

№37
(1257)
14 сентября
2022
среда

ТелеМир



Твоя любимая газета

«Сахалинская оконная компания»
ОКНА и БАЛКОНЫ из ПВХ **БЕСПРОЦЕНТНАЯ РАССРОЧКА ОТ КОМПАНИИ**

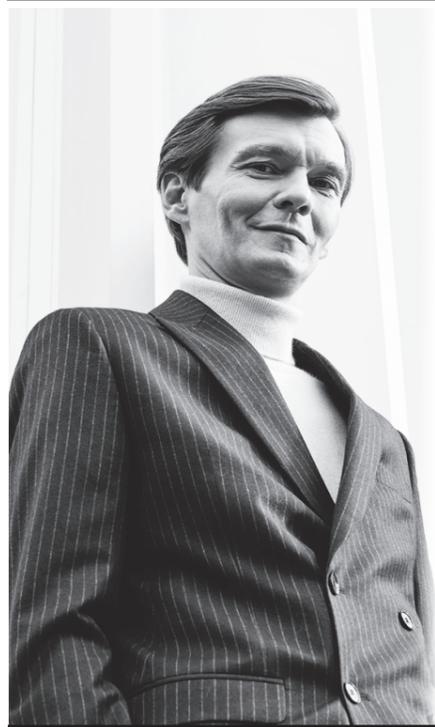
Изготовление, установка окон и дверей
Ремонт окон
Замена фурнитуры, стеклопакетов, уплотнителей

БАЛКОНЫ «ПОД КЛЮЧ»

ДЕЙСТВУЮТ СКИДКИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Пер. Дорожный, 19 ☎ 26-09-59

Филипп Янковский: «Я бы вам не понравился, если бы везде был одинаковый»



В онлайн-кинотеатре START 8 сентября начался показ второго сезона сериала «Контейнер», ставшего одним из самых необычных проектов прошлого года и первым российским сериалом, который был отобран для линейки Originals на Apple TV+. Сериал затрагивает непростую тему суррогатного материнства. В первом сезоне Саша в исполнении Оксаны Акиньшиной родила ребенка и должна была оставить его в клинике, но еще во время беременности она попала в дом своих заказчиков и хорошо изучила их принципы и нравы: в семье чиновника Вадима Юрьевича и его своенравной жены Марины все далеко не так благостно, как могло показаться на первый взгляд.

Польза и вред фиников

Подробности на стр. 12 и 13

ООО «ГК «ВОДГЕО», ОГРН 1056500608152, г. Южно-Сахалинск, ул. Комарова, 1
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках

Телефоны:
40-80-80
40-80-40

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Вывод из запоя на дому
КОДИРОВАНИЕ
ежедневно до 21.00
☎ 25-81-55, 733-222
АНОНИМНО

Лицензия ЛО-65-01-000662 от 09.09.2013 г. выд. мин. здравоопр. Сах. обл.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

В продуктовый магазин
ТРЕБУЕТСЯ ПРОДАВЕЦ
График работы сутки через двое.
Зарплата достойная.
8-962-581-79-32, Ирина

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

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

УДАЛЯЕМ КАТАРАКТУ БЕЗ ГОСПИТАЛИЗАЦИИ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО41-01185-65/00560890 выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области

МЕВЕЛИНЕ
Изготовление любой корпусной и встраиваемой мебели
☎ +7-962-111-65-22
40-17-86

■ СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ СТОРОЖА НА АВТОСТОЯНКУ В Г. ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ, ПР. ПОБЕДЫ, 7в.
ТЕЛ. 48-88-40, 8-914-768-45-33, 31-21-55.

ПОДКЛЮЧЕНИЕ ЭЛЕКТРОТИТАНОВ САНТЕХНИКА **КАЧЕСТВЕННО**
8-914-090-71-35

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ с обсадкой
Гарантия
28-79-37
8-914-758-79-37

Юридическое агентство
«Радар+»

- Купля-продажа
- Приватизация дач, квартир, земли
- Консультации от 1000 рублей
- Исковые заявления, договоры документы для ООО, ИП, СНТ, ГСК

44-07-15
8-924-196-88-66
Коммунистический проспект, 49, офис 214

Стоматологическая клиника
ООО «Стоматолог»

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

БУЛЬВАР им. ЯНКУДИНОВА, 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

Крестьянское хозяйство реализует
НАВОЗ ТОРФ
8-914-648-38-34

Лиц. № 77-01-001395 от 10.08.2011 г., выд. Деп. здравоопр. г. Москвы
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ

анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00
ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич
Т.: 41-86-86,
8-984-184-45-25
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

ПРАЧЕЧНАЯ САМООБСЛУЖИВАНИЯ с промышленным оборудованием

Стирка (от 20 до 50 минут) до 12 кг - 200 р. Сушка - 100 р.

Ул. Тихая, 104 (звезд с ул. Западной)
47-03-47

МЫ ОТКРЫЛИСЬ!
ТЦ «Жапонка», цокольный этаж, ул. Сахалинская, 65

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН **Стиль Купе**

от дизайн-проекта до монтажа

Режим работы:
пн. - пт. - с 10.30 до 17.30
сб. - с 14.00 до 15.00,
выходной - воскресенье

РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА

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

ЛСТВ Самые оперативные новости Сахалина

Телефон редакции: 49-15-45
☎ 8 (962) 125-15-15

СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

[ЗДОРОВЬЕ]

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.

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

ТАТУАЖ

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

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

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

ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ

ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.

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

[СТРОЙКА]

ПИЛОМАТЕРИАЛ ТЫМОВСКИЙ ЛЕС

2, 3, 4 СОРТА по СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ ОПТОМ И В РОЗНИЦУ

www.pilomat.tonsakh.ru

267-789

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА

Остекление, отделка, расширение от 12000 руб.

КАЧЕСТВО

УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ

От 4000 руб.

27-86-32

САНТЕХНИК ЭЛЕКТРИК КРУГЛОСУТОЧНО

89146476277

услуги САНТЕХНИКА, ЭЛЕКТРИКА

ЧИСТКА ЗАСОРОВ КРУГЛОСУТОЧНО

8-984-137-94-55

РЕМОНТ СОЦИАЛЬНЫЙ

электрика - сантехника - стяжка пола

укладка напольных покрытий

установка м/н дверей

поклейка обоев - малярные работы

8-924-191-60-26

КОМПАНИЯ «СЕВЕР»

ПИЛОМАТЕРИАЛ ТЫМОВСКИЙ ЛЕС В АССОРТИМЕНТЕ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

БРУС, ДОСКА, БРУСОК ель, лиственница (длина 4 м, 5 м, 6 м) РУДСТОЙКИ

28-55-43

КРАН-БАЛКА

стрела 6 т, 15,5 м, борт до 10 т

КРАН 25 т

стрела 30,5 м + гусёк

40-50-25

ТЕПЛИЦЫ

Усиленные с двойной дугой Сотовый поликарбонат

Размеры: 3x4; 3x6; 3x8; 3x10 и т. д.

ПАРНИКИ 1,4x2x1м «ХЛЕБНИЦА»

39-76-08

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

Сахалинцы и курильчане, отапливающие дома с помощью печей, могут получить субсидию на уголь авансом. Теперь жители региона смогут привлечь дополнительные средства с социального счёта. Возместить можно будет часть затрат на покупку горючего в объёме до девяти тонн.

Ранее единовременную выплату предоставляли только после того, как гражданин приобрёл твёрдое топливо. Факт покупки дров или угля следовало подтвердить чеком или квитанцией.

Такая практика действовала и ранее, но была не очень удобной, особенно для семей с низким достатком, - рассказала министр социальной защиты Ольга Орлова. - Теперь граждане смогут получить социальную поддержку в виде аванса безналичным способом. Благодаря данному механизму появляется возможность сэкономить свой бюджет.

В этом году проведены мероприятия по централизации поставок угля. На всех этапах - от отгрузки от поставщика до конечного потребителя - налажен строгий контроль. Все поступающие заявки от населения вносятся в систему. Каждая проходит несколько этапов: от оформления до подтверждения доставки угля потребителю. Внедрение сервиса обеспечит открытость и прозрачность поставок, а также поможет контролировать весь процесс, в том числе необоснованное

Субсидии на уголь



завышение цены, отпускаемые объёмы и сроки доставки.

Призываем сахалинцев, кто планирует приобрести уголь для отопления дома зимой, оформлять доставку твёрдого топлива заблаговременно, а не оставлять все на последний момент. По опыту прошлого года прогнозируется более семи тысяч заявок, - подчеркнула министр ЖКХ Сахалинской области Наталия Куприна. - Вместе с поставщиками мы понимаем, что отработать такое количество заявок в сжатый срок и доставить такой объём угля оперативно невозможно. Поэтому, чтобы избежать ажиотажа, исключить ожидания своей очереди, следует уже сейчас позаботиться о приобретении топлива. К примеру, домовладельцы, которые обратились к

нам еще в августе, в считанные дни получили уголь со складов.

Заявку можно оставить через горячую линию ЖКХ по телефону 8(800) 302-00-65 со стационарного телефона и *0065 с мобильного телефона, или через поставщиков, определенных муниципальными образованиями посредством проведенного отбора. Оператору нужно сообщить свои имя и фамилию, номер СНИЛС, домашний адрес, какой объём топлива хочет приобрести и желаемый день доставки.

Следующий этап - открытие собственного социального счёта. Это можно сделать на сайте «Центра социальной поддержки» и министерства социальной защиты Сахалинской области. При заполнении заявки потребуются данные

карты «МИР» любого банка - к пластику «привязывается» социальный счёт. После этого сахалинцам необходимо обратиться в «Центр социальной поддержки», чтобы подать заявление на авансирование. Это можно сделать удалённо с помощью компьютера или смартфона почтовым отправлением, или лично посетив учреждение. Далее на социальный счёт перечисляются средства. Важно отметить, что их можно использовать только для приобретения угля: обналичить или перевести деньги на другие счета не получится.

Средства с социального счёта списываются в момент покупки угля.

Проект реализован с помощью технологии социального счёта при участии Сбербанка и компаний-партнёров. Пока новый механизм поддержки затрагивает только уголь.

Цель нашей совместной с правительством области работы - максимально упростить процесс получения социальных услуг в цифровом виде. Внедрённое решение позволяет жителям получить льготу на карту МИР без бюрократических сложностей. У государства же появляется полная и детальная информация об эффективности предоставляемых льгот населению, - сообщила Марина Дементьева, управляющая Южно-Сахалинским отделением Сбербанка.

Судостроительный центр построят в Корсакове

На полях Восточного экономического форума во Владивостоке губернатор Валерий Лимаренко подписал соглашение с компанией «Юматекс», которая рассчитывает вложить 6,5 млрд рублей в проект создания верфи на Сахалине.

Инвестор намерен на базе портовых сооружений бывшего рыбоконсервного завода в Корсакове развернуть строительство морских судов малой категории из композитных материалов. Правительство

Сахалинской области со своей стороны поможет получить земельный участок. Компания «Юматекс» рассматривает вопрос о статусе резидента преференциального режима для получения мер государственной поддержки.

Производство малых судов из композитных материалов - перспективный бизнес, - сказал Валерий Лимаренко. - Такая современная высокотехнологичная продукция нужна дальневосточным рыбакам для прибрежного промысла, туристическим компаниям для перевозок

гостей. И очень важно, что ее будут производить на Сахалине. Результат - рост поступлений в бюджет и создание 800 новых рабочих мест.

Планируется, что до 2026 года островная верфь выпустит до ста судов.

Участниками соглашения стали акционерное общество «Корпорация развития Дальнего Востока и Арктики», акционерное общество «ЮМАТЕКС», правительство Сахалинской области, государственная корпорация развития «ВЭБ.РФ».

Реконструкция дороги

На участке трассы Невельск - Томари - аэропорт Шахтерск приводят в порядок два участка: дорогу через село Белинское протяженностью 5,9 км и через село Парусное - 3,3 км.

Двухэтапная реконструкция началась в прошлом году. На сегодня уложено 6,8 км асфальтобетонного покрытия. Изначально по проекту завершить работы должны были к 1 октября 2024 года. Но благодаря дополнительному федеральному финансированию подрядная организация планирует окончить реконструкцию ускоренными темпами в этом году. Ввод в эксплуатацию этих участков автомобильной дороги позволит обеспечить безопасное движение транспорта.

Подрядчик уже построил



новые водопропускные трубы, обустроил земляное полотно, укрепил кюветы. Идут работы по устройству асфальтобетонного покрытия на автодороге и на новых мостовых переходах через реки Белинская, Каменишка и Парусная. На участках сделают наружное освещение, тротуары с перильным ограждением, автобусные остановки с заездными карманами и автопавильонами, пешеход-

ные переходы в населенных пунктах.

Национальный проект «Безопасные качественные дороги», который реализуется по инициативе президента Владимира Путина, благодаря федеральному и областному финансированию позволяет повысить уровень жизни сахалинцев и курильчан, создать надежную транспортную инфраструктуру, отремонтировать тысячи кило-

метров дорог и искусственных сооружений на них.

Работа по приведению в порядок островных дорог находится на особом контроле губернатора Валерия Лимаренко. Так, за последние три года на островах капитально отремонтировали, реконструировали и построили 40 участков региональных дорог и 34 - муниципальных.

Второй год подряд в островном регионе выполняется рекордный объем работ по ямочному ремонту. Этого удалось достичь благодаря шестикратному увеличению финансирования из областного бюджета мероприятий по содержанию местных дорог. В этом году на Сахалине и Курилах ликвидировали 4600 дефектов дорожного полотна. К работе по поиску ям и приемке дорог подключились общественники, волонтеры «Единой России», активные жители.



АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



Южно-Сахалинск и Благовещенск подписали соглашение о сотрудничестве

В церемонии подписания документа приняли участие мэры Сергей Надсадин и Олег Имамеев, а также председатель городской думы Южно-Сахалинска Олег Логачев и первый заместитель мэра Благовещенска Дмитрий Гумиров.

Соглашение о сотрудничестве и информационном взаимодействии между администрациями сахалинского и амурского городов позволит наладить совместную работу по вопросам местного значения, экономического развития территорий, инвестирования, законотворчества. Взаимовыгодными являются проекты в сфере туризма, спорта, образования и культуры.

- Нам интересен опыт Благовещенска, который по численности сравним с Южно-Сахалинском, - отметил Сергей Надсадин. - С учетом сложившейся геополитической ситуации отдельное внимание хотелось бы уделить международному сотрудничеству с КНР в гуманитарной и экономической сферах.

Мэр Благовещенска Олег Имамеев подчеркнул, что островная столица произвела на него очень приятное впечатление и поблагодарила принимающую сторону за гостеприимство.

- За последние годы Южно-Сахалинск показывает достаточно высокую динамику развития в различных отраслях, - заключил он. - Нам было бы полезно наладить взаимодействие. Кроме того, у обоих наших городов есть свои практики, которыми крайне важно делиться, также необходимо разрабатывать совместные решения вопросов местного самоуправления.

В Южно-Сахалинске продолжается работа по приведению внешнего облика зданий и информационных вывесок в соответствие с требованиями правил благоустройства и дизайн-кодом города. Два здания на ул. Дзержинского обновили свои фасады согласно новым правилам.

Специалистами Департамента общественной безопасности и контроля администрации Южно-Сахалинска на постоянной основе ведется работа с юридическими лицами и правообладателями по приведению внешнего облика объектов и информационных вывесок в соответствие с требованиями Правил благоустройства, Правил размещения информационных конструкций и дизайн-кодом города. Со-

Дизайн-код должен соблюдаться

трудники департамента, помимо функций контроля за надлежащим состоянием фасадов, витрин, входных групп и прилегающей территории, информируют владельцев о вступивших в силу правилах дизайн-кода.

Напомним, новый свод правил, предъявляемый к благоустройству Южно-Сахалинска для сохранения архитектурной целостности города, начал действовать с января 2022 года. Ряд предпринимателей уже привели в соответствие свои здания. Так, в числе объектов потребительского рынка магазин спортивных товаров на ул. Дзержинского, 40 обновил входную группу и фасад помещения на основании дизайн-кода. Еще один владелец здания на ул. Дзержинского, 21 в

процессе реконструкции помещения заменил фасад на современный, оформленный согласно дизайн-коду города.

Администрация Южно-Сахалинска благодарит собственников объектов и юридических лиц, которые приводят фасады, входные группы и информационные конструкции в соответствие с существующими требованиями и вносят свой вклад в создание современного облика областного центра.

Специально для этих целей из городского бюджета выделяются субсидии для субъектов малого и среднего предпринимательства на возмещение части затрат, связанных с приобретением и установлени-

Не забудьте пройти диспансеризацию!

Жителям областного центра напоминают о возможности пройти плановые медицинские осмотры и проверить своё здоровье в поликлиниках по месту жительства, чтобы предупредить или уменьшить вероятность развития заболеваний.

Врачи отмечают, что прохождение диспансеризации позволяет выявить заболевания на ранней стадии, когда лечение наиболее эффективно, а также уменьшает вероятность развития болезней, которые могут привести к инвалидности или смерти. При наличии жалоб или неудовлетворительных анализов пациенту назначают дополнительное обследование.

В стандарт проведения диспансеризации входят: антропометрия, анкетирование, измерение артериального и внутриглазного давления, клинико-лабораторные и биохимические анализы, флюорография, маммография, ЭЭГ, осмотр терапевтом и заключительная консультация, при необходимости - направление на второй этап для углубленного обследования. Объем обследований зависит от возраста пациента и наличия соответствующего анамнеза.

Напомним, гражданам, достигшим 18



лет, профилактические медицинские осмотры рекомендовано проходить каждые три года. Если ваш возраст делится на три, значит, наступил ваш год диспансеризации. После 40 лет обследование можно проходить каждый год.

Также для удобства граждан можно пройти диспансеризацию организованно

трудовым коллективом. Для этого необходимо обратиться в департамент социальной политики по телефону 312-710 в рабочие дни с 9.00 до 17.00 (перерыв с 13.00 до 14.00).

Ознакомиться с подробной памяткой о диспансеризации можно на сайте администрации Южно-Сахалинска.

Почти четыре тысячи блюд продано на гастрономарафоне «Дары морей»

В Южно-Сахалинске завершилось самое вкусное событие лета - гастрономический марафон «Дары морей».

За финальную неделю жители и гости города приобрели 845 фестивальных сетов. Всего с 15 августа был продан 3951 комплект

из морепродуктов. Напомним, с 15 августа по 11 сентября в Южно-Сахалинске проходил гастрономический марафон «Дары морей», его участниками стали 6 заведений общественного питания. Кафе и рестораны предлагали посетителям специальное сет-меню из сезонных морепродуктов по фиксированной цене.

Добавим, марафон «Дары морей» проходил в рамках VIII Фестиваля «Остров-рыба», который завершится 17 сентября массовым праздником и тематической ярмаркой. Следить за новостями фестиваля можно в телеграм-канале «Остров-рыба» - <https://t.me/fishisland65>.

ГОД НАЗАД В ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ БЫЛ ОТКРЫТ ЕДИНЫЙ РАСЧЕТНО-ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ПАО «ДЭК»

3 сентября 2022 года исполнился год с момента ввода в работу в г. Южно-Сахалинске высокотехнологичного Единого расчетно-информационного центра (ЕРИЦ) Дальневосточной энергетической компании, входящей в Группу РусГидро. Открытие центра нацелено на повышение уровня и качества обслуживания клиентов, потребителей коммунальных услуг.

В ЕРИЦ клиенты решают вопросы по начислению платы за электроэнергию и ТКО, осуществляют платежи за поставленные услуги. Есть возможность передать через специальные термина-

лы показания приборов учета, а также получить консультацию и практическую помощь по регистрации в Личном кабинете ДЭК и оформлению подписки на доставку электронного платежного документа. Стоит отметить, что в сентябре 2021 года в Личном кабинете было зарегистрировано 14 120 клиентов Южно-Сахалинского отделения Сахалинэнергосбыта, в сентябре 2022 года - уже 48 076 клиентов. Электронные квитанции тогда получали 10 685 потребителей, в настоящее время их число выросло до 53 263.

На данный момент в ЕРИЦ Южно-Сахалинска обслуживается более 99

тыс. клиентов ПАО «Сахалинэнерго» и АО «Управление по обращению с отходами». В среднем ежедневно офис в течение года посещало до 258 клиентов, среднестатистический месяц составил 6 722 посещения клиентов компании. Направляет клиентов электронная очередь. Благодаря ей клиент может не только получить талон во время посещения офиса и ожидать прием, отслеживая свою очередь по электронному табло, но и осуществить предварительную запись, чтобы не тратить время на ожидание. Для этого на сайте ДЭК возможна электронная запись.



Порты Сахалина будут развивать



Власти островного региона и владелец Сахалинского морского пароходства будут вместе развивать транспортную инфраструктуру. Подписи под соглашением о сотрудничестве на полях Восточного экономического форума поставили губернатор Валерий Лимаренко и генеральный директор ООО «УК «Дело» Дмитрий Паньков.

Стороны будут вместе работать над развитием транспортно-логистической инфраструктуры в морских портах Холмск и Корсаков, грузоперевозок на паромной переправе Ванино - Холмск, каботажных перевозок и в целом транспортно-логистических услуг, в том числе с помощью проектов цифровой трансформации.

- Развитие любой территории, ее экономики и социальной сферы прямо

зависит от транспортной инфраструктуры, - сказал Валерий Лимаренко. - Поэтому для нас так важно сотрудничество с Управляющей компанией «Дело». Через порты Корсаков и Холмск идет основной поток региональных грузов. Правительство области заинтересовано, чтобы они стабильно работали и развивались в интересах жителей Сахалина и Курил. Сейчас начинается модернизация Корсаковского порта, который должен стать одним из элементов Северного морского пути. Уверен, мы будем успешно сотрудничать в рамках этого проекта, который на десятилетия вперед определит пути развития транспортной инфраструктуры области.

- В августе этого года Группа компаний «Дело» приобрела Сахалинское морское пароходство, таким образом, Сахалинская область стала российским субъектом непосредственного

присутствия и приложения наших усилий, - отметил Дмитрий Паньков. - Все активы Группы всегда уделяют особое внимание развитию тех регионов, где они работают. В этом проявляется и социальная ответственность бизнеса, и, безусловно, личная ответственность и бережное отношение каждого нашего сотрудника к своему родному краю. Уверен, что с правительством Сахалинской области и лично с губернатором Валерием Игоревичем Лимаренко у нас будет налажено плотное конструктивное взаимодействие по всем насущным вопросам, касающимся, но не ограничивающимся транспортно-логистической сферой.

Участники соглашения также пришли к единому мнению о том, что на Сахалине для решения кадровых проблем отрасли следует организовать подготовку кадров по специальности «Логистика».

СПА-комплекс появится на Итуруп



На острове Итуруп появится гостиница со СПА-комплексом. Трехстороннее соглашение, посвященное развитию туристической инфраструктуры на отдаленной территории, заключено в ходе Восточного экономического форума.

Документ подписали губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко, генеральный директор Корпорации развития Дальнего Востока и Арктики Николай Запрягаев и генеральный директор общества с ограниченной ответственностью «Антерра». Заместитель председателя правительства Российской Федерации - полномочный представитель президента Российской Федерации в Дальневосточном федеральном округе Юрий Трутнев и министр Российской Федерации по развитию Дальнего Востока и Арктики Алексей Чекунков наблюдали за событием по видеосвязи.

В рамках проекта на острове Итуруп в районе озера Рейдового появится четырехзвездочная гостиница со СПА-комплексом. Компания «Антерра» вложит в проект свыше 2 миллиардов рублей. Планируется, что гостиница

на 121 номер будет введена в строй к 2026 году. Только на этапе строительства будет создано 100 рабочих мест.

- Чтобы обеспечить достойное качество жизни на Курилах, необходимо в первую очередь создавать на территории новые предприятия, рабочие места, - отметил Валерий Лимаренко. - С этой целью мы привлекаем на острова бизнес. В свою очередь правительство ввело преференциальный режим для компаний, реализующих инвестиционные проекты на Курилах. Острова на востоке России - очень интересная для туристов территория. Появление объектов, выводящих индустрию гостеприимства на новый уровень, это рост турпотока, развитие социальной сферы и в целом новые возможности для курортников.

Основатель и генеральный директор компании «Антерра» Александр Тертычный отметил, что на Итурупе построят отель сети Green Flow, где все будет направлено на эмоциональное и физическое восстановление гостей, на обретение гармонии с собой и окружающим миром.

В 2022 году по поручению президента РФ Владимира Путина был введен преференциальный налоговый режим для компаний, реализующих проекты на Курильских островах. Организации, зарегистрированные на территории Курильских островов с 1 января 2022 года, полностью освобождаются от уплаты налога на прибыль, земельного и транспортного налогов, налога на имущество на 20 лет с момента регистрации. Также к ним применяется пониженный тариф страховых взносов в размере 7,6 процента.

Инвестиции в медицину

В Сахалинской области за счет привлеченных инвестиций возведут пять объектов здравоохранения. Акт концессионного соглашения, на основе которого будет реализован проект, в ходе Восточного экономического форума во Владивостоке подписали губернатор Валерий Лимаренко, генеральный директор компании «К1 Концессии» Павел Овчинников и заместитель председателя правления АО «Газпромбанк» Алексей Белоус.

Сегодня в Сахалинской области ощущается нехватка поликлиник. 17 островных учреждений, средний возраст которых превышает 40 лет, ежегодно принимают 4 миллиона пациентов. Для решения проблемы между правительством Сахалинской области и инвестиционно-строительной группой K1 подписано концессионное соглашение, предусматривающее создание пяти новых поликлинических комплексов. Общая стоимость инвестиционной фазы проекта составит более 10 млрд руб. Новые объекты должны появиться уже в 2024-25 годах.

Проект предусматривает привлечение средств дальневосточной концессии при поддержке Министерства по развитию Дальнего Востока и Арктики и Корпорации по развитию Дальнего Востока, а также банковского финансирования. Стратегическим партнером проекта является Газпромбанк,



обеспечивающий предоставление всего спектра необходимых финансовых продуктов.

- В нашей области в ближайшие годы появятся новые поликлиники, - сказал Валерий Лимаренко. - Это будут комфортабельные учреждения, оснащенные в соответствии с самыми современными требованиями. Три поликлиники будут возведены в Южно-Сахалинске. Две из них - детские. Одна - в северной части областного центра, другая в селе Дальнем. В планировочном районе Хомутово построим поликлинику для взрослых и детей. Еще одно учреждение здравоохранения появится в Углегорске. А холмская поликлиника получит новое здание. Подчеркну, проект реализуется за счет привлеченных инвестиций. Но медицинская помощь для жителей Сахалинской области, как и ранее, будет бесплатной в рамках системы обязательного медицинского страхования.

- Это далеко не первый социально значимый проект, в том числе в сфере здравоохранения, с участием Газпромбанка

на Сахалине, - отметил заместитель председателя правления Газпромбанка Алексей Белоус. - Регион для банка является одним из приоритетных. Наш опыт и экспертиза гарантируют успешную реализацию проекта на выгодных для всех сторон условиях, в результате чего местное население сможет получить комфортный доступ к медицинским услугам.

