12.05 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 13.05 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 15.20 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 16.15 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 17.15 Сериал «Группна Zeta-2» (16+) 18.05 Сериал «След» (16+) 19.00 Сериал «След» (16+) 19.50 Сериал «След» (16+) 20.40 Сериал «След» (16+) 21.25 Сериал «След» (16+) 22.15 Сериал «След» (16+) 23.05 Сериал «След» (16+) 23.55 Сериал «След» (16+) 00.45 Светская хроника (16+) 01.45 Сериал «Майор и магия» (16+) 02.30 Сериал «Майор и магия» (16+) 03.20 Сериал «Майор и магия» (16+) 03.55 Сериал «Майор и магия» (16+) 04.35 Сериал «Майор и магия» (16+) 05.15 Сериал «Майор и магия» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

суббота, 9 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.00 Доброе утро. Суббота 09.00 Умницы и умники (12+) 09.45 Слово пастыря (0+) 10.00 Новости 10.15 К 90-летию писателя. «Крым Юлиана Семенова» (16+) 11.25 Видели видео? (6+) 12.00 Новости 12.15 Видели видео? (6+) 13.30 К 85-летию Леонида Куравлева. «Это я удачно зашел» (12+) 14.30 Праздничный концерт ко Дню работника сельского хозяйства (12+) 16.05 Кто хочет стать миллионером? (12+) 17.40 Ледниковый период. Новый сезон (0+) 21.00 Время 21.20 Закрытый показ. «Кто тебя победил? Никто». К юбилею Аллы Демидовой (16+) 01.00 Познер. Гость Алла Демидова (16+) 02.00 Наедине со всеми (16+) 02.45 Модный приговор (6+) 03.35 Давай поженимся! (16+)	05.35 Футбол. Отборочный матч чемпионата мира, 2022 г. Россия - Словакия. Прямая трансляция из Казани 08.00 Вести. Сахалин-Курилы 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 По секрету всему свету 09.00 Формула еды (12+) 09.25 Пятеро на одного 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+) 12.35 Доктор Мясников (12+) 13.40 Сериал «Золотая клетка» (16+) 18.00 Привет, Андрей! (12+) 20.00 Вести в субботу 21.00 Фильм «Паром для двоих» (12+) 01.20 Фильм «Долги совести» (12+)	05.55 ЧП. Расследование (16+) 06.25 Фильм «Спасатель» (16+) 08.20 Смотр (0+) 09.00 Сегодня 09.20 Готовим (0+) 09.50 Поедем, поедим! (0+) 10.25 Едим дома (0+) 11.00 Сегодня 11.20 Главная дорога (16+) 12.00 Живая еда (12+) 13.00 Квартирный вопрос (0+) 14.05 Однажды... (16+) 15.00 Своя игра (0+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 19.00 По следу монстра (16+) 20.00 Центральное телевидение 21.20 Шоумаскгоон (12+) 00.00 Ты не поверишь! (16+) 01.00 Международная пирамида (16+) 01.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. Александр Пушной с новой группой (16+) 03.05 Дачный ответ (0+) 03.55 Агентство скрытых камер (16+) 04.25 Сериал «Майор Соколов. Игра без правил» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Репортаж (16+) 07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 07.37 Это Сахалин, детка (16+) 07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Репортаж (16+) 08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.00 Репортаж (16+) 09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.25 Держи краба (16+) 09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.00 Репортаж (16+) 10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.37 Это Сахалин, детка (16+) 10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.00 Репортаж (16+) 11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.25 Держи краба (16+) 11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.00 Репортаж (16+) 12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.37 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Репортаж (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.37 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Репортаж (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.37 Мои острова (16+) 14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Репортаж (16+) 15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.37 Сахалин в цифрах (16+) 15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.00 Репортаж (16+) 16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.25 Держи краба (16+) 16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Репортаж (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.37 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Репортаж (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.30 Японские каникулы. Саппоро-2 (16+) 18.44 Сахалин в цифрах (16+) 18.45 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Репортаж (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.25 Держи краба (16+) 19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.00 Репортаж (16+) 20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.37 Мои острова (16+) 20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.00 Репортаж (16+) 21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.25 Держи краба (16+) 21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.00 Репортаж (16+) 22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.37 Это Сахалин, детка (16+) 22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.00 Репортаж (16+) 23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) РОССИЯ 24 16.00 Дальний Восток  Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31 ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06	05.25 Фильм «На златом крыльце сидели...» (0+) 06.40 Фильм «Аква-ланги на дне» (6+) 08.00 Новости дня 08.15 Фильм «Аква-ланги на дне» (6+) 08.40 Морской бой (6+) 09.45 Круиз-контроль (6+) 10.15 Легенды цирка (6+) 10.45 Загадки века (12+) 11.35 Улика из прошлого (16+) 12.30 Не факт! (6+) 13.00 Новости дня 13.15 СССР. Знак качества (12+) 14.05 Легенды кино (6+) 14.50 Сериал «Граф Монте-Кристо» (16+) 18.00 Новости дня 18.15 Задело! 18.30 Сериал «Граф Монте-Кристо» (16+) 23.50 Фильм «Путь домой» (16+) 01.35 Фильм «Три процента риска» (12+) 02.40 Фильм «Аква-ланги на дне» (6+) 04.00 «Ледяное небо». Док. фильм (12+) 05.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)	07.30 Фильм «Одиноким предоставляется общежитие» (16+) 08.50 Фильм «Евдокия» (16+) 10.55 Сериал «Счастливый билет» (16+) 19.45 Скажи, подруга (16+) 20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+) 22.50 Скажи, подруга (16+) 23.05 Фильм «Все равно ты будешь мой» (16+) 03.15 Фильм «Счастливый билет» (16+) 06.35 Восточные жёны в России (16+) 07.25 6 кадров (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.40 Орел и решка (16+) 07.30 Орел и решка (16+) 08.30 Орел и решка (16+) 09.30 Мамы Пятницы (16+) 10.00 Орел и решка (16+) 11.00 Блогеры и дороги (16+) 12.00 Мир наизнанку (16+) 13.00 Орел и решка (16+) 14.00 Орел и решка (16+) 15.00 Мир наизнанку (16+) 16.00 Мир наизнанку (16+) 17.00 Мир наизнанку (16+) 18.00 Мир наизнанку (16+) 19.00 Мир наизнанку (16+) 20.00 Мир наизнанку (16+) 21.00 Мир наизнанку (16+) 22.00 Мир наизнанку (16+) 23.10 Мир наизнанку (16+) 00.00 Фильм «Выживший» (18+) 02.50 Бедняков+1 (16+) 03.30 Бедняков+1 (16+) 04.10 Орел и решка (16+) 05.00 Орел и решка (16+)	06.00 Сериал «Свои» (16+) 06.35 Сериал «Свои» (16+) 07.10 Сериал «Свои-4» (16+) 07.45 Сериал «Свои-4» (16+) 08.30 Сериал «Свои-4» (16+) 09.15 Сериал «Свои-4» (16+) 10.00 Светская хроника (16+) 11.05 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 12.00 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 13.00 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 13.55 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 14.55 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 15.45 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 16.35 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 17.25 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 18.20 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 19.05 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 20.00 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 20.50 Сериал «Великолепная пятёрка-2» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.30 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «След» (16+) 01.00 Известия. Главное (16+) 01.55 Сериал «Последний мент» (16+) 02.45 Сериал «Последний мент» (16+) 03.25 Сериал «Последний мент» (16+) 04.05 Сериал «Последний мент» (16+) 04.40 Сериал «Последний мент-2» (16+) 05.20 Сериал «Последний мент-2» (16+)