- Мы рады, что предложение Группы K1 было принято правительством Сахалинской области, - прокомментировал генеральный директор компании «К1 Концессии» Павел Овчинников. - Проект интересен с точки зрения масштаба охвата населения, ведь новыми поликлиниками будет обеспечено оказание медицинских услуг более чем для 80 тысяч жителей Сахалинской области. Группа вместе со своими партнерами также будет обеспечивать целевую эксплуатацию объектов, вместе с Министерством здравоохранения области внедряя лучшие практики и опыт частных операторов, работающих по системе ОМС.

Эффект - положительный

Сахалинские эксперты положительно оценили эффект ВЭФ для региона. Соглашения, встречи, панельные дискуссии Восточного экономического форума во Владивостоке посвящены технологической и экономической независимости Дальнего Востока, повышению роли ДФО в России и мире. Главный вопрос, который решается на полях Восточного экономического форума, по мнению представителей бизнеса и общественности, - это качественное улучшение жизни людей в федеральном округе.

- Большое значение для будущего Сахалинской области имеют планируемые к подписанию соглашения о строительстве на Сахалине завода по производству бензина, дизельного топлива из газового конденсата, строительстве завода СПГ и уже подписанное соглашение об организации судостроительного производства, - считает координатор общественного контроля Ассоциации «Сахалинстрой» Кирилл Кобяков. - Эти организации должны будут платить налоги на прибыль, налог на имущество, акцизы на топливо, выступать налоговым агентом по оплате налога на доходы физических лиц, то есть вносить достойную плату в областной бюджет. Регион заинтересован в скорейшей реализации подобных проектов. На мой взгляд, сейчас вопрос номер



один для всего экономического блока правительства Сахалинской области - реально запустить проекты в ближайшей перспективе.

- В условиях противостояния России со странами так называемого «коллективного Запада» поворот на Восток имеет жизненное значение и для нас, и для государств Азиатско-Тихоокеанского региона. И в этой связи значение проводимого форума трудно переоценить, - прокомментировал политолог Иван Никашин. - Кстати, на нём несмотря на то, что наши политические отношения сейчас находятся в нижней точке, присутствуют и Япония, и Южная Корея.

- Восточный экономический форум проходит уже в седьмой раз, - подчеркнул уполномоченный по правам предприни-

мателей Сахалинской области Андрей Коваленко. - И сегодня я и предпринимательское сообщество видим, как изменилось само отношение государства, контрольно-надзорных органов к крупному, среднему и малому бизнесу. Речь идет не только о снижении административного давления, но меняется сам подход. Выстраивается эффективный диалог между бизнесом и властью. Принимается законодательство в части улучшения делового климата. Оперативно и зачастую в индивидуальном порядке решаются вопросы, которые волнуют предпринимателей. Во многом это заслуга Восточного экономического форума. Здесь принимаются решения, от которых зависит социально-экономическое развитие регионов и комфортная жизнь людей.

Многодетные семьи получили компьютеры

Губернатор Валерий Лимаренко провел личный прием семей из Корсакова, которые оказались в трудной жизненной ситуации. В рамках благотворительного проекта меценаты оказали помощь с покупкой техники.

Евгений Мусанов один воспитывает четверых детей. Многодетный отец имеет квалификации каменщика, газосварщика, водителя категорий В, С, но пока работает неофициально. Областные власти помогут сахалинцу найти место работы со стабильной зарплатой. А генеральный директор ООО «Тезона» Дмитрий Митяев выразил желание присоединиться к проекту «Добрые дела карты сахалинца» и приобрел компьютеры для Мусановых и еще одной нуждающейся семьи из Корсакова.

- Мы регулярно принимаем участие в благотворительных программах, - прокомментировал Дмитрий Митяев. - Это социальная ответственность нашей компании. Мы оказываем содействие в проведении чемпионата «Абилимпикс», помогаем детям с ограничениями по здоровью. Охотно присоединились к «Добрым делам карты сахалинца». Прежде чем дарить подарки, узнаем о семьях, об их нуждах. Компьютеры необходимы детям в любом возрасте, чтобы не только учиться, но и играть, отдыхать.

Поддержку Мусановым окажет предприниматель и заместитель председателя



собраний Корсаковского городского округа Александр Дорошенко.

- От министерства соцзащиты мы узнали, что есть нуждающаяся семья, - рассказал меценат из Корсаковского района. - Многодетному отцу требуются стиральная машина, кухонная плита и холодильник. Воспитывать четверых детей сложно, и мы хотим немного облегчить им быт. Наше предприятие не впервые оказывает помощь сахалинцам. В ближайшее время планируем закупить еще планшеты или ноутбуки для школьников из двух нуждающихся семей.

На встречу с главой региона пригласили еще многодетную семью Иноземцевых. Им тоже подарили компьютер, необходимый для школьников. Анна и Владимир воспитывают четверых детей. Супруги нуждаются в переобучении и трудоустройстве: Анна как няня на дому оформлена самозанятой, а Владимир работал матросом и мастером рыбной про-

мышленности. Помощь в повышении квалификации и трудоустройстве им окажет областное правительство.

- Я каждую неделю встречаюсь с сахалинцами, которые нуждаются в поддержке в трудных жизненных ситуациях, - сказал Валерий Лимаренко. - Мы знаем историю каждой семьи и принимаем индивидуальные решения, чтобы люди могли повысить свое благосостояние. Там, где заканчиваются полномочия властей, на помощь приходят меценаты. Этот благотворительный проект показал, как много у нас неравнодушных предпринимателей, готовых творить добрые дела.

Напомним, проект «Добрые дела карты сахалинца» позволяет оказывать поддержку, исходя из насущных потребностей той или иной семьи. Меценаты покупают бытовую технику, ноутбуки, делают ремонт в квартирах и даже организуют различные мастер-классы для детей из нуждающихся семей. Государственные и муниципальные органы в это время решают системные проблемы обратившихся семей - помогают в перекавалификации, оформлении документов и выплат, трудоустройстве.

В рамках проекта среди благотворителей проводится конкурс, призванный поощрить самых щедрых и инициативных меценатов и волонтеров. **Подать заявку на участие можно на сайте Карты сахалинца <https://eks.sakhalin.gov.ru/> в разделе «Добрые дела».**

В синегорской больнице отремонтировали кровлю

Все три корпуса медучреждения обрели новую крышу. В этом году подрядчики досрочно справились с заменой покрытия на последнем из зданий - поликлинике. Ремонт провели в рамках программы модернизации первичного звена здравоохранения нацпроекта «Здравоохранение».

Замена старой крыши на новую была уже больше вопросом безопасности, а не эстетического вида. Обилие осадков, выпадающих в этом районе, не могло не оставить следов на здании 1956 года постройки. Во время снегопадов и вовсе существовала угроза обрушения кровли, а вместе с ней и потолочных конструкций.

- Раньше все стекло, капало, - рассказала и.о. главной медицинской сестры Синегорской участковой больницы Елена Павленко. - Тазики подставляли, тряпки стелили - крыша стала как решето. Сейчас уже прошли дожди, у нас сухо и никаких проблем.

Новая крыша - фальцевая, подрядчики внесли дополнительные изменения для усиления ее конструктива. Кроме кровли, рабочие дополнительно возвели входную группу, соорудив объемный металлический навес для защиты входящих в здание от осадков.

- Подрядчик очень добросовестный - кроме высокого качества и скорости выполнения работ, увеличил срок гарантийного обслуживания до пяти лет, - отметила главный врач Синегорской участковой больницы Татьяна Золоедова. - Кроме того, благодаря сэкономленным средствам в этом году еще заменим окна. И поменяем двери на новые, в соответствии с требованиями безопасности.

Поэтапный ремонт кровель в медучреждении Синегорска начался в 2020 году. Кроме поликлиники крышу заменили на лечебных корпусах, в которых размещается центр паллиативной помощи.

В этом году в регионе в рамках программы модернизации будет продолжен капитальный ремонт, строительство ФАПов и амбулаторий, приобретение специализированной аппаратуры и автомобилей. На эти цели из федерального бюджета выделено 345 миллионов рублей.

Профилактика снижения слуха у населения

A?

Бесплатная программа от специалистов по слуху «Аудионика» в Южно-Сахалинске!

В связи с ухудшающейся ситуацией с тугоухостью в России и в мире специалисты по слуху «Аудионика» проводят бесплатную профилактическую работу с населением. Если вы давно не проверяли свой слух, то эта программа для вас.

Наша практика показывает, что раннее выявление тугоухости значительно облегчает процесс возвращения возможности слышать снова. Вместе с тем, если дать болезни развиваться, это может привести не только к полной глухоте, но и к раннему развитию деменции и болезни Альцгеймера.

Участвуя в бесплатной программе профилактики снижения слуха у населения, вы можете проверить свой слух, получить консультацию специалиста и индивидуальные рекомендации по сохранению или возвращению слуха!

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ:
+7 (4242) 30-35-53

ЮЖНО-САХАЛИНСК
УЛ. ЛЕНИНА, 242



AUDIONIKA.RU

Лицензия ЛО-25-01-004403 от 9 июня 2018 г.

Аудионика
Специалисты по слуху

**ОТКРЫТА ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
ПО ВОПРОСАМ СОХРАНЕНИЯ СЛУХА:**

8-800-5555-078
ЗВОНОК ПО РФ БЕСПЛАТНЫЙ



СЛАБОСЛЫШАЩИЕ ЛЮДИ НАХОДЯТСЯ В ОПАСНОСТИ И ТЕРЯЮТ СВЯЗЬ С МИРОМ



Социальная изоляция. Потеря работы **Повышенный риск травматизма** **Риск развития деменции**

КАЖДЫЙ 10-Й ЧЕЛОВЕК ИМЕЕТ СНИЖЕНИЕ СЛУХА



КАЖДЫЙ 4-Й ЧЕЛОВЕК СТАРШЕ 60 ЛЕТ СТРАДАЕТ ОТ ТУГОУХОСТИ



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Курилы становятся все популярнее



Чтобы повысить транспортную доступность для жителей и гостей островов, сахалинские власти организовали 15 дополнительных авиарейсов на Итуруп. Об этом сообщил губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко, комментируя итоги Государственного совета, посвященного вопросам развития туризма. Заседание состоялось в ходе Восточного экономического форума во Владивостоке.

В своем выступлении президент России Владимир Путин отметил достижения Дальнего Востока в сфере туризма.

- На Дальнем Востоке за последние годы открыто много новых туристических маршрутов, - сказал глава государства. - Постоянно растёт турпоток в Камчатском крае, на Сахалине, в

Бурятии. Традиционно высокий спрос в макрорегионе в целом на круизные путешествия.

По мнению президента, опыт дальневосточников, как и других субъектов РФ, которые добивались успехов, необходимо обязательно учесть при выработке решений для развития всей туристической отрасли. Президент поставил задачу - сделать так, чтобы россияне с разным уровнем дохода могли путешествовать, чтобы укреплять здоровье, получать положительные эмоции, менять качество жизни в лучшую сторону. В связи с этим необходимо создание современных доступных туристических продуктов и услуг, формирование широкого спроса на них, снятие административных барьеров для работы отрасли.

Как отмечают эксперты, развитие



туристической инфраструктуры дает положительный эффект и для региона. Одна гостиница дает 200 рабочих мест для местных жителей. Одно рабочее место в туристической сфере дает еще два в смежных отраслях. Больше половины работников туризма - это молодые специалисты.

- В последние два года мы наблюдаем огромный спрос на посещение Сахалинской области, - отметил Валерий Лимаренко. - По нашим расчетам, в этом году количество туристов вырастет на 20 процентов. Жемчужиной нашего региона является горнолыжный курорт «Горный воздух». Зимой он привлекает сноубордистов и лыжников, а летом - любителей пеших прогулок и велотуризма. Мы ставим перед собой задачу - развивать курорт. Планируем увеличить длину трасс, создать туристическую

инфраструктуру на территории свыше 100 гектаров. Большой популярностью как среди гостей региона, так и среди местных жителей пользуются туры по югу острова Сахалина. Это посещение различных живописных мест, в том числе маяка на мысе Анива, гастрономические экскурсии на озеро Буссе. Летом особенно популярны Курильские острова. Поэтому мы на сезон увеличиваем количество авиарейсов на этом направлении. Это необходимо не только для туристов, мечтающих побывать на Курилах, но и для островитян, у которых должна быть возможность спокойно выехать с островов в отпуск или командировку и вернуться домой в удобное время.

Особый интерес гостей области и местных жителей вызывает единственный в России островной природный парк Монерон с первозданной

природой и археологическими памятниками. Здешние воды отличаются редкой прозрачностью. Поэтому парк давно стал точкой притяжения для дайверов. А в этом году инвестор при поддержке местных властей приобрел 50-местный катамаран и организовал морские экскурсии для посещения Монерона.

На новый формат перешла чартерная программа посещения островов. Одному из федеральных туроператоров выделен еженедельный фиксированный блок мест на регулярных рейсах из Москвы на Сахалин для организованных групп туристов. Принимающей стороной в регионе выступают местные компании. Этот формат более удобен для гостей региона.

- Особенно важно, что Сахалин и Курилы для отпуска выбирают не только гости, но и жители нашего региона. Значит, при развитии туризма на островах мы движемся в правильном направлении, - подчеркнул сахалинский губернатор.

- Сегодня в островном регионе свыше 100 мест размещения различных ценовых категорий, - рассказала президент ассоциации туроператоров Сахалинской области Ирина Ли. - Строятся и новые объекты. Гостям и жителям области мы предлагаем туры и экскурсии, рассчитанные на разные финансовые возможности. Любой человек может посетить островные достопримечательности и получить яркие впечатления и эмоции.

В ближайшие пять лет на реализацию островных инвестиционных проектов в сфере туризма будет направлено более 20 миллиардов рублей.

Острова станут центром марикультуры

На полях Восточного экономического форума во Владивостоке заключено соглашение, предусматривающее содействие развитию отрасли на Курилах, притоку частного капитала и созданию новых предприятий по выращиванию марикультуры.

Документ подписали губернатор Валерий Лимаренко, руководитель Федерального агентства по рыболовству Илья Шестаков и генеральный директор Корпорации развития Дальнего Востока и Арктики Николай Запругаев.

Акватория Курильских островов - один из самых богатых водными биологическими ресурсами районов Мирового океана. При этом здесь имеется значительный инвестиционный потенциал для проектов, предусматривающих разведение морского ежа, приморского гребешка, ламинарии, трепанга.

- На Курилах сама природа создала все необходимые условия для марикультуры, - отметил губернатор Валерий Лимаренко. - Этот бизнес сегодня набирает обороты во всем мире. Развитие марикультуры на Курилах позволит не только создать новые рабочие места, получить дополнительные поступления в бюджет, увеличить экспортный потенциал, но и обеспечить население нашей страны деликатесными и полезными дарами моря. Поэтому мы будем поддерживать предпринимателей, которые намерены вкладывать средства в разведение водных биоресурсов. Сыграет положительную роль в привлечении инве-



сторов и преференциальный режим для компаний, реализующих проекты на Курилах, введенный федеральными властями. Важно и то, что для экономического развития уникальных островов выбран трек, позволяющий по максимуму сохранить их экологию и природную красоту. В отличие от крупных промышленных предприятий и туризма, и марикультура несут относительно малую антропогенную нагрузку.

Наиболее перспективным районом для марикультуры специалисты считают воды вокруг Кунашира и Малой Курильской гряды. Примерная площадь - более 50 тысяч гектаров.

- Курилы - важнейшая часть территории Дальнего Востока с богатой природой, огромным потенциалом для развития в туристической и рыбохозяйственной отраслях, - отметил Николай Запругаев. - Здесь созданы и успешно работают сразу несколько

мер и инструментов господдержки бизнеса, чтобы улучшить финансово-экономическую модель инвестиционных проектов, планируемых к реализации на территории островов. На Курилах функционирует ТОР, в 2022 году создан уникальный режим осуществления предпринимательской деятельности с беспрецедентными налоговыми льготами - обнуление на 20 лет, которые подойдут под различные предприятия. Сегодня мы подписали соглашение о взаимодействии в рыболовстве, в особенности по созданию новых предприятий в области марикультуры. Приглашаем инвесторов на Курильские острова, окажем всю необходимую поддержку.

В 2021 году Сахалинская область поставила только на экспорт около 10 тысяч тонн морепродуктов - гребешков и морского ежа - стоимостью 26 миллионов долларов.



Год подождать

На полях Восточного экономического форума во Владивостоке губернатор Валерий Лимаренко и председатель правления ПАО «Газпром» Алексей Миллер подписали соответствующее соглашение.

Соглашение предусматривает строительство на Сахалине завода сжиженного природного газа (СПГ), а также создание на Курильских островах систем хранения, хранения и регазификации.

- Я обещал, что весь островной регион будет газифицирован, - рассказал Валерий Лимаренко. - И вот в следующем году на Курилы придет экологически чистое топливо. Всего несколько лет назад уровень газификации на островах составлял только 14 процентов. Сейчас он уже превышает 50 процентов. В 2025 году мы совместно с «Газпромом» полностью газифицируем Сахалинскую область. В отдаленных населенных пунктах, которые невозможно обеспечить трубным газом, будем использовать технологии СПГ. Газификация - вопрос принципиальный. Дать жителям области экологически чистое топливо, значит соблюсти социальную справедливость.

В этом году планируется завершить проектирование малотоннажного завода по сжижению природного газа. Ввести первую очередь предприятия должны в конце следующего года. В эти же сроки будет выполнено проектирование и строительство систем автономной газификации на островах Итуруп и Кунашир. Проекты для Парамушира и Шикотана планируется разработать в третьем квартале 2023 года. Сдача в эксплуатацию намечена на третий квартал 2025 года. Источником газа для производства СПГ - ресурс проекта «Сахалин-2».

Для перевозки и перевалки танк-контейнеров с СПГ будет использоваться инфраструктура морского порта Корсаков, а также морских терминалов Курильск, Северо-Курильск, Малокурильск и Южно-Курильск.

Также Валерий Лимаренко и Алексей Миллер поставили подписи под соглашением, которое предусматривает ускорение газификации островного региона.

Кадр из фильма «Иван Денисович»



Филипп Янковский: «Я бы вам не нравился, если бы везде был одинаковым»

В онлайн-кинотеатре START 8 сентября начался показ второго сезона сериала «Контейнер», ставшего одним из самых неординарных проектов прошлого года и первым российским сериалом, который был отобран для линейки Originals на Apple TV+. Сериал затрагивает простую тему суррогатного материнства. В первом сезоне Саша в исполнении Оксаны Акиньшиной родила ребенка и должна была оставить его в клинике, но еще во время беременности она попала в дом своих заказчиков и хорошо изучила их принципы и нравы: в семье чиновника Вадима Юрьевича и его своенравной жены Марины все далеко не так благобно, как могло показаться на первый взгляд. Роль Вадима Юрьевича, которому во втором сезоне будет уделено немало экранного времени, сыграл Филипп Янковский. Мы поговорили с актером о трансформации его героя, харизматичных злодеях, социальном контенте и возвращении в режиссуру.

[KINO-TEATR.RU]

- Это уже второй сезон сериала «Контейнер» и, кажется, первый в вашей карьере опыт съемок в продолжении?

- Действительно, это мой первый подобный опыт, но вы же понимаете, что участие во втором сезоне зависит от успехов первого. Когда мы снимали первый «Контейнер», мысли о продолжении – по крайней мере у артистов – не было. Возможно, они были у продюсеров. Но мне было очень интересно принять участие во втором сезоне: как говорят артисты, войти в шкуру персонажа, которого ты уже знаешь, непросто (улыбается). Но с моим Вадимом Юрьевичем произошла метаморфоза – в конце первого сезона он не без помощи интриг попал в места не столь отдаленные, поэтому его образ жизни во втором сезоне изменился. Нет костюма с галстуком, машины с мигалкой, дома на Рублевке. Он попал в совершенно иную ситуацию, и для меня лично такого Вадима Юрьевича стало играть интереснее. Он стал более разговорчивым в силу того, что приходится решать большее количество проблем – вокруг него плетутся интриги, да и сам он не без греха. Это если говорить про драматургию. А вообще самое главное в кино – коллектив. Нам повезло – у нас собралась отличная команда. И актеры, с которыми мы провели прекрасное творческое время, и Алексей Ляпичев.

- Во втором сезоне у него как раз режиссерский дебют.

- Именно! Но поскольку он, как сейчас модно говорить, шоураннер, отец этих персонажей, он влюблен в материал, с ним очень комфортно работать на площадке, потому что он может дать ответ на любой вопрос. У меня был опыт работы с большими режиссерами, которые брали паузу для ответа по моему персонажу (смеется), а Алексей отвечал сразу же, потому что у него в голове весь проект, все линии, все поведенческие мотивы героев. И от этого я получил огромное

удовольствие. Так что, как и зрители, жду с нетерпением второй сезон.

- С Максимом Свешниковым, который снимал первый сезон, вы при этом работаете и над другим проектом.

- Он – великолепный режиссер. Мы сделали с ним пилот под рабочим названием «Прометей». Там тоже сложилась прекрасная команда – это не только Максим Свешников, но и оператор Илья Авербах, который работал и над «Контейнером», и над «Караморой» Данилы Козловского. У ребят очень интересный киноязык. Его не каждый в жизни находит, а им повезло. Вообще, сейчас платформы выпускают очень интересный контент. Все-таки в кинотеатрах другие правила – там нужно уложиться в хронометраж от полутора до 2,5 часов, поэтому это определенные сюжеты. А показать жизнь человеческого духа в длинную, объемные семейно-бытовые или детективные истории интереснее в формате сериалов, что хорошо и для актеров, и для зрителей, которые с удовольствием смотрят эти проекты.

- Как вы считаете, можно ли назвать поколение режиссеров, которые сейчас работают в основном для платформ, новым поколением российского кино? Или уже пора перестать мыслить такими поколенческими этапами?

- И да и нет. В режиссерской профессии важна не цифра в паспорте, а талант, который нужно развивать, учиться каждый день, отслеживать новинки киноиндустрии, быть на волне. Современным же может быть человек не обязательно молодой в смысле возраста.

- Да, в 30 лет некоторые мыслят, как в Советском Союзе.

- А бывает наоборот: я работал с Глебом Панфиловым, которому 85, и он очень здраво мыслит, у него уникальный киноязык, и он очень современен и в подходе к работе, и в своих фильмах. Возвращаясь к вашему вопросу, наверное, эпоха платформ расширила сознание художников и есть в этом какой-то момент общего развития. Может быть, скажу какую-то крамолу, но то, что делается нашими платформами в последние годы, зачастую интереснее того, что делается за границей, хотя там тоже есть талантливые люди. Но по-настоящему талантливых людей мало в любой стране, и на этом фоне у нас в процентном отношении их получается, на мой взгляд, больше. Да, сериалы разные, некоторые направлены на отличную от меня целевую аудиторию, но это сделано качественно, чему я очень рад и как артист. Для кино не всякий материал подходит, а на платформах много творчества. Тот же Данила Козловский, которого я упомянул выше, – и актер, и режиссер замечательный. Но «Карамора» – это просто великолепный сериал, и я поражаюсь, как он его сделал. Это очень тяжелый труд, он же не только снимал сериал, но еще и сам сыграл Карамору. Это удивительный прецедент. Я до этого такого не видел. Да, Никита Михалков, мой косвенный учитель, умеет это делать, но и то в том возрасте, в котором сейчас Козловский, он в своих фильмах играл не главные роли, как,

например, в режиссерском дебюте «Свой среди чужих, чужой среди своих». А Данила и фильм большой сделал, и главную роль сыграл, и заразил нас своей энергией, так что мы с огромным удовольствием прожили этот проект.

- У вас в последнее время на проектах для стримингов роли, если уж совсем обобщать, таких обаятельных злодеев.

- Простите, приведу цитату из «Ричарда III» Шекспира: «Опасней тот злодей, что с виду незлобив» (пер. Михаила Донского. – Прим. ред.).

- Но в «Контейнере», кстати, у вас более холодный персонаж. И в сравнении с тем же Руневским из «Караморы», пожалуй, менее харизматичный.

- Ну подождите, я бы вам не нравился, если бы везде был одинаковый (смеется). Задача артиста – перевоплотиться в того или иного персонажа, а он основывается на драматургии, написанной автором. Поэтому я здесь лишь исполняю роль. Да, в «Контейнере» такой персонаж. Руневский – совершенно другой. Иван Денисович – третий. Но, действительно, у меня есть так называемая палитра злодеев, которых я обожаю. Наверное, с «Секты» я это начал с моим Берком – организатором секты. Как артист я адвокат своей роли и, как учил Станиславский, нахожу что-то хорошее в своих персонажах, пытаюсь понять их, ответить на вопрос, почему они это делают, и искренне воплощаю на экране их поступки так, чтобы у зрителя была возможность думать, решать. Например, мать скажет своему ребенку: «Вот видишь, дядя добрый, но не верь ему, он из секты» (смеется).

- А что хорошее вы нашли в Вадиме из «Контейнера»?

- Всё! (смеется). Леонид Ярмольник, друг нашей семьи, папин друг, недавно позвонил мне и сказал: «Мы с супругой Оксаной посмотрели «Контейнер», хотели две серии, а в итоге не могли остановиться и до утра смотрели весь сезон. Это великолепно, но одно жалко – таких замминистров, как твой Вадим, не бывает, очень ты хороший» (Ярмольник смеется). Так что тяжело ответить на этот вопрос. «Контейнер» – сериал про суррогатное материнство. В моем близком кругу не было таких прецедентов, но, когда мы готовились к сериалу, я читал разные истории, и знаю, что многих людей это сделало счастливыми. Ситуация, показанная в «Контейнере», скорее, исключение. Вадим Юрьевич немного не чист на руку, но это из категории «а кто безгрешен». Не хочу никого обидеть, но, наверное, такие люди есть в мире, раз это написано, и даже по сводкам МВД мы видим, что такое бывает.

- Вы пытались для создания образа Вадима найти каких-то знакомых чиновников?

- Нет, знаете, мне для ролей такое не всегда нужно. Я сейчас сижу с вами и вижу, как мимо проходят люди, что-то в них подмечаю. Таких знакомых, как Вадим Юрьевич, у меня нет, но, например, в ресторанах я постоянно вижу людей в костюмах, с галстуком, наблюдаю за ними. Я все же делаю собирательные образы. Более того – стараюсь в последующих своих персонажах не

играть тех, кого сыграл до этого. Поэтому даже методом отсева иногда получается выстроить роль. Но все равно я все через себя пропускаю – стараюсь сделать текст своим, прочувствовать персонажа, чтобы выдать эмоцию, которую зритель считает так, как мне хочется.

- А у вас есть роли, от которых бы вы отказались, несмотря на режиссера, сценарий?