воскресенье, 10 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	Солнце 18	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.50 Сериал «Поздний срок» (16+) 06.00 Новости 06.10 Сериал «Поздний срок» (16+) 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+) 07.40 Часовой (12+) 08.10 Здоровье (16+) 09.20 Непутевые заметки (12+) 10.00 Новости 10.15 Жизнь других (12+) 11.15 Видели видео? (6+) 12.00 Новости 12.15 Видели видео? (6+) 14.05 К 95-летию Евгения Евстигнеева. «Я понял, что я вам еще нужен» (12+) 15.10 Фильм «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен» (0+) 16.35 Пусть говорят. Незнакомый Евстигнеев (16+) 17.50 Праздничный концерт ко Дню учителя (12+) 19.25 Лучшие всех! Новый сезон (0+) 21.00 Время 22.00 Вызов. Первые в космосе (12+) 23.00 Что? Где? Когда? Осенняя серия игр (16+) 00.10 Германская головоломка (18+) 02.10 Наедине со всеми (16+) 02.55 Модный приговор (6+) 03.45 Давай поженимся! (16+)	05.10 Фильм «Простая девчонка» (12+) 07.15 Устами младенца 08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели 08.35 Когда все дома 09.25 Утренняя почта 10.10 Сто к одному 11.00 Большая перделка 12.00 Парад юмора (16+) 13.40 Сериал «Золотая клетка» (16+) 18.00 Музыкальное гранд-шоу «Дуэты» (12+) 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 01.30 Фильм «Однажды и навсегда» (12+) 03.10 Фильм «Простая девчонка» (12+)	05.55 Сериал «Схватка» (16+) 07.35 Центральное телевидение (16+) 09.00 Сегодня 09.20 У нас выиграют! (12+) 11.00 Сегодня 11.20 Первая перелача (16+) 12.00 Чудо техники (12+) 12.50 Дачный ответ (0+) 14.00 НашПотребНадзор (16+) 15.00 Секрет на миллион. Лариса Лужина (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 19.00 Новые русские сенсации (16+) 20.00 Итоги недели 21.10 Ты супер! Новый сезон (6+) 00.00 Звезды сошлись (16+) 01.35 Основано на реальных событиях (16+) 04.40 «НТВ 25+». Док. фильм (18+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Репортаж (16+) 07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 07.37 Это Сахалин, детка (16+) 07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Репортаж (16+) 08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.00 Репортаж (16+) 09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.25 Держи краба (16+) 09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.00 Репортаж (16+) 10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.37 Это Сахалин, детка (16+) 10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.00 Репортаж (16+) 11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.25 Держи краба (16+) 11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.00 Репортаж (16+) 12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.37 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Репортаж (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.37 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Репортаж (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.37 Мои острова (16+) 14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Репортаж (16+) 15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.37 Сахалин в цифрах (16+) 15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.00 Репортаж (16+) 16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.25 Держи краба (16+) 16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Репортаж (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.37 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Репортаж (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.37 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Репортаж (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.25 Держи краба (16+) 19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.00 Специальный Репортаж (16+) 20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.30 «Японские каникулы - Токио» (16+) 20.46 Мои острова (16+) 20.47 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.00 Репортаж (16+) 21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.25 Держи краба (16+) 21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.00 Репортаж (16+) 22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.37 Это Сахалин, детка (16+) 22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.00 Репортаж (16+) 23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) АСТВ 12 ТВК 20.00 Специальный репортаж АСТВ (16+) 20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) РОССИЯ 24 16.00. Вести. Сахалин – Курилы. События недели 16.30 Спецрепортаж Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. о защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию, ТВ-программа содержит знаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей. 0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей. Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».	05.30 Фильм «Увольнение на берег» (0+) 07.10 Фильм «Приказано взять живым» (6+) 09.00 Новости недели 09.25 Служу России (12+) 09.55 Военная приемка (6+) 10.45 Скрытые угрозы (12+) 11.30 Секретные материалы (12+) 12.20 Код доступа (12+) 13.10 Специальный репортаж (12+) 13.30 Легенды госбезопасности (16+) 14.20 Сериал «Снайпер. Оружие возмездия» (16+) 18.00 Главное 19.25 Легенды советского сыска (16+) 22.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+) 23.00 Фетисов (12+) 23.45 Сериал «Граф Монте-Кристо» (16+) 04.05 «Хроника Победы». Док. сериал (12+)	07.30 6 кадров (16+) 08.10 Фильм «Чудо по расписанию» (16+) 12.00 Фильм «Степанная комната» (16+) 15.50 Фильм «Одна ложь на двоих» (16+) 19.45 Пять ужинов (16+) 20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+) 23.00 Про здоровье (16+) 23.15 Фильм «Чужая семья» (16+) 03.10 Сериал «Счастливый билет» (16+) 06.30 Герои нашего времени (16+) 07.20 6 кадров (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.40 Орел и решка (16+) 07.40 Орел и решка (16+) 08.40 Орел и решка (16+) 09.30 Мамы Пятницы (16+) 10.00 Орел и решка (16+) 11.00 Гастротур (16+) 12.00 Орел и решка (16+) 13.00 На ножах (16+) 14.00 На ножах (16+) 15.10 На ножах (16+) 16.20 На ножах (16+) 17.20 На ножах (16+) 18.20 На ножах (16+) 19.20 На ножах (16+) 20.20 На ножах (16+) 21.30 На ножах (16+) 22.30 На ножах (16+) 00.00 Фильм «Три секунды» (18+) 02.20 Бедняков+1 (16+) 03.00 Бедняков+1 (16+) 03.50 Пятница News (16+) 04.10 Орел и решка (16+) 05.00 Орел и решка (16+)	06.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 06.50 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.45 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 08.40 Сериал «Проверка на прочность» (16+) 09.35 Сериал «Проверка на прочность» (16+) 10.35 Сериал «Проверка на прочность» (16+) 11.30 Сериал «Проверка на прочность» (16+) 12.30 Фильм «Львиная доля» (12+) 14.40 Сериал «Купчино» (16+) 15.45 Сериал «Купчино» (16+) 16.45 Сериал «Купчино» (16+) 17.50 Сериал «Купчино» (16+) 18.55 Сериал «Купчино» (16+) 19.55 Сериал «Купчино» (16+) 20.55 Сериал «Купчино» (16+) 22.00 Сериал «Купчино» (16+) 23.00 Сериал «Купчино» (16+) 00.00 Сериал «Купчино» (16+) 01.05 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 02.00 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 02.55 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 03.35 Сериал «Плата по счетчику» (16+) 04.20 Фильм «Львиная доля» (12+)

Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31



Польза и вред картофеля

Картофель - удивительно универсальный продукт, причём проявляется это не только в кулинарии. Среди результатов переработки картофеля – этиловый спирт, антимикробные средства и даже строительные плиты ДВП, которые благодаря картофельному крахмалу относятся к экологически чистым материалам.

В сфере медицины вещества из картофельных клубней используются для разработки лекарств, замедляющих наступление болезни Альцгеймера, уничтожающих раковые клетки в ЖКТ, снимающих воспалительные процессы. Отдельный научный интерес представляют полезные свойства картофеля, ранее востребованные только в народной медицине.

[EDAPLUS.INFO]

Лечебные свойства

Благоприятное влияние картофеля на различные процессы в организме человека объясняется наличием в его составе большого количества полезных элементов. Во-первых, картошка – богатый источник аскорбиновой кислоты или витамина С. Хотя и в меньшем количестве, но в составе также есть витамины группы В. Во-вторых, благодаря высокому содержанию крахмала картофель поставляет в организм значительное количество углеводов и даёт человеку энергию и жизненные силы. В-третьих, белки картофеля обеспечивают организм человека 14 из 20 необходимых аминокислот.

Кроме того, в любом виде и при любой термической обработке картофель очень богат калием. Это минеральное вещество вносит свой вклад в борьбу с гипертонией, поскольку способствует расширению сосудов. Калий также обладает мочегонным свойством и необходим людям, страдающим подагрой, ацидозом, циститом и простатитом. Способствуя выведению лишней жидкости из организма, калий тем самым помогает ему поддерживать нормальный обмен веществ.

Содержащиеся в картошке железо, фосфор, кальций, магний и цинк помогают росту и укреплению костей. При этом важно, чтобы в организме сохранялся баланс фосфора и кальция, поскольку переизбыток фосфора и недостаток кальция может привести к усилению хрупкости костей и, как следствие, к остеопорозу.

Витамин С, которым так богат картофель, это мощный антиоксидант, принимающий участие в нейтрализации свободных радикалов в организме человека и тем самым помогающий предотвратить разрушение клеток и соединительных тканей. Он способствует выработке коллагена и помогает процессу усваивания железа. Вместе с витамином В, а также магнием, калием, фосфором и цинком витамин С оказывает положительное влияние на состояние кожи и облегчает боль при незначительных ожогах.

Витамин В6, соединяясь с различными ферментами, играет важную роль в переработке белков и углеводов, а также принимает участие в процессе жирового обмена. Кроме того, В6 способствует синтезу гемоглобина и в целом улучшает кровотоки. Витамин В9 (фолиевая кислота), в свою очередь, имеет большое значение для синтеза ДНК и регенерации эритроцитов. Его наличие в организме особо важно для женщин в период беременности, так как В9 участвует в регулировании формирования структур нервной системы плода.

Наличие в картофеле грубых пищевых волокон, в частности клетчатки, положительно влияет на уровень холестерина и помогает предотвратить закупорку артерий. Также клетчатка способствует нормализации стула при запорах. Правда, нужно учитывать, что основная масса пищевых волокон, впрочем, как и остальных полезных элементов, находится в кожуре картошки или под ней.

В традиционной медицине

В традиционной медицине непосредственно сами картофельные клубни не используются, но применяются продукты, получаемые в процессе



их переработки, а также листья, цветы и плоды картофельного куста. Например, картофельный крахмал обычно содержится в составе присыпок и масел, которые назначают при различных кожных болезнях. Его также используют в качестве связывающего вещества при изготовлении таблеток. Кроме того, из картофельного крахмала получают высококачественный этиловый спирт.

Вся верхняя часть (стебли, листья, цветы, плоды) картофельного куста содержит токсичный для людей и животных гликоалкалоид соланин. Однако научные исследования показали, что в небольших дозах и в соединении с другими компонентами, соланин может быть полезен. Например, его используют в качестве сырья для синтеза гормонов в фармацевтической промышленности.

В народной медицине

В отличие от традиционной медицины в народных рецептах спектр применения картофеля намного шире. С помощью картошки лечат простуды, язвы, сердечно-сосудистые заболевания, избавляются от аллергических реакций, а некоторые даже заявляют об эффективности картофеля в борьбе с онкологическими болезнями. Однако перед тем как начинать лечение картофелем, стоит проконсультироваться с врачом, поскольку неправильное или несвоевременное применение картошки может только усугубить ситуацию.

Сок. Считается, что картофельный сок эффективен при борьбе с язвой желудка и гастритом. Он также нормализует процесс пищеварения и избавляет от изжоги. Положительное действие оказывается в основном за счёт наличия в составе клубней крахмала – хорошего обволакивающего средства. Кроме того, сок показан диабетикам (диабет легкой и средней степени тяжести), так как он нормализует углеводный обмен. Картофельный сок также способствует очистке организма от токсических элементов и шлаков. В таких целях его часто смешивают с соком сельдерея или моркови.

Перед началом сокотерапии советуют на несколько дней исключить из рациона мясо, рыбу, специи и пряности, заменив их продуктами растительного происхождения. Это поможет подготовить организм к приёму сырого картофельного сока.

Обычно при нарушениях работы желудочно-кишечного тракта рекомендуют пить один стакан сока после пробуждения натощак, затем лечь в постель на полчаса, а ещё через полчаса можно завтракать. Десятидневный курс лечения соком должен сменяться десятидневным перерывом. Затем курс можно снова повторить. При сердечных проблемах советуют пить по 100 мл сока трижды в день перед едой. Курс продолжается три недели, после чего необходима одна неделя перерыва.