- Каких-то откровенно плохих предложений я не получаю давно, хотя понимаю, что в индустрии они существуют. Я могу отказаться, если понимаю, что роль не моя. Я стараюсь быть разноплановым актером, но есть у меня, как и у любого человека, какое-то условное амплуа. Знаете, как в хоккее – есть же там правый нападающий, и левый, и центральный, и защитник, в экстремальных ситуациях их могут менять местами, но в целом у каждого свое поле работы. Так и у нас, безусловно, есть амплуа, которые мы пытаемся для развития карьеры нарушать, искать что-то новое. Но есть объективные вещи, когда я не вижу смысла перевоплощаться. Так-то я могу, наверное, любую роль сыграть, но необходимо ли это проекту? Я, например, считаю, что очень смешной – у меня дома все животы надрыдают, а в кино меня ангажируют в основном в драму-передраму, как и в театре. В несколько комедий я пробовался, но понял, что могу быть смешным, но в длинную, а есть жанры, где надо сразу быть комичным, но я не такой, и прекрасно это понимаю. И за такими ролями я даже не охочусь. Или за ролями с каким-то сложным гримом – недавно был такой опыт, и я даже думал сыграть эту роль, но началось: давай «толстинку» тебе сделаем, живот наложим. Мы попробовали, поржали. Вроде даже неплохо вышло, но какой в этом смысл?

- То есть вы в этом плане продвигаете просто здоровый смысл?

- Скорее, да. Каких-то экстремальных примеров не припомню. Хотя в фильме «Брут» по рассказу Людвика Ашкенази я играл нацистского кинолога. Он нацист поневоле, потому что занимался собаками, и его призвал рейх. Конечно, когда я надел нацистскую форму, то был немного в шоке, потому что у меня и дедушка воевал, и вообще. Но играть это же тоже надо. И учитель мой Олег Табаков играл Шелленберга, и Тихонов – Штирлица, и Броневой – Мюллера. И я отпустил свои личные переживания ради восприятия зрителя – он должен увидеть, как все это плохо. В «Бруте» – совершенно щемящая история, и только ради нее невозможно было отказаться от этой роли. Но надевая эту форму, я безусловно, испытывал дискомфорт, как, думаю, любой российский человек. Но все, конечно, зависит от режиссера, подхода, задачи. На какие-то легкомысленные вещи я не соглашаюсь. А если вижу конструктивного режиссера, который живет фильмом и может ответить на все вопросы, то соглашаюсь. В «Караморе», где я силами безумными обладаю, мой герой отрывал голову и ел мозг. Когда я это только прочитал, то был, конечно, в шоке (смеется). Но потом понял, что не это главное, и согласился – единственное, попросил бананчик мне развести в качестве «мозга», чтобы было вкусно. И мне сделали банановое месиво, добавили варенье вишневого, и я с удовольствием это съел (улыбается). Так что ролей хочется разнообразных. Мечта любого актера – хорошая драматургия и хороший режиссер. Когда спрашивают: «У какого режиссера вы хотите сниматься?» Я отвечаю: «У хорошего».

- И мы с вами выяснили, что они стали появляться.

- Слава богу, да. Сейчас вот мне еще посчастливилось сняться у Алексея Попогребского в картине «Самая большая луна». Он великолепный режиссер. Обычно, знаете, присылают сценарий и редко кто сам звонит. Глеб Панфилов звонил перед «Иваном Денисовичем», Данила Козловский и Алексей Попогребский. У последнего я спросил, можно ли сначала сценарий почитать, а он попросил встретиться до этого. И это очень интересный подход – он мне все рассказал, потом я уже прочитал сценарий и понял, что его талант над этим текстом, так он мне подробно все объяснил.

- В этом же фильме тоже речь про вампиров.

- Не совсем. Там – эмеры. Если вампиры питаются кровью, то они питаются эмоциями и собирают всю их палитру. У кого-то нет одной эмоции, у кого-то – другой, и только у меня, поскольку я главный эмер, полная палитра эмоций. Там будет много компьютерной графики, над которой еще работают, так что я очень жду этот проект.

Гороскоп на неделю

с 19 по 25 сентября

Меховые традиции

более **1000** изделий **ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА** по доступным ценам

ШУБЫ
натуральные, экомех

ПАЛЬТО
шерсть, плащевка, экокожа

ПУХОВИКИ
КУРТКИ, ЖИЛЕТЫ

НОРКА от 49 000р
ОВЧИНА от 16 000р
ЭКОМЕХ от 15 000р

ГЛОБАЛЬНАЯ РАСПРОДАЖА! СКИДКИ до 70%

22-25 сентября с 10.00 до 19.00
ДК «ЖД» г. Южно-Сахалинск ул. Вокзальная, 55

Реклама 0+, меховыетрадиции. рф. 8 800 250 42 42



Овен. На этой неделе вы будете просто гением общения. На этом фоне не будьте излишне принципиальны, чтобы не испортить себе и другим настроение. Не стоит начинать сейчас построение глобальных планов.



Весы. Вам может понадобиться помощь родственников, не стесняйтесь попросить о ней. Эта неделя будет весьма благоприятным периодом для решения наболевших вопросов и запущенных проблем.



Телец. На этой неделе не занимайтесь самокопанием, чтобы в итоге не испытывать чувства разочарования результатом. Верьте в себя. Если не вы, то кто же тогда? В четверг лучше не начинать важных разговоров.



Скорпион. На этой неделе вы почувствуете вкус к отдыху. Устройте свидание или романтическое путешествие. В середине недели, преодолевая давление обстоятельств, вы добьетесь успехов.



Близнецы. Сосредоточьтесь на новой идее или проекте, и вы сможете получить удовольствие от работы и быстро добиться намеченных целей. К вашим советам будут прислушиваться.



Стрелец. В начале недели вам будет непросто настроиться на рабочий лад, однако это необходимо. Пятница окажется одним из самых замечательных дней недели. Она таит в себе исполнение.



Рак. Не воспринимайте происходящее слишком серьезно. И это скоро пройдет. Подумайте о планах на будущее. На работе все будет благополучно, даже вероятно повышение по службе или премия.



Козерог. В первой половине недели вас может тянуть на необдуманные поступки. Постарайтесь все же избежать риска, он не оправдает ваших душевных и материальных затрат.



Лев. Дела на работе сложатся наилучшим образом. Ваши друзья и партнеры будут разделять с вами радости и огорчения. Уделите детям внимание, ведь им нужно заново привыкать к школе.



Водолей. Желательно не перенапрягаться, а предоставить возможность событиям идти своим чередом. Лучше не открываться ни с кем, даже близкие вряд ли смогут вас понять. Будут удачными поездки.



Дева. Пора забыть об ушедшем лете и полностью включиться в рабочий ритм. Во вторник не делайте поспешных выводов, особенно на основе сплетен. Вы можете быть вовлечены в служебный конфликт.



Рыбы. Неделя принесет знакомства с интересными людьми. Работы накопилось очень много, и вы, как всегда, незаменимы, поэтому с отдыхом придется немного подождать.

понедельник, 19 сентября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 17.00, 20.00 Новости 09.10 «АнтиФейк» (16+) 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.40 X/ф «Человек-амфибия» (0+) 12.10 X/ф «Человек-амфибия» (0+) 12.25 «Константин Циолковский. Космический пророк» (12+) 13.15 «Геннадий Хазанов. Без антракта» (16+) 15.05 «Игорь Кириллов. «Как молоды мы были...» (12+) 15.55 X/ф «Возвращение резидента» (12+) 17.20 X/ф «Возвращение резидента» (12+) 18.45 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Мосгаз. Дело 8: западня» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Чайки» (12+) 22.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым» (12+) 01.15 Т/с «Морозова» (16+) 03.10 Т/с «Срочно в номер!-2» (16+)	05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Лесник» (16+) 11.35 Т/с «Лесник» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 22.45 Т/с «Стая» (16+) 01.00 Т/с «Балабол» (16+) 02.45 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.20, 08.20, 09.20, 10.20, 11.20, 12.20, 13.20, 14.20, 15.20, 16.20, 17.20, 18.20, 19.20, 20.20, 21.20, 22.20, 23.20 Держи краба (12+) 07.28, 08.28, 09.28, 10.28, 11.28, 12.28, 13.28, 14.28, 15.28, 16.28, 17.28, 18.28, 19.28, 20.28, 21.28, 22.28, 23.28, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 ДВ-блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Опрос дня (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.58, 01.58, 02.58, 03.58, 04.58, 05.58, 06.58 Фан-шуй прогноз (12+) 11.50, 23.50 Сахалин в цифрах (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостя (12+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Наши в Ютуб (12+) 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Yandex всплески (12+)	06.00 Т/с «Балабол» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 02.35 Новости 11.10 «Белорусский стандарт» (12+) 11.20 Т/с «Балабол» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Слабое звено» (12+) 20.40 «Игра в кино» (12+) 21.20 «Игра в кино» (12+) 22.00 «Назад в будущее» (16+) 22.50 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Всемирные игры разума» (12+) 00.10 X/ф «Гусарская баллада» (12+) 01.50 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.50 «Культличности» (12+) 03.10 Т/с «Отрыв» (16+)	04.45 Т/с «На безымянной высоте» (16+) 06.30 Д/ф «19 сентября - День оружейника» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 11.20 Д/с «Оружие победы» (12+) 11.35 Д/с «Зафронтовые разведчики» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Т/с «Последняя встреча» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым» (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 «Между тем» (12+) 23.25 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 01.05 Т/с «Завещание ночи» (16+) 02.40 Д/ф «Легендарные самолеты. Истребители Як» (16+) 03.25 Т/с «Последняя встреча» (16+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.40 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.05 «Давай разведемся!» (16+) 11.05 «Тест на отцовство» (16+) 13.15 «Понять. Простить» (16+) 14.15 «Порча» (16+) 14.45 «Знахарка» (16+) 15.20 «Верну любимого» (16+) 15.50 Т/с «Жертва любви» (16+) 20.00 Т/с «Оборванная мелодия» (16+) 23.35 «Порча» (16+) 00.40 «Знахарка» (16+) 01.15 «Верну любимого» (16+) 01.45 «Понять. Простить» (16+) 02.40 «Тест на отцовство» (16+) 04.20 «Давай разведемся!» (16+) 05.10 «Женская консультация» (16+) 06.00 «6 кадров» (16+) 06.25 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3. Прощай, обезьяна, или Призрак опера. 1 часть» (16+) 07.15 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3. Прощай, обезьяна, или Призрак опера. 2 часть» (16+) 08.00 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3. Неоснованное применение» (16+) 08.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей-3. Исчезновение» (16+) 09.40, 10.30, 11.10, 12.05, 13.05 Т/с «Последний бой майора Пугачева» (16+) 14.30, 15.15, 16.15, 17.15, 18.10, 19.00, 19.40 Т/с «Учитель в законе. Возвращение» (16+) 20.40 Т/с «След. Заказчик» (16+) 21.35 Т/с «След. Врожденное двуличие» (16+) 22.20 Т/с «След. Мечты сбываются» (16+) 23.20 Т/с «След. Закрытый клуб» (16+) 00.10 Т/с «Свои-5. Домик ведьмы» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Каменная жатва» (16+) 02.20 Т/с «След. Надгробный гаджет» (16+) 03.00 Т/с «След. Сердце манекена» (16+) 03.40 Т/с «След. Дорогой. Любимый. Единственный.» (16+) 04.15 Т/с «Детективы. Месть старой актрисы» (16+) 04.50 Т/с «Детективы. Деревенский Маугли» (16+) 05.20 Т/с «Детективы. Бесы уха» (16+)

Женщина 40 лет познакомится с мужчиной (русским или корейцем) старше 40 лет. Для встреч.

600-969

В автокомплексе в Луговом ТРЕБУЮТСЯ

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

790-242-28-65-54

Солнце ТВ

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

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**

вторник, 20 сентября

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Мосгаз. Дело 8: западня» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Чайки» (12+) 22.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.05 Т/с «Морозова» (16+) 03.00 Т/с «Срочно в номер!-2» (16+)	05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Лесник» (16+) 11.35 Т/с «Лесник» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 22.45 Т/с «Стая» (16+) 01.00 Т/с «Балабол» (16+) 02.45 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 Наши в Ютуб (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57 Yandex всплески (12+) 07.58, 08.58, 09.58, 10.58, 11.58, 12.58, 13.58, 14.58, 15.58, 16.58, 17.58, 18.58, 19.58, 20.58, 21.58, 22.58, 23.58, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэшн-прогноз (12+) 20.22, 21.22, 22.22, 23.22 Правила здоровья (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+)	06.00 Т/с «Отрыв» (16+) 10.00 Профилактика на канале 18.00 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.30, 03.20 Новости 19.50 «Слабое звено» (12+) 20.40 «Игра в кино» (12+) 21.20 «Игра в кино» (12+) 22.00 «Назад в будущее» (16+) 22.50 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Всемирные игры разума» (12+) 00.10 Х/ф «Дети понеделника» (16+) 01.45 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.10 Х/ф «У самого синего моря» (16+) 03.35 «Специальный репортаж» (12+) 03.55 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.10 Т/с «Последняя встреча» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Т/с «Последняя встреча» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Улика из прошлого» (16+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 «Между тем» (12+) 23.25 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 00.50 Т/с «Завещание ночи» (16+) 02.20 «Живые строки войны» (12+) 02.50 Д/ф «Калашников» (16+) 03.20 Т/с «Последняя встреча» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.05 «Давай разведемся!» (16+) 11.05 «Тест на отцовство» (16+) 13.15 «Понять. Простить» (16+) 14.15 «Порча» (16+) 14.45 «Знахарка» (16+) 15.20 «Верну любимого» (16+) 15.50 Т/с «Жертва любви» (16+) 20.00 Т/с «Она, он и она» (16+) 23.50 «Порча» (16+) 00.55 «Знахарка» (16+) 01.30 «Верну любимого» (16+) 02.00 «Понять. Простить» (16+) 02.55 «Тест на отцовство» (16+) 04.35 «Давай разведемся!» (16+) 05.25 «Женская консультация» (16+) 06.15 «6 кадров» (16+) 06.45 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25, 07.10, 07.55, 08.45, 14.30, 15.25, 16.20, 17.15, 18.15, 19.00, 19.45 Т/с «Учитель в законе. Возвращение» (16+) 09.40, 10.30, 11.10, 12.10, 13.05 Т/с «Мститель» (16+) 20.40 Т/с «След. Гонцы бегемота» (16+) 21.35 Т/с «След. Мы желаем счастья вам» (16+) 22.25 Т/с «След. Человек-невидимка» (16+) 23.20 Т/с «След. Как в сказке» (16+) 00.10 Т/с «Свои-5. Угон» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Мертвая царевна» (16+) 02.20 Т/с «След. Гастро-лер на хате» (16+) 03.00 Т/с «След. Почтальон звонит трижды» (16+) 03.40 Т/с «След. Фитнес для мозга» (16+) 04.15 Т/с «Детективы. Дыхание смерти» (16+) 04.50 Т/с «Детективы. Палки в колеса» (16+) 05.20 Т/с «Детективы. Танец на краю» (16+)