Для приготовления картофельного сока нужно выбирать непроросшие здоровые клубни. Важно чтобы кожура не имела зеленоватого оттенка, который свидетельствует о наличии в клубне токсичного вещества. Также не рекомендуется выжимать сок начиная с февраля и до нового урожая картошки, поскольку в ней накапливается соланин и снижается количество полезных элементов.

Отобранную картошку нужно вымыть, вытереть и пропустить через соковыжималку. Альтернативный способ – потереть картофель на тёрке или пропустить через мясорубку, а затем процедить через марлю. Лучше всего пить приготовленный сок сразу, поскольку при хранении он темнеет, становится красноватым, а его витаминная активность значительно снижается.

Компрессы. Картофельные компрессы используются в разных целях. Во-первых, считается, что они помогают избавиться от кашля. Эффект достигается за счёт уменьшения отёка дыхательных путей и усиления отхаркивания слизи путём прогревания грудной клетки. Для приготовления компресса нужно помыть и отварить 3-5 клубней в кожуре. Затем размять картошку, положить её в марлю и приложить к спине и груди больного, обернув его полотенцем на 45-60 минут. Процедуру нельзя проводить детям до 4-5 лет. Также компресс противопоказан, в случае если у больного жар.

Во-вторых, картофельные компрессы рекомендуют использовать при боли в суставах. 200-300 г сырого картофеля необходимо натереть на тёрке и смешать с таким же количеством тёртых корней хрена. Полученную массу нужно накладывать на ноги, покрывая целлофановой плёнкой и утеплив шерстяной тканью. Обычно такой компресс делают на ночь.

В-третьих, картофельные компрессы могут быть полезными, если от усталости и недосыпания у вас появляются тёмные круги и «мешки» под глазами. Для приготовления компресса нужно помыть и натереть на мелкой тёрке одну картофелину. Затем разделить полученную массу пополам, завернуть обе части в марлю и приложить к глазам на 10 минут.

Ингаляции. При острых респираторных заболеваниях, которые сопровождаются кашлем, рекомендуют делать ингаляцию над картофелем. Картошку варят без соли в небольшом количестве воды. Сверху на голову накидывают полотенце и дышат над паром в течение 5-10 минут.

Отвар. В картофельном отваре остаётся много витаминов и минералов, которыми богаты клубни. Народные целители утверждают, что с его помощью можно снять отёки и улучшить работу сердца. Рекомендуется варить картошку в кожуре и без соли. Пить тёплый отвар нужно трижды в неделю. Также считается, что ванночки из картофельного отвара полезны для кожи рук,

поскольку делают её мягкой и способствуют заживлению мелких ран.

Настойки. В народной медицине, помимо самих клубней, используют также и цветки картофеля, из которых готовят настойки. Они считаются эффективными в борьбе против грибков. По рецепту небольшое количество цветков (около 1 столовой ложки) заливают 250 мл кипятка и настаивают 3-4 часа в термосе. Хранится такая настойка в холодильнике не больше двух дней. Для более долгого хранения (в течение двух недель) необходимо полученную настойку смешать с 30 мл спирта или водки.

Некоторые народные целители используют настойки из цветков для лечения раковых опухолей. По рецепту 1 столовую ложку цветков нужно залить двумя стаканами кипятка, а затем настаивать около 30 минут. После этого настаивать ещё около 3 часов в закрытой посуде в духовке. Полученную жидкость необходимо пить три раза в день по 100 мл. Курс лечения составляет 3 недели. Однако применять такое лечение нужно очень осторожно, поскольку концентрация алкалоидов в цветках растения гораздо выше, чем в клубнях.

В восточной медицине

В классических восточных трактатах, посвящённых медицине, упоминаний о картофеле не было, поскольку во время их написания о картошке в тех краях ещё не знали. Однако, например, в современной тибетской медицине считается, что этот овощ приносит пользу нервной системе (система Рлунг в терминах тибетской медицины), которая регулирует все процессы в организме.

Постепенное истощение системы Рлунг приводит к старению организма, а употребление картофеля способствует поддержанию и укреплению этой системы, замедляя старение. Также картошка имеет свойства антидепрессанта и помогает организму восстанавливаться при стрессах. Кроме того, её считают профилактическим средством от бессонницы. Более того, картофель положительно влияет на работу сердечно-сосудистой и пищеварительной систем.

Нередко картофель исключают из числа полезных овощей, поскольку восточная медицина относит его к «охлаждающим» продуктам, то есть таким, которые замедляют метаболизм. На самом деле это легко компенсировать за счёт добавления к картофелю «согревающих» соли, чёрного и красного перца, чеснока, укропа или топленого масла.

В тибетской медицине считается, что «болезнь входит в тело и выходит из него через кожу». «Выход» болезни обычно сопровождается кожными воспалениями, справиться с которыми могут тонко нарезанные кусочки картофеля. Прикладывать сырую картошку советуют и в случае ожогов первой и второй степени.



В научных исследованиях

Картофель уже давно стал и не перестаёт быть объектом научных исследований разных направлений. Такой интерес объясняется тем, что картошка – это продукт, способный обеспечить миллионы людей едой и комплексным набором полезных элементов за минимальную цену. Исследователи изучают пути совершенствования способов посадки, выращивания, уборки и хранения картошки, разрабатывают методики селекции картофеля для определённых режимов его выращивания, подбирают экологически чистые технологии защиты от вредоносных организмов и возбудителей болезней.

Кроме того, картофель активно исследуют в медицине. Опыты, поставленные на свиньях, помогли установить, что сырая или термообработанная и употребляемая в холодном виде картошка благотворно влияет на кишечник и укрепляет иммунную систему. Также американские учёные вывели сорт «золотого» картофеля, который содержит большее количество витаминов и минералов. Так, он обеспечивает почти 42% от дневной нормы витамина А и 34% витамина Е для ребёнка. Этот сорт планируется завезти в развивающиеся страны, где люди страдают от недостатка полезной и здоровой пищи.

Исследователи также пришли к выводу, что вирус, который чаще всего поражает картофельные кусты, очень похож на один из белков, вызывающих болезнь Альцгеймера. Сейчас они используют эту схожесть для создания антител, которые помогли бы как минимум замедлить наступление болезни. Американцы также полагают, что фиолетовый картофель помогает убивать раковые стволовые клетки в толстой кишке. Опыты на мышах показали, что мякоть запечённой фиолетовой картошки убирает воспаление и подавляет рост опухолей.

Из отходов, которые образуются в процессе переработки картофеля, получают этиловый спирт, но российские учёные говорят о возможности получения и других качественных средств антимикробного действия.

Наконец, в Британии картофельный крахмал стали использовать для производства биоразлагаемых древесноволокнистых плит средней плотности (МДФ), которые отличаются высоким уровнем экологичности.

В диетологии

Несмотря на то что картофель занимает лидирующее место среди самых калорийных овощей, его несправедливо считают запретным продуктом для людей, следящих за своей фигурой. Учёные из Национального центра питания США провели исследование и выяснили, что за счёт большого количества калия в своём составе картошка способствует выведению лишней жидкости из организма и тем самым даже может привести к

потере лишних килограммов.

Проблемы с избыточным весом возникают лишь в случае, если картошку употребляют жареной или заправляют жирными соусами. В варёном, тушёном или запечённом виде картошка даже может стать основой разгрузочной диеты, если вместо рыбы и мяса употреблять её с другими овощами и специями.

За счёт того, что картофель обладает хорошими вкусовыми качествами и высокой питательностью, богат витаминами и минералами, легко переваривается, его широко используют в детском и диетическом питании. Картофель обычно рекомендуют больным с хронической почечной недостаточностью, сердечно-сосудистыми заболеваниями, артериальной гипертензией, атеросклерозом, желудочно-кишечными болезнями. Однако не советуют картофель людям, страдающим тяжёлыми формами сахарного диабета и ожирением.

В кулинарии

Картофель – универсальный овощ, который используется в кулинарных рецептах всего мира. Картошка – незаменимый ингредиент в супах и хороший гарнир. Кроме того, её кладут в салаты, пироги, мясные блюда, на её основе делают драники. Готовить картошку несложно. И саму по себе и в составе различных блюд, её чаще всего варят, тушат или запекают в духовке.

Для того чтобы блюдо получилось максимально вкусным, следует правильно подбирать картошку. По плотности мякоти её принято разделять на 4 вида: А, В, С и D. Картофель типа А содержит минимум крахмала и плохо разваривается. Его чаще всего используют для салатов. Картофель типа В хорош для приготовления чипсов, а С – для жарки во фритюре. Тип D – это самый мучнистый сорт, который лучше всего подходит для запеканок и пюре.

Однако маркировка обычно стоит только на импортной картошке. В случае её отсутствия можно ориентироваться по цвету. Красные сорта картошки («ред-тамб», «розева», «шери») характеризуются большим содержанием антиоксидантов и не рассыпаются во время варки. Обычно такая картошка хорошо хранится зимой. В белых сортах («эроу», «тирас», «цыганка») содержится много витамина С и, как правило, такой картофель хорошо разваривается. Жёлтые сорта («симфония», «розалинда», «адретта») богаты каротином и сохраняют форму при варке.

Сочетание с другими продуктами

По мнению приверженцев здорового питания, традиционные сочетания картофеля с мясом, рыбой или яйцами недопустимы. Считается, что крахмалистые продукты плохо совмещаются с животными белками. Так, для переваривания кар-

тошки организм выделяет щелочные ферменты, которые растворяются соляной кислотой, вырабатываемой желудком для обработки мяса. Таким образом, не до конца переваренные продукты попадают в кишечник, где может начаться процесс брожения с активным выделением токсинов.

Здоровым и полезным считается сочетание картофеля с растительным маслом, сметаной, сыром, зелёными овощами, а также с зернобобовыми.

Напитки

Напитки из картофеля обладают специфическим вкусом, но считаются очень полезными для организма. Сок из сырой картошки и картофельный отвар рекомендуют пить в качестве лекарства от различных болезней. Часто в картофельный сок добавляют свеклу, сельдерей или морковь. Кроме того, из клубней готовят традиционный напиток – натуральный живой квас. С добавлением овсяных хлопьев из картошки можно приготовить даже кисель, который считается успокаивающим детоксицирующим средством.

Опасные свойства и противопоказания

Несмотря на исключительную полезность и важность картофеля в рационе, употреблять его можно лишь с некоторыми оговорками:

- в пищу должны идти исключительно картофельные клубни, поскольку верхняя часть куста (стебли, листья, цветки и плоды) содержит алкалоид соланин, способный вызвать отравление организма;
- позеленевшая и проросшая картошка также не должна попадать в пищу по причине своей токсичности;
- сок из сырого картофеля можно готовить максимум до февраля, так как после этого в самих клубнях и в их кожуре начинает накапливаться соланин;
- во время приготовления картошки при температуре 120 градусов и выше содержащаяся в её составе аминокислота аспарагин трансформируется в канцерогенное вещество акриламид, поэтому предпочтительнее любой другой метод термообработки, кроме обжаривания;
- картошка не рекомендуется людям, страдающим ожирением;
- картофель нужно с осторожностью употреблять больным с тяжёлой формой сахарного диабета.

Выбор и хранение

Не стоит брать позеленевший или уже проросший картофель, в нём содержатся алкалоиды, которые могут спровоцировать отравление. Мелкие дырочки, глубокие бороздки и бурые пятна свидетельствуют о том, что картошка подвергалась воздействию вредителей. Качественный карто-

фель должен быть твёрдым и упругим без внешних повреждений и дефектов.

Если картофелина поддаётся нажатию ногтя и из неё начинает сочиться жидкость, вероятнее всего, при выращивании были использованы нитраты. А при протыкании ногтем кожуры хорошего картофеля без пестицидов вы услышите звонкий хрустящий звук.

Если нужно выбрать картофель для хранения на зиму, то подойдут сорта среднего и позднего сроков созревания. Также стоит обращать внимание на размер корнеплода. В средних и небольших клубнях содержится больше питательных веществ. Кроме того, от толщины кожуры зависит зрелость картофеля – чем она толще, тем более зрелой считается картошка и тем лучше она должна храниться. Очищенные от земли и высушенные клубни лучше всего держать при температуре 2-7°C. Также картофель необходимо время от времени перебирать, избавляясь от гнилых корнеплодов, чтобы избежать распространения инфекций.

Интересные факты

После попадания в Европу картофель не сразу обрёл популярность среди крестьян. Они долгое время с подозрением относились к этому растению, поскольку считали его ядовитым. По легенде, чтобы переубедить своих подданных, король Пруссии Фридрих Великий приказал высадить картошку около своего замка и выставил рядом с ней дневную охрану. Подумав, что солдаты охраняют нечто ценное, крестьяне ночью пробирались к замку и обворовывали плантацию. Такой «рекламный» трюк способствовал распространению картофеля среди местных жителей.