В ТЦ «Океан» сдаются в аренду помещения
Ул. Ленина, 131
Т. 72-19-88

В ТЦ «Панорама» сдаются в аренду
торговые помещения от 10 кв. м и торговые павильоны
39-12-66

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

среда, 21 сентября

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Мосгаз. Дело 8: западня» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 Информационный канал (16+)	05.00 «Утро России» 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Чайки» (12+) 22.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.00 Т/с «Морозова» (16+) 02.50 Т/с «Срочно в номер!-2» (16+)	05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Лесник» (16+) 11.35 Т/с «Лесник» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 22.45 Т/с «Стая» (16+) 01.00 Д/ф «Храм святого Саввы в Белграде» (16+) 01.55 «Агентство скрытых камер» (16+) 02.55 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.22, 08.22, 09.22, 10.22, 11.22, 12.22, 13.22, 14.22, 15.22, 16.22, 17.22, 18.22, 19.22 Правила здоровья (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ-блиц (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэшн-прогноз (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостята (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Наши в Ютуб (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.35 Т/с «Балабол» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.25 Новости 11.10 Т/с «Балабол» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.50 «Слабое звено» (12+) 20.40 «Игра в кино» (12+) 21.20 «Игра в кино» (12+) 22.00 «Назад в будущее» (16+) 22.50 «Назад в будущее» (16+) 23.40 «Всемирные игры разума» (12+) 00.10 Х/ф «Тридцать три» (16+) 01.30 «Наше кино. История большой любви» (12+) 01.55 Х/ф «Старика-разбойники» (12+) 03.40 «Культурности» (12+) 04.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.05 Т/с «Последняя встреча» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Т/с «Последняя встреча» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 Д/с «Секретные материалы» (16+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 «Между тем» (12+) 23.25 Т/с «Рожденная революцией» (12+) 01.05 Т/с «Завещание ночи» (16+) 02.30 Д/ф «Звездный отряд» (16+) 02.55 Д/ф «Гагарин» (12+) 03.25 Т/с «Последняя встреча» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.30 «Давай разведемся!» (16+) 11.30 «Тест на отцовство» (16+) 13.40 «Понять. Простить» (16+) 14.40 «Порча» (16+) 15.10 «Знахарка» (16+) 15.45 «Верну любимого» (16+) 16.15 Т/с «Оборванная мелодия» (16+) 20.00 Т/с «Павлин, или Треугольник в квадрате» (16+) 23.55 «Порча» (16+) 01.00 «Знахарка» (16+) 01.35 «Верну любимого» (16+) 02.05 «Понять. Простить» (16+) 03.00 «Тест на отцовство» (16+) 04.40 «Давай разведемся!» (16+) 05.30 «Женская консультация» (16+) 06.20 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25, 07.10, 07.50, 08.45, 14.30, 15.20, 16.20, 17.15, 18.15, 19.00, 19.45 Т/с «Учитель в законе. Возвращение» (16+) 09.40, 10.30, 11.10, 12.05, 13.05 Т/с «Игра с огнем» (16+) 20.40 Т/с «След. Критический сбой» (16+) 21.35 Т/с «След. Казнить нельзя помиловать» (16+) 22.20 Т/с «След. Я боюсь сказать» (16+) 23.15 Т/с «След. Мексика» (16+) 00.10 Т/с «Свои-5. Родственники?» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Вулкан страстей» (16+) 02.20 Т/с «След. Убийца-клоун» (16+) 03.00 Т/с «След. Стиплер» (16+) 03.40 Т/с «След. Короеды» (16+) 04.15 Т/с «Детективы. Хрупкое счастье» (16+) 04.50 Т/с «Детективы. Моя семья и булочки» (16+) 05.20 Т/с «Детективы. Травма» (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

Солнце ТВ
08.00 Репортаж (16+)
08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
20.00 Репортаж (16+)
20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)
21.00 Репортаж (16+)
21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)

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 «Интервью»

ПЯТНИЦА!
06.30 «Кондитер-4» (16+)
07.40 «Кондитер-4» (16+)
08.50 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
09.50 Т/с «Комиссар Рекс» (16+)
10.50 «На ножах» (16+)
11.50 «На ножах» (16+)
13.10 «Адский шеф» (16+)
15.40 «Зовите шефа» (16+)
16.50 «На ножах» (16+)
18.00 «На ножах» (16+)
19.00 «На ножах» (16+)
20.00 «Адский шеф» (16+)
22.00 «Битва шефов-2» (16+)
00.10 «Молодые ножи» (16+)
01.10 Х/ф «Великолепная семерка» (16+)
03.30 «Пятница News» (16+)
04.00 Х/ф «Громкая связь» (16+)
05.30 «Пятница News» (16+)

суббота, 24 сентября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота» 09.00 «Умницы и умники» (12+) 09.45 «Слово пастыря» (0+) 10.00, 12.00 Новости 10.15 Памяти Сергея Бодрова. «Герой нашего времени» (16+) 11.15 «Поехали!» (12+) 12.10 «Видели видео?» (0+) 14.25 К юбилею Ольги Остроумовой. Х/ф «А зори здесь тихие...» (12+) 18.00 Вечерние новости 18.15 «Ольга Остроумова. И все отдать, и все простить...» (12+) 19.20 «Сегодня вечером» (16+) 21.00 «Время» 21.35 «Клуб веселых и находчивых» (16+) 23.35 «Мой друг Жванецкий» (12+) 00.40 «Горячий лед» 01.40 «Великие династии. Долгоруковы» (12+) 02.40 «Камера. Мотор. Страна» (16+) 04.00 «Россия от края до края» (12+)	05.00 «Утро России. Суббота» 08.00 «Вести.Сахалин-Курилы» 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.40 «Доктор Мясников» (12+) 12.45 Т/с «Свидетельство о рождении» (16+) 18.00 «Привет, Андрей!» (12+) 21.00 Х/ф «За всех в ответе» (12+) 00.50 Х/ф «Искушением» (12+) 04.10 Х/ф «Чертовое колесо» (16+)	06.00 «Спето в СССР» (12+) 06.45 Т/с «Инспектор Купер» (16+) 08.25 «Смотр» (0+) 09.00, 11.00, 17.00 «Сегодня» 09.20 «Поедем, поедим!» (0+) 10.20 «Едим дома» (0+) 11.20 «Главная дорога» (16+) 12.00 «Живая еда» (12+) 13.00 «Квартирный вопрос» (0+) 14.00 «Секрет на миллион» (16+) 16.00 «Своя игра» (0+) 17.20 «Следствие вели...» (16+) 20.00 «Центральное телевидение» 21.10 Оригинальное музыкальное «Шоу Аватар» (12+) 23.45 «Ты не поверишь!» (16+) 00.30 «Международная пилорама» (16+) 01.10 «Дачный ответ» (0+) 02.20 Т/с «Мент в законе» (16+) 03.55 Т/с «Инспектор Купер» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. Итоги (16+) 07.20, 09.20, 11.20, 13.20, 15.20, 17.20, 19.20, 21.20, 23.20, 01.20, 03.20, 05.20 Наши в Ютуб (12+) 07.25, 09.25, 11.25, 13.25, 15.25, 17.25, 19.25, 21.25, 23.25, 01.25, 03.25, 05.25 Сахалин в цифрах (12+) 07.28, 08.27, 09.28, 10.27, 11.28, 12.27, 13.28, 14.27, 15.28, 16.27, 17.28, 18.27, 19.28, 20.27, 21.28, 22.27, 23.28, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Опрос дня (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.20, 02.20, 04.20, 06.20 Держи краба (12+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.00 «Всё, как у людей» (16+) 07.15 Мультфильмы (0+) 08.05 Х/ф «Не было печали» (16+) 09.15 «Наше кино. Неувядающие» (12+) 09.40 «Исторический детектив с Николаем Валуевым» (16+) 10.10 «Слабое звено» (12+) 11.10 Х/ф «Сказка о потерянном времени» (6+) 12.35 Т/с «Отражение» (16+) 17.00, 19.30 Новости 17.15 Т/с «Отражение» (16+) 19.45 Т/с «Отражение» (16+) 00.50 Х/ф «Воры в законе» (16+) 02.20 Х/ф «Видок» (16+) 03.50 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.45 Д/ф «Военные истории любимых артистов. Зиновий Гердт и Михаил Пугачкин» (16+) 06.25 Х/ф «Дай лапу, друг!» (12+) 07.35 Х/ф «Рысь возвращается» (12+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 Х/ф «Рысь возвращается» (12+) 09.20 «Легенды науки» (12+) 10.05 «Главный день» (16+) 10.55 «Война миров» (16+) 11.40 «Не факт!» (12+) 12.10 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Легенды музыки» (12+) 13.45 «Морской бой» 14.45 Х/ф «Один шанс из тысячи» (12+) 16.25 Т/с «Вендетта порусски» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 Т/с «Вендетта порусски» (16+) 00.45 Х/ф «Родня» (12+) 02.25 Х/ф «Рысь возвращается» (12+) 03.30 Х/ф «Начальник Чукотки» (12+) 05.00 Д/ф «Легендарные самолеты. «Илья Муромец». Крылатый богатырь» (16+) 05.40 Д/с «Оружие победы» (12+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.50 Т/с «Сваты» (16+) 08.50 Д/ф «Предсказания 2.2.» (16+) 09.45 Х/ф «Ветер перемен» (16+) 11.40 Т/с «Старушки в бегах» (16+) 20.00 Т/с «Великолепный век» (16+) 00.00 Х/ф «Побочный эффект» (16+) 01.45 Т/с «Идеальная жена» (16+) 05.05 «Женская консультация» (16+)	ПЯТНИЦА! 06.00 «Черный список-2» (16+) 06.30 «Пятница News» (16+) 07.00 «Кондитер-4» (16+) 08.00 «Кондитер-4» (16+) 09.30 «Мамы Пятницы-4» (16+) 10.00 «Черный список-2» (16+) 11.00 «Гастротур-2» (16+) 12.00 «Четыре свадьбы-4» (16+) 14.00 «Четыре дачи» (16+) 15.40 «Четыре свадьбы» (16+) 16.40 «Четыре свадьбы-3» (16+) 18.20 «Четыре свадьбы-4» (16+) 20.00 «Мистер X» (16+) 21.50 «Четыре свадьбы» (16+) 23.20 «Четыре свадьбы» (16+) 00.20 Х/ф «Пятьдесят оттенков свободы» (16+) 02.20 Х/ф «Папе снова 17» (16+) 04.00 «Пятница News» (16+) 04.20 «Черный список-2» (16+) 05.30 «Пятница News» (16+)	06.00 Т/с «Такая работа. Мёртвая хватка» (16+) 06.30 Т/с «Такая работа. Комплекс бога» (16+) 07.10 Т/с «Такая работа. Защита» (16+) 07.45 Т/с «Такая работа. Царство мёртвых» (16+) 08.25 Т/с «Такая работа. Выпускной» (16+) 09.15 Т/с «Такая работа. Дым без огня» (16+) 10.00 «Светская хроника» (16+) 11.05 «Они потрясли мир. Валерия. Любовь побеждает всё» (12+) 11.50, 12.45, 13.35, 14.30, 15.20, 16.15 Т/с «Филин» (16+) 17.10 Т/с «След. Закрытый клуб» (16+) 18.05 Т/с «След. Полиграф» (16+) 18.55 Т/с «След. Зимний футбол» (16+) 19.45 Т/с «След. Врожденное двуличие» (16+) 20.30 Т/с «След. Гурии нашего района» (16+) 21.25 Т/с «След. Возвращение блудного папы» (16+) 22.20 Т/с «След. Вербка висельника» (16+) 23.15 Т/с «След. Папина дочка» (16+) 00.10 Т/с «След. Мексика» (16+) 01.00 «Известия. Главное» (16+) 01.55 Т/с «Прокурорская проверка. Кто там?» (16+) 03.00 Т/с «Прокурорская проверка. Неверный диагноз» (16+) 03.55 Т/с «Прокурорская проверка. Ловушка для беремных» (16+) 04.45 Т/с «Прокурорская проверка. Цветок ее тайны» (16+)