Во Франции картошка долгое время исполняла роль декоративного растения и росла исключительно в ботанических садах. Дамы высшего света вплетали цветы картофеля в волосы, а мужчины носили их в бутоньерках. Попытка королевской власти внедрить растение в сельскохозяйственную жизнь обратилась неудачей. Только в XVIII веке агроному и фармацевту Антуану Пармантье удалось постепенно преодолеть сопротивление народа. Он занимался популяризацией картошки, устраивая званые обеды, на которых угощал гостей блюдами из картофеля. Таким образом, именно ему удалось положить начало выращиванию картофеля в качестве овощной культуры.

В России народ также с опаской и недоверием встретил появление новой культуры. Картофель называли «чёртовым яблоком» и «плодом блудницы», а проповедники старообрядцев попросту запрещали выращивать это растение. Однако власть прибегла к насильственному мерам и принуждала крестьян высаживать «подозрительный» овощ. В результате в середине XIX века по стране прокатились массовые народные восстания, получившие название «картофельные бунты».

Интересно, что спустя всего 50 лет после российских «картофельных бунтов», в эпоху золотой лихорадки, на Аляске картошка ценилась золотоискателями на вес золота. А всё потому, что клубни картофеля обладают высокой питательной ценностью и богаты витамином С, что помогало золотоискателям бороться с цингой и прочими болезнями.

Знали толк в картошке и в Ирландии, где этот корнеплод стал основным продуктом питания крестьян ещё в XVIII веке. Более того, население страны настолько сильно зависело от этого дешёвого овоща, что неурожай, вызванный болезнью, завезённой из Америки, привёл к настоящей катастрофе. Ирландию охватил Великий картофельный голод, который привёл к смерти одного миллиона человек. Ещё около одного миллиона людей покинули страну, спасаясь от недостатка пищи.

Наверное, именно поэтому в Ирландии появилась поговорка «картофель и супружество – две слишком серьёзные вещи, чтобы с ними шутить». Любят картошку и в Германии, где существует аналог русской поговорки «дуракам везёт». Немцы обычно говорят «у самых глупых крестьян – самая большая картошка». А в русском языке существует поговорка «стол без картошки – что гулянка без гармошки».

Воспевали и увековечивали картошку не только в народном творчестве. Так, например, многие живописцы изображали на своих картинах цветущие картофельные поля, процесс посадки и уборки картофеля и даже процесс его поедания. Не обошёл эту тему даже Винсент Ван Гог, у которого была целая серия полотен: «Едоки картофеля», «Женщина, копающая картошку» и «Корзина картошки».

АРТ-ГРАНИТ

ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК

Гранит - от 14 500 руб.
Мраморная крошка - от 6 000 руб.

- Рассрочка платежа
- Гарантия
- Бесплатное хранение

Полный комплекс услуг: столики - лавочки - вазы - облицовочная гранитная плитка. Художественные работы ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ - фото на керамике. Благоустройство захоронений.

Тел. 500-639

Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.
Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.

- Бетонирование • Отсыпка • Плитка гранит и керамогранит
- Ограды гранитные • Комплексы любой сложности

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)
Снидки участникам ВОВ

Рассрочка платежа до 18 месяцев

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

«САХМИНЕРАЛ» Нам 22 года

ПАМЯТНИКИ ПЛИТКА ♦ ОГРАДКИ

ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ от 10 000 руб.

ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ:

- ♦ Художественные работы
- ♦ Установка ♦ БЕСПЛАТНОЕ ХРАНЕНИЕ

КОВАННЫЕ ИЗДЕЛИЯ: ограды, лестницы, ворота, козырьки и многое другое

Выезд и консультация специалиста - **БЕСПЛАТНО**

Холмское шоссе, 30 Б
77-00-09
26-49-60, 26-05-25

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**

Житель Новиково подозревается в хранении наркотиков

Сотрудниками уголовного розыска ОМВД России по Корсаковскому городскому округу был задержан 45-летний житель села Новиково, подозреваемый в незаконном хранении наркотических средств в крупном размере.

В ходе проверки поступившей оперативной информации сотрудники полиции обследовали баню, расположенную на территории земельного участка, где проживает подозреваемый. В результате чего в постройке было обнаружено и изъято 29 частей растений, внешне похожих на коноплю. В последующем это было подтверждено экспертизой.

Установлено, что подозреваемый, находясь в районе мыса Менапуцы, обнаружил поляну дикорастущей конопли. Мужчина решил сорвать часть из них, после чего отнес домой, где в последующем высушил с целью получения наркотика «марихуана» для личного потребления. Масса изъятых наркотикосодержащих растений составила более 370 граммов.

Возбудено уголовное дело, ведется следствие.

Мошенники продолжают обчищать сахалинцев

В дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило заявление от 42-летней жительницы областного центра. Женщина сообщила правоохранителям о том, что у нее обманым путем похитили более 1 миллиона 700 тысяч рублей.

Выяснилось, что ранее потерпевшей поступил звонок от неизвестной. Девушка представилась сотрудницей банка и спросила заявительницу, оформляла ли та на свое имя кредит. Получив отрицательный ответ, аферистка закончила разговор. После этого поступил еще один звонок, в этот раз якобы от сотрудника правоохранительных органов. Звонивший пояснил, что женщине необходимо оформить встречный кредит, а полученные деньги перевести на безопасный счет. В этот же день потерпевшая направилась в банк. Взяв заем, женщина несколькими операциями перевела полученные деньги на счет, который указал аферист. Позже, когда потерпевшая поняла, что стала жертвой мошенников, она сразу же обратилась в полицию.

В этот же день в Управление полиции Южно-Сахалинска обратилась 26-летняя местная жительница. Девушка попала на уловки мошенников

и лишилась более 300 тысяч рублей.

Ранее заявительнице позвонил якобы сотрудник банка и сообщил, что неизвестные пытаются похитить деньги с ее счета. Далее, он пояснил, что для предотвращения данных действий необходимо, чтобы она назвала данные своей банковской карты. После того как потерпевшая сообщила аферисту реквизиты, с ее счета произошло списание вышеуказанной суммы.

Еще один случай мошенничества произошел с 74-летним жителем Южно-Сахалинска. Пенсионер лишился 225 тысяч рублей. Ему также позвонил неизвестный. Представившись сотрудником банка, звонивший сообщил, что на его имя кто-то оформил кредит. Далее он пояснил, что необходимо имеющиеся на счету деньги перевести на безопасный счет. Потерпевший снял 225 тысяч рублей и перевел их аферисту.

По всем фактам возбуждены уголовные дела. Ведется следствие.

В Корсакове задержали подозреваемых в краже у пенсионерки

В дежурную часть ОМВД России по Корсаковскому городскому округу поступило заявление от 60-летней местной жительницы, которая сообщила о краже электрогенератора и автомайки.

В ходе проведения оперативно-разыскных мероприятий сотрудники полиции установили личности подозреваемых. Ими оказались трое местных жителей 29, 19 и 18 лет. Выяснилось, что злоумышленники, находясь в ночное время во дворе дома по улице Федько, обратили внимание на запертый сарай, принадлежащий заявительнице. Предположив, что внутри может быть что-либо ценное, молодые люди сорвали навесной замок и проникли внутрь. Там они обнаружили вышеуказанное имущество, которое похитили с целью дальнейшей перепродажи. Ущерб составил более 40 тысяч рублей.

Возбудено уголовное дело.

Житель областного центра подозревается в краже с незаконным проникновением в жилище

В дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило заявление от 19-летней местной жительницы, которая сообщила о краже принадлежащего ей телефона стоимостью 10 тысяч рублей.

В ходе проведения оперативно-



разыскных мероприятий сотрудники полиции установили личность подозреваемого. Им оказался 35-летний житель Южно-Сахалинска. Выяснилось, что в ночное время мужчина проник в квартиру заявительницы через незапертую дверь. Внутри он обнаружил сотовый телефон, который решил похитить, после чего скрылся с места преступления.

Возбудено уголовное дело.

Пьяного водителя пришлось выводить из авто при помощи спецсредств

22 сентября в ходе несения службы по охране общественного порядка и обеспечению безопасности дорожного движения в городе Южно-Сахалинске внимание экипажа ДПС УМВД России по Сахалинской области привлек автомобиль «Киа Рио» без государственных регистрационных знаков, который двигался в западном направлении, по улице Есенина.

Заметив экипаж ДПС, водитель данного транспортного средства попытался скрыться, набирая скорость движения. После непродолжительного преследования автомобиль нарушителя был загнан в тупик. Водитель и пассажир, находящиеся в автомобиле, закрылись, заблокировав дверные замки и окна. На неоднократные законные требования сотрудников полиции выйти из автомобиля и предоставить документы водитель и пассажир не реагировали.

В соответствии с законом «О полиции» экипажем ДПС с помощью специальных средств автомобиль был открыт, а в отношении граждан, оказывавших сопротивление, была применена физическая сила.

При проверке документов выяс-

нилось, что водитель лишен права управления транспортными средствами. Также он заметно нервничал, его поведение не соответствовало обстановке и имелось основание полагать, что он находился в состоянии опьянения.

Впоследствии водитель отказался от прохождения медицинского освидетельствования. Выяснилось, что он уже имеет судимость за неоднократное управление транспортным средством в состоянии опьянения.

Транспортное средство помещено на арест-площадку, водитель и пассажир были доставлены в УМВД России по городу Южно-Сахалинску для дальнейшего разбирательства. По данному факту проводится проверка, по результатам которой будет принято процессуальное решение.

Группу наркоторговцев задержали на Сахалине

Сотрудниками Управления по контролю за оборотом наркотиков УМВД России по Сахалинской области в тесном взаимодействии с региональным управлением ФСБ задержана группа лиц, подозреваемых в попытке сбыта крупной партии наркотических средств на территории островного региона.

В ходе отработки поступившей оперативной информации установлено, что трое жителей Сахалинской области сговорившись между собой, связались с кураторами в теневом сегменте Интернета для незаконного заработка. Их задачей было извлечение крупных партий наркотика, его расфасовка на более мелкие и дальнейшая перезакладка в указанных координатах.

Чтобы не попасть в поле зрения правоохранительных органов, подо-

зреваемые использовали специализированные программы шифрования данных, но благодаря упреждающим действиям двух силовых ведомств их планы были разоблачены.

Чтобы не хранить дома дурман, злоумышленники оборудовали в лесополосе крупный тайник-закладку, в котором находилось 70 свертков, обмотанных изоляцией с наркотическим средством – мефедрон. Данная партия была изъята стражами порядка. Вместе с ней обнаружен и нож с красной рукояткой, который подозреваемые фотографировали в момент оборудования тайников с синтетическими наркотиками и отправляли своим кураторам в теневой сегмент Интернета. Также установлены координаты еще 4 закладок, уже приготовленных для сбыта запрещенных веществ.

По данному факту возбуждено уголовное дело. В отношении двух подозреваемых избрана мера пресечения в виде домашнего ареста, третий находится под подпиской о невыезде.

В Макарове будут судить браконьера

Следственным отделом ОМВД России по Макаровскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 38-летнего гражданина, который обвиняется в управлении автомобилем в состоянии опьянения и в браконьерстве.

Установлено, что 11 июля обвиняемый распивал спиртное на природе в компании друзей. Когда стало темнеть, мужчина начал собираться домой. Несмотря на алкогольное опьянение, фигурант сел за руль принадлежащей ему иномарки. Передвигаясь по улице Ленинградской в Макарове, мужчина был остановлен нарядом ДПС. В ходе проверки документов выяснилось, что у обвиняемого нет водительских прав. Также инспекторы заметили у мужчины явные признаки алкогольного опьянения, в связи с чем отстранили его от управления транспортным средством.

Далее фигурант был доставлен в отдел полиции для проведения освидетельствования. Результаты подтвердили, что обвиняемый находился в состоянии алкогольного опьянения.

Также 6 августа в ходе проведения рейдовых мероприятий, проводимых в рамках операции «Путина», указанный гражданин был задержан у берега реки Макаровки, когда при помощи сачка осуществлял незаконный вылов рыбы лососевых пород. Ущерб составил около 35 тысяч рублей.

Уголовное дело будет направлено в суд для рассмотрения по существу.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД России по Сахалинской области.



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Гуляш из свинины

Ингредиенты: свинина - 1 кг, лук репчатый - 300 г, морковь - 80 г, томатная паста - 2 ст. л., мука пшеничная - 3 ст. л., лавровый лист - 2 шт., смесь специй для свинины - 1 ч. л., перец черный молотый - половина ч. л., соль - по вкусу, масло растительное - 2 ст. л.

Приготовление: свинину вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками.

Разогреть сковороду, добавить 1 ст. ложку растительного масла и обжарить мясо на сильном огне до золотистой корочки.

Лук нарезать кубиками, морковь натереть на мелкой терке.