воскресенье, 25 сентября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
05.20 Х/ф «Ты-мне, я-тебе» (12+) 06.00, 10.00, 12.00, 15.00 Новости 06.10 Х/ф «Ты-мне, я-тебе» (12+) 07.00 «Играй, гармонь любимая!» (12+) 07.40 «Часовой» (12+) 08.15 «Здоровье» (16+) 09.20 «Непутевые заметки» (12+) 10.10 «Повара на колесах» (12+) 11.15 «Видели видео?» (0+) 12.15 «Видели видео?» (0+) 13.30 Х/ф «Конец операции «Резидент» (12+) 15.15 Х/ф «Конец операции «Резидент» (12+) 16.45 «Горячий лед» (0+) 17.35 «Две бесконечности» (16+) 18.50 «Голос 60+» (12+) 21.00 «Время» 22.35 Д/ф «Донбасс. Дорога домой» (16+) 23.45 Д/ф «Осведомленный источник в Москве» (16+) 02.15 «Горячий лед» (0+) 03.30 «Россия от края до края» (12+)	05.30 Х/ф «Любовь до востребования» (16+) 07.15 «Устами младенца» 08.00 Местное время. Воскресенье. «Вести. События недели» 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00 Вести 11.40 «Большие перемены» 12.45 Т/с «Свидетельство о рождении» (16+) 18.00 «Песни от всей души» (12+) 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.30 Х/ф «Отец» (16+) 03.00 Х/ф «Любовь до востребования» (16+)	05.30 «Центральное телевидение» (16+) 06.40 «Главный бой» (16+) 09.00, 11.00, 17.00 «Сегодня» 09.20 «У нас выигрывают!» (12+) 11.20 «Первая передача» (16+) 12.00 «Чудо техники» (12+) 13.00 «Дачный ответ» (0+) 14.00 «НашПотребНадзор» (16+) 15.00 «Однажды...» (16+) 16.00 «Своя игра» (0+) 17.20 «Следствие вели...» (16+) 19.00 «Новые русские сенсации» (16+) 20.00 Итоги недели 21.20 «Ты супер!» 00.00 «Звезды сошлись» (16+) 01.30 «Квартирник НТВ у Маргулиса» (16+) 02.50 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день. Итоги (16+) 07.20, 09.20, 11.20, 13.20, 15.20, 17.20, 19.20, 21.20, 23.20 Наши в Ютуб (12+) 07.25, 09.25, 11.25, 13.25, 15.25, 17.25, 19.25, 21.25, 23.25 Сахалин в цифрах (12+) 07.28, 08.27, 09.28, 10.27, 11.28, 12.27, 13.28, 14.27, 15.28, 16.27, 17.28, 18.27, 19.28, 20.27, 21.28, 22.27, 23.28, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостята (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Опрос дня (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.20, 02.20, 04.20, 06.20 Держи краба (12+) 00.00 Наш день (16+) 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черный Сахалин (12+) 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 ДВ-блиц (12+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.35 Х/ф «Сказка о потерянном времени» (6+) 08.55 «Слабое звено» (12+) 09.45 «Слабое звено» (12+) 10.30 «Фазендалайф» (12+) 11.00, 17.00 Новости 11.10 Х/ф «Где находится нофелет?» (12+) 12.35 Т/с «Станица» (16+) 17.15 Т/с «Станица» (16+) 19.30 «Вместе» (16+) 20.30 Т/с «Станица» (16+) 01.00 «Вместе» (16+) 02.00 Т/с «Станица» (16+) 02.20 Х/ф «Свинарка и пастух» (12+) 03.45 «Наше кино. История большой любви» (12+) 04.10 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.55 Х/ф «Тревожный вылет» (12+) 07.25 Х/ф «Один шанс из тысячи» (12+) 09.00 Новости недели с Юрием Подкопаявым (16+) 09.25 «Служу России» (12+) 09.55 «Военная приемка» (12+) 10.45 «Скрытые угрозы» (16+) 11.30 «Код доступа» (12+) 12.20 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+) 13.05 «Специальный репортаж» (16+) 14.25 Д/с «Крылья армии. История военной-транспортной авиации» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+) 19.45 Д/с «Легенды советского сыска» (16+) 23.00 «Фетисов» (12+) 23.45 Т/с «Инкассаторы» (16+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.50 Т/с «Сваты» (16+) 08.50 Д/ф «Предсказания 2.2.» (16+) 09.45 Х/ф «Побочный эффект» (16+) 11.35 Т/с «Слабое звено» (16+) 15.40 Т/с «Роковая ошибка» (16+) 19.45 «Пять ужинов» (16+) 20.00 Т/с «Великолепный век» (16+) 00.15 Х/ф «Ветер перемен» (16+) 02.00 Т/с «Искушение» (16+) 05.15 «Женская консультация» (16+)	ПЯТНИЦА! 06.00 «Черный список» (16+) 07.00 «Пятница News» (16+) 07.20 «Кондитер-4» (16+) 08.10 «Кондитер-3» (16+) 09.30 «Мамы Пятницы-4» (16+) 10.00 «Черный список-2» (16+) 11.10 «Зовите шефа» (16+) 12.00 «Зовите шефа» (16+) 12.40 «На ножках» (16+) 13.50 «На ножках» (16+) 14.50 «На ножках» (16+) 15.50 «На ножках» (16+) 16.50 «На ножках» (16+) 18.00 «На ножках» (16+) 19.00 «На ножках» (16+) 20.00 «Битва шефов-2» (16+) 22.10 «Адский шеф» (16+) 00.10 Х/ф «За гранью реальности» (16+) 02.20 Х/ф «Кровный отец» (16+) 03.40 «Пятница News» (16+) 04.10 «Черный список-2» (16+) 05.20 «Пятница News» (16+)	06.00 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. У каждого в шкафу свой скелет. 1 часть» (16+) 06.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. У каждого в шкафу свой скелет. 2 часть» (16+) 07.25 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. Королева бензопилонок» (16+) 08.15 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. На улице Марата. 1 часть» (16+) 09.15 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. На улице Марата. 2 часть» (16+) 10.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Время ведьмы» (16+) 11.05 Т/с «Крепкие орешки-2. Телохранитель» (16+) 11.50 Т/с «Крепкие орешки-2. Грязные танцы» (16+) 12.40 Т/с «Крепкие орешки-2. Особь» (16+) 13.35 Т/с «Крепкие орешки-2. Джокер» (16+) 14.25 Т/с «Крепкие орешки-2. Алиса» (16+) 15.15 Т/с «Крепкие орешки-2. Трудная мишень» (16+) 16.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Парфюмер» (16+) 17.00 Т/с «Крепкие орешки-2. Белле» (16+) 17.45 Т/с «Крепкие орешки-2. Золушка» (16+) 18.40 Т/с «След. Мы желаем счастья вам» (16+) 19.35 Т/с «След. Партнеры» (16+) 20.30 Т/с «След. Грибная королева» (16+) 21.20 Т/с «След. Письма мертвца» (16+) 22.15 Т/с «След. Отмени меня» (16+) 23.10 Т/с «След. Ревизор» (16+) 23.55 Т/с «След. Зов оонги» (16+) 00.40 Т/с «След. Среди камней» (16+) 01.30 Т/с «След. Долг платежом красен» (16+) 02.15 Т/с «След. Заказчик» (16+) 03.00 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. Лобовая атака. 1 часть» (16+) 03.40 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. Лобовая атака. 2 часть» (16+) 04.20 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. Пятая власть» (16+) 05.10 Т/с «Улицы разбитых фонарей-4. Мягкий приговор» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49 16 31

Утерянный аттестат на имя Башкина Кирилла Анатольевича, 65 АБ/0001600, выданный 26.06.2010 СОШ № 2 г. Шахтерска, считать недействительным.

Солнце ТВ

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

УСЛУГИ СПЕЦТЕХНИКИ

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

ПОМОЖЕМ С ПЕРЕЕЗДОМ
Автофургон (2 т) + грузчики

Т. 27-41-69

РОССИЯ 24

16.00 «Дальний Восток»

Польза и вред фиников

Финики считаются главной плодовой культурой Ближнего Востока и Северной Африки. С давних пор финиковая пальма кормила, лечила и обеспечивала благосостояние целых регионов. При этом активно использовались все части растения. А плоды и сейчас считаются эффективным средством при проблемах с пищеварением и репродуктивной функцией, используются для нормализации работы нервной и сердечно-сосудистой систем.

[EDAPLUS.INFO]

Полезные свойства

Свежие финики содержат в 100 г:

- калории - 282 ккал;
- белки - 2,45 г;
- жиры - 0,39 г;
- углеводы - 75,03 г;
- вода - 20,53 г;
- зола - 1,6 г.

Финик в популярной литературе нередко называют «хлебом пустыни», отмечая его сбалансированный состав, в который включается комплекс большинства витаминов и минералов, необходимых человеку для жизни. Восточные легенды рассказывают о том, как люди без особого вреда для здоровья годами питались только финиками и водой. Подобная оценка финика во многом мифологизирована, но в целом плоды финиковой пальмы действительно сочетают целый ряд микро- и макроэлементов, среди которых сравнительно высокой концентрацией выделяются медь – примерно 25-30% суточной потребности человека, калий – 20-25%, магний – 10-15%.

Остальных минералов в финиках всё-таки не настолько много, чтобы питаться только этими плодами, не испытывая дефицита: цинка – около 2% суточной потребности, кальция – около 4%, фосфора 5-6%, железа – 7-10%.

Нельзя сказать, что и по витаминам финики полностью закрывают потребности человека. Витаминов В6 и В3 (РР) в 100 г продукта (без косточки) содержится 8-15% и 7-8% суточной потребности соответственно (остальных – меньше). Хотя следует учесть, что в течение дня голодный человек может съесть всё-таки довольно много фиников – значительно больше 100 граммов, поскольку один плод без косточки весит от 5 до 15 граммов. Однако чрезмерное употребление тоже чревато последствиями.

Финик – очень сахарный продукт с 60-65% долей сахара на единицу веса. В свежих плодах эта доля немного меньше, но исключительно за счёт увеличения воды. Такая «сахарность» зачастую связывается с высоким гликемическим индексом продукта, но в случае с фиником это не совсем так.

На сайте Гарвардской медицинской школы приведена таблица гликемических индексов различных фруктов, где в строке финика (свежего) указано значение 42 ± 4 . Это примерно столько же, сколько у апельсина, персика и яблочного сока, но на 20% меньше, чем у банана, манго и апельсинового сока, на 40% меньше, чем у ананаса, на 80% – чем у арбуза. На первый взгляд этот индекс всё равно может показаться довольно высоким, но если сравнивать с другими продуктами питания, то сырые финики по этому показателю сходны с отварной морковью и овощным супом. В целом гликемический индекс финика, согласно этой таблице, считается средним (ближе к низкому), что объясняется высокой долей низкогликемической фруктозы среди других сахаров. Но большое количество фруктозы (как и других сахаров) в пище может существенно вредить здоровью, с чем и связана значительная часть противопоказаний при включении фиников в повседневный рацион.

Состав финика дополнен полезной клетчаткой. Но и здесь надо учитывать, что показатели количества клетчатки, витамина С, β-каротина, дубильных веществ и десятка самых важных в питательном отношении минералов наиболее высокие на ранних стадиях развития плодов и уменьшались во время созревания.

Кроме перечисленных составляющих, в



плодах финиковой пальмы определены аминокислоты (23 вида), флавоноидные гликозиды лютеолин, кверцетин, апигенин в разных формах, гликозиды диосметина, которые рассматриваются как возможный компонент лекарства от диабета.

Лечебные свойства

Финик пальчатый в арабских странах уже давно составляет часть основного рациона. В литературе описывается множество фармакологических свойств растения. Согласно этим данным, финиковые плоды, косточки, листья, кора и пыльца обладают противораковыми, антиоксидантными, гепатопротекторными, противодиабетическими, гипотензивными, противовоспалительными, антипролиферативными, антимутагенными, противодиарейными, антибактериальными, противогрибковыми свойствами. Помимо этого, финики способны повышать уровень эстрогена, тестостерона, эритроцитов, гемоглобина, ретикулоцитов и количество тромбоцитов. Эти фрукты могут устранить гемотоксичность, вызванную свинцом, побочные эффекты метилпреднизолона, мужское и женское бесплодие. Также они обладают церебропротекторным, нейропротекторным и кроветворным действием.

Органы пищеварения. И свежие, и сушёные плоды финиковой пальмы известны своей способностью устранять запоры и улучшать работу органов ЖКТ. Это сопровождается активизацией процесса дефекации (увеличиваются и частота, и количество) с параллельным снижением концентрации аммиака в стуле. Поскольку генотоксичные вещества обладают мутагенным и канцерогенным потенциалом, нанося вред клеточному генетическому материалу, снижение генотоксичности приводит к снижению риска рака толстой кишки.

В экспериментах на животных это было подтверждено и показано, что пальмовый сок и особенно водный экстракт финиковой мякоти (в зависимости от дозы) оказывают стимулирующее действие на деятельность ЖКТ. При этом некоторые исследования демонстрируют, что финики не всегда действуют исключительно стимулирующе на органы пищеварения. Желудочно-кишечный транзит может как увеличиваться, так и уменьшаться в зависимости от метода экстракции плодов.

Несколько лабораторных экспериментов показали, что водный и этанольный экстракты финиковых фруктов и, в меньшей степени, финиковых косточек, были эффективны в облегчении тяжести язвы желудка и смягчении вызванного этанолом увеличения концентраций гистамина и гастрина, а также снижения уровня муцина в желудке.

Сосуды и сердце. Экстракт фиников, подавляя окислительные, воспалительные и апоптотические молекулы, облегчает первичные заболевания сердечной мышцы. Результат был получен в эксперименте на животных, но иссле-

дователи считают, что у финикового экстракта большой потенциал в отношении повреждения миокарда человека.