Разогреть сковороду с оставшимся растительным маслом и обжарить лук на среднем огне в течение трех минут, до золотистого цвета. Добавить морковь к луку и жарить еще 2 минуты.

Добавить к овощам обжаренное мясо, черный молотый перец, смесь специй для свинины. Перемешать и добавить 0,5 литра воды. Довести до кипения, закрыть крышкой и тушить мясо с луком и морковью 30 минут.

На сухой сковороде обжарить муку на среднем огне, помешивая, до золотистого цвета. Переложить муку в миску и налить 50 мл



воды, хорошо перемешать, чтобы не было комочков.

В сковороду с мясом добавить соль, томатную пасту, лавровый лист, муку с водой и тщательно перемешать. Тушить гуляш из свинины еще 10 минут.

Гуляш из свинины подавать с овощным гарниром, макаронами, картофельным пюре, отварным рисом или гречкой.

Партнер



рубрики

БАЛОВЕНЬ
СУПЕРМАРКЕТ

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

ЦЕНА ВОПРОСА

525 рублей.

Свинина – 450 руб.

Лук репчатый – 45 руб.

Морковь - 30 руб.

Томатная паста, мука, лавровый лист, специи, соль, перец и масло – из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательный сертификат

Плов со свининой

Ингредиенты: рис – 200 г, свиная мякоть – 300 г, 1 морковь, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 2 лавровых листа, 2 ч. ложки барбариса, 1 ч. ложка молотого кориандра, 1/4 ч. ложки черного молотого перца, 1/4 ч. ложки красного молотого перца, 1/2 ч. ложки соли.



К мясу добавить лук и морковь. Жарить, периодически помешивая, 1 минуту.

Добавить в сковороду чеснок, барбарис, кориандр, перец, соль. Жарить мясо с овощами на среднем огне, помешивая, еще около пяти минут.

Рис промыть и добавить к мясу с овощами, перемешать.

(По правилам приготовления плова - выложить рис сверху и не перемешивать).

Залить водой в таком количестве, чтобы она примерно на 2 см превышала уровень риса с мясом. Накрывать крышкой и готовить на малом огне примерно 30 минут, не перемешивая. Через 20 минут добавить лавровый лист.

Если жидкость выкипела, а рис еще твердый, можно добавить еще около 0,5 стакана горячей воды. И довести плов до готовности под крышкой.

Приготовление: морковь натереть на крупной терке (так быстрее, но желательно морковь для плова нарезать соломкой). Мясо нарезать некрупными кусочками. Лук нарезать кубиками. Чеснок мелко порубить.

В казане или в большой сковороде разогреть масло. Выложить на разогретую сковороду мясо. Жарить на большом огне, периодически помешивая, до золотистого цвета, около 10 минут.

Овощная икра жареная

Ингредиенты: кабачки - 3-4 шт., баклажаны - 2-3 шт., перец болгарский - 3-4 шт., помидоры - 3-4 шт., морковь - 3-4 шт., лук - 3 шт., чеснок - 5-6 зубков, зелень - 1-2 пучка, масло растительное - 6-8 ст. ложек, соль и перец - по вкусу.

Приготовление: кабачки вымыть и нарезать кубиками.

Разогреть в сковороде 3-5 ст. ложек растительного масла. Выложить кабачки, накрыть крышкой и обжаривать их, помешивая, на среднем огне 10-15 минут.

Пока кабачки жарятся, также кубиками нарезать баклажаны. Добавить их к кабачкам, жарить под крышкой дальше (еще 10 минут), время от времени перемешивая.

Болгарский перец мелко нарезать, помидоры нарезать кубиками, добавить их в сковороду.

Перемешать, добавить еще 3-4 ст. ложки растительного масла. Закрывать крышкой и тушить овощную икру на среднем огне еще 10 минут.



Очистить и натереть морковь. Чеснок очистить и мелко нарезать. Лук очистить и мелко нарезать.

Выложить лук, чеснок и морковь к остальным овощам, перемешать. Накрывать крышкой и продолжать тушить овощную икру еще 15-20 минут. В конце приготовления, когда почти вся жидкость выпарится, убавить огонь до слабого и обжаривать икру, помешивая, 5-10 минут.

Зелень нарезать, часть отложить для украшения.

Добавить зелень в икру. Посолить и поперчить блюдо. Жарить икру еще 5 минут, непрерывно перемешивая.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

Тема следующего номера - блюда на каждый день

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



БУДНИ
07.00-11.00 Обла-бла-стное шоу
07.20, 07.40 08.20, 08.40, 09.20, 09.40 10.20, 10.40, 11.20, 11.40 12.20, 12.40 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40 23.20, 23.40, 00.20
Прогноз погоды
07.15, 08.15, 09.15, 10.15
Гороскоп
07.30, 17.10 ИнтерШум
07.50 «Фейк-ньюз», игра
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00
Новости

08.35, 14.35 На старте
09.45, 14.50, 18.50
Информационный выпуск о транспортной обстановке
09.30 Афиша
10.30 «О Май Гаджет», техноновости
10.50 «РакаМакаФо», игра
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор
12.10 «Белый стол», игра (с 26 августа)
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (пн-ср)
12.44, 14.44, 15.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (чт, пт)
Золотой хит
13.00-14.00 Открытая студия

16.40 (пт) МЭТР
16.50 (вт) «Крупным планом», программа о кино
20.00-21.00 Шоу «Приём»
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов
В ВЫХОДНЫЕ ДНИ
09.00 - 10.00 (ВС); 15.00-16.00 (сб) Топ хит-чарт
09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20 Прогноз погоды
10.10, 11.10 Гороскоп
11.25, 17.25 «Раскадровка», игра
12.30 «Театральные выходные», игра
12.44, 14.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (сб)
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (вс)
Золотой хит
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Шоу «Приём»



Почему, когда вы читаете книги по математике и физике, вам становится грустно? Потому что в них много проблем.

Маленький Вовочка просит старшего брата:
- Попроси у мамы денег на сигареты.
- Попроси сам, мама не только моя, но и твоя...

- Так-то оно так, но ты с ней дольше знаком!

В Англии турист останавливается в старинном замке:
- Скажите, а в вашем замке привидения есть?
- За отдельную плату, мистер.

Вайфай в комнате был такой сильный, что хоть топор вешай.

- Настоящий друг — это человек, который выскажет тебе в глаза всё, что о тебе думает, а всем скажет, что ты - замечательный человек.

- А почему я должен ему верить, если он всем врёт?

Я раньше думал, что когда выпиваешь, то женщины становятся красивее. Сейчас заметил, что сам тоже хорошою.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16