Международная группа учёных, комбинируя различные растительные ингредиенты, хорошо зарекомендовавшие себя в народной медицине, пришла к выводу, что потребление фиников и семян фиников вместе с гранатом оказывает наиболее благоприятное антиатерогенное действие на сыворотку и макрофаги мышей. Особый эффект предотвращения развития сердечно-сосудистых заболеваний связывают с уникальной и разнообразной структурой компонентов, благодаря которым резко уменьшился окислительный стресс макрофагов – клеток, поглощающих вредные и чужеродные вещества, снизилось содержание холестерина в сыворотке и перекиси липидов.

Фракции фенольных кислот и флавонолов плодов финика исследовали *in vitro* («в пробирке»), изучая их антиоксидантные свойства и способность этих фракций обеспечивать защиту сердца и сосудов, препятствовать образованию холестериновых и атеросклеротических бляшек (антиатерогенные свойства). Фракции флавонолов, в отличие от фракций фенольных кислот, продемонстрировали выраженную способность восстанавливать антиоксидантное действие железа, способность улавливать свободные радикалы и подавлять окисление липопротеинов низкой плотности («плохого» холестерина).

Финик отличается достаточно большим содержанием калия при низком содержании натрия, что делает его отличной пищей для гипертоников. Кроме того, магний в составе может усиливать действие лекарств против гипертонии.

Мозг и нервная система. Поскольку окислительный стресс может играть ключевую роль в невропатологии болезни Альцгеймера учёные попробовали воздействовать на этот фактор длительным приёмом пищевых добавок из плодов финиковой пальмы. К сожалению, и в этом случае все результаты были получены пока только на модели животных. Но в заданных условиях тем не менее финиковые добавки помогли восстановить активность антиоксидантов и мембраносвязанных ферментов и снизить окислительный стресс. Также экстракты плодов смогли защитить нервную систему от осложнений, возникающих при сахарном диабете.

Различные сорта фиников (но особенно сорт Аджва) продемонстрировали способность снижать чувство боли, восстанавливать работоспособность нервных клеток при расстройствах центральной нервной системы. Наблюдаемая нейрофармакологическая и анальгетическая активность частично объясняется наличием трёх важных растительных полифенолов (катехина, эпикатехина и трансферуловой кислоты), которые известны своей нейропротекторной активностью и способностью оказывать антиоксидантное действие на клетки мозга.

Однако, судя по экспериментам на лабораторных мышках, не любую боль можно эффективно

унять с помощью финиковых препаратов. Так, результаты исследования иранских учёных, применявших водно-спиртовые экстракты финиковой пальмы, показали, что финиковое средство способно выявлять значительный обезболивающий эффект при хронической боли, но обезболивающего действия при острой боли оно практически не демонстрировало.

Репродуктивная функция. Влияние экспериментальных пальмовых препаратов на сперматозоиды и предшествующие им сперматогониальные стволовые клетки изучалось сразу в нескольких работах. Среди них особое внимание обращают на себя те исследования, которые проводились с участием людей-добровольцев.

В частности, в эксперименте, где изучалось влияние пальмовой пыльцы на параметры спермы бесплодных мужчин учёные пришли к выводу, что порошок пыльцы в количестве 120 мг / кг, принимаемый в капсулах в течение 2-х месяцев, увеличил количество и качество сперматозоидов – их подвижность и морфологию. Учёные даже предположили, что таким способом можно излечить мужское бесплодие. Хотя число добровольцев, принявших участие в эксперименте, было сравнительно небольшим – всего 40 человек.

Предполагается, что сперматозоиды можно защитить от повреждений, вызванных окислительным стрессом, путем насыщения их антиоксидантами, присутствующими в пальмовой пыльце. Фенольные соединения пыльцы, благодаря полифенолам, влияют сразу на несколько факторов, устраняя гидроксильные свободные радикалы и защищая сперматозоиды от повреждений.

Кроме того, в 80%-й метанольной фракции мужских цветков финиковой пальмы обнаружены стероидные сапонины (21 шт.) Эти сложные соединения гликозидов показали значительное улучшение количества, подвижности и жизнеспособности сперматозоидов у самцов крыс. Эти эффекты учёные связали с повышением уровня половых гормонов.

В ряде лабораторных экспериментов было показано, что экстракт финиковой пыльцы тоже увеличивает подвижность сперматозоидов, а также способен защищать тестикулярный аппарат от разрушительного воздействия никотина и гормонов щитовидной железы.

Помимо перечисленного выше, различные финиковые экстракты потенциально могут быть использованы и в других направлениях терапевтической практики.

Защита печени от повреждений. Плоды финиковой пальмы показали свою эффективность в предотвращении гепатотоксичности, вызванной окислительным стрессом у животных: водные экстракты – в защите от негативного влияния трихлоруксусной кислоты (образующейся в процессе хлорирования питьевой воды), а экстракты семян – от действия тетрахлорида углерода.

Иммуностимулирующее воздействие.



Соответствующие эффекты фиников были зафиксированы при проверке ряда растений на предмет иммуностимулирующей активности с использованием индекса миграции макрофагов в качестве параметра активации макрофагов и клеточно-опосредованного иммунитета и некоторых других параметров.

Противогрибковые свойства. Финиковые экстракты не всех сортов пальмы в равной степени способны подавлять грибки, но у некоторых сортов (например, «Бент-Черк») эта способность в эксперименте была ярко выражена.

Противоаллергическая активность. Мыши, получавшие горячий водный экстракт созревших плодов финиковой пальмы гораздо реже чихали и страдали от реакции слизистой на аллерген, чем мыши из контрольной группы.

В медицине

В современной европейской медицине составляющие финиковой пальмы в качестве лекарственного средства не используются. В медицине арабских стран плоды могут становиться частью восстанавливающего диетического питания, назначаемого после родов, перенесённых болезней, травм. Кроме того, практикуется назначение представителями официальной медицины и традиционных народных рецептов. Впрочем, некоторые растительные пальмовые составляющие, которые зарекомендовали себя как целебные средства, можно сегодня купить и у нас в стране.

Пыльца пальмы. Пыльцу (экстракт) мужских пальмовых деревьев в форме белого порошка или капсул производители рекомендуют для лечения импотенции, мужского и женского бесплодия, различного рода психических расстройств, депрессии, нарушений работы ЖКТ.

Экстракт плодов. Продаётся, как правило, в виде расфасованного тёмно-коричневого порошка. Производители отмечают его иммуномодулирующее и противовоспалительное действие, рекомендуют использовать экстракт в косметических средствах для восстановления эластичности и упругости кожи.

Комплексные препараты. Экстракты пальмовых плодов иногда соединяют с другими целебными растительными ингредиентами: маслом тыквенных семечек, экстрактом пажитника, чеснока, тысячелистника, брокколи и т. д. Лечебные свойства таких сборов обычно описываются как сумма свойств отдельных составляющих.

В народной медицине

Поскольку естественная среда обитания финиковой пальмы – территории стран Ближнего Востока, Северной Африки, Пакистана, Индии, именно в этих регионах формировались принципы и варианты применения разных частей растения в народной медицине.

Масштабный этнофармакологический анализ, посвящённый традициям врачевания с использованием финиковой пальмы на континенте показал, что на территории 35 стран

Африки это было очень распространённой практикой. Причём в ход шли более 20 разных частей растения, хотя в основном, всё-таки плоды, масло, корни, семена и листья. Исследователи насчитали более 700 медицинских применений растения в 25 направлениях народной медицины, но основная масса касалась борьбы с наиболее распространёнными инфекциями и расстройствами пищеварительной системы. Причём, в отличие от европейской практики применения лечебных сборов, части финиковой пальмы с другими растениями смешивались редко, а если иногда смеси и готовились, то – чаще с продуктами животного происхождения. В арабских странах, впрочем, нередко применяли и травяные сборы.

Аналогичные этнофармакологические исследования растений, используемых в традиционной медицине, проводились и в других арабских и африканских странах. Результаты говорят о том, что финики везде применяются сразу в нескольких областях медицины, но есть и более выраженные для того или иного региона направления:

- в Египте существует множество народных рецептов применения финиковых составляющих при язве желудка у людей. Семена финиковой пальмы включены в народные средства для лечения диабета, заболеваний печени и желудочно-кишечных расстройств;

- в традиционной персидской медицине финиковая повязка используется в качестве анальгетика;

- в Тунисе по-разному приготовленные плоды применяются для лечения запоров;

- в Марокко финиками с давних пор лечили гипертонию и сахарный диабет. Причём таких растений, которые можно использовать для лечения сразу двух этих заболеваний, оказалось сравнительно немного;

- в традиционной индийской медицине иммуностимулирующая активность сухих фруктов и растительного сырья используется для восстановления матерей после рождения ребенка и инвалидов.

Но такая региональная специфичность возникла только в определённые исторические периоды и с расширением культурных границ исчезала. Поэтому можно сказать, что практически везде, где росла финиковая пальма, её плоды широко использовались в качестве лекарства для лечения желудочных и кишечных расстройств и патологий, лихорадки, отеков, бронхита, для заживления ран и кожных заболеваний, восстановления детородной функции у мужчин и женщин, для снятия психологического напряжения.

Назначение и рецепты народных средств могли в разных регионах различаться. Так, комбинацией фиников и парного молока в одних культурах лечили (и лечат до сих пор) заболевания дыхательных путей, а в других – восстанавливали мужскую потенцию. В частности, считалось, что если вымочить в течение

ночи финики в молоке и добавить к ним корицу, то съевший их мужчина вернёт себе «мужскую силу». Правда, существовала опасность, что такое сочетание может одновременно спровоцировать и нарушение работы ЖКТ.

Использовали в традиционной медицине и отвары разных частей растения. Отвар плодов с пажитником должен был способствовать выведению камней из мочевого пузыря и почек, а с рисом – восстановить силы, насытить, вернуть упитанность телу.

Отвар семян тоже применялся для выведения камней. Но, кроме отвара, применялись пережжённые в золу семена, которыми натрали язвы, раны и лечили поражения глаз.

В восточной медицине

В традиционной китайской медицине плоды финиковой пальмы как лекарственное средство были практически полностью вытеснены плодами другого растения, которые в простонародье тоже называют фиником. «Китайский финик» мельче «классического» и краснее. Он тоже очень вкусный и тоже очень полезный (до такой степени, что в некоторых рейтингах входит в «пятерку» самых используемых растений китайской медицины). Однако к *Phoenix dactylifera* (Финику пальчатому) он никакого отношения не имеет. Научное название этого растения – *Зизифус настоящий*, или Ююба китайская.

Тем не менее на юго-западе Китая и в некоторых странах Юго-Восточной Азии растут и другие виды финиковой пальмы – например, карликовый Финик Робелена (*Phoenix goebelenii*), но он в первую очередь используется как декоративное, а не как лекарственное растение.

Для похудения

Использовать сладкие финики в похудении – практика спорная, но она находит своих сторонников.

В 100 г фиников содержится 280-300 ккал. При среднем весе мякоти одного плода порядка 10 г можно легко посчитать, что всего с одним съеденным фруктом поступает около 30 ккал. Такое количество кажется диетическим, но, в первую очередь, одним фиником, как правило, никто не ограничивается, а во-вторых, основная масса этих калорий обеспечивается сахарами.

Свыше 60% массы даже свежего финика приходится на сахара, причём у большинства сортов преобладающим сахаром считается фруктоза (в некоторых сортах обнаружен и сопоставим высокий процент глюкозы). В условиях ограничения поступления энергии фруктозосодержащие продукты могут оказать спасительными. Однако при ежедневном полноценном питании употребление фруктозы в составе фиников, скорее всего, приведёт к быстрому появлению и накоплению жира в области брюшной полости. Фруктоза просто будет транспортироваться в печень и пере-

рабатываться там в жир. Расходоваться она будет, только если нет другой пищи.

Таким образом, в диете, направленной на избавления от «жировых» килограммов, финики лучше есть отдельно от основного приёма пищи или, в крайнем случае, в сочетании с полезными жирами и белками: орехами, авокадо, кисломолочными продуктами, несладкими овощами. Съеденный в качестве перекуса финик способен дать энергию и отвлечь от чувства голода. Но и в этом случае количество этих фруктов лучше ограничивать двумя-тремя штуками в день.

В косметологии

Со времён Древнего Египта финиковые плоды использовались как средства для заживления повреждений кожных покровов и снятия воспаления. Современные исследования подтверждают противовоспалительные свойства сока фруктов, который, как считают учёные, ускоряет пролиферацию клеток и способствует более быстрому заживлению тканей. Химический анализ показал высокую общую антиоксидантную способность сока и его активность по улавливанию свободных радикалов.

Косметологи противовоспалительные свойства сока и масла финиковых семян используют для приготовления различных косметических средств. Кремы, сыворотки, лосьоны, шампуни и кондиционеры с экстрактами плодов финика сегодня легко найти в продаже, причём этот ингредиент применяется многими производителями как доступной, так и элитной косметики.

Такая привлекательность фиников объясняется наличием в составе экстракта «пятерки» биологически активных веществ, которые защищают кожу, подтягивают её, делают более упругой, эластичной и «живой»: фитостеролов, изофлавонов, урсоловой кислоты, бета-каротина, форм витамина Е (токоферола, токотриенола).

В домашних условиях из фиников делают многокомпонентные увлажняющие маски для лица, которые придают коже шелковистость. Рецептов финиковых масок много, но в качестве примера можно привести следующий: мякоть 6 фиников с удалённой косточкой перемалывается в кашу и смешивается с 20-25 мл оливкового масла до однородности, после чего масса наносится на лицо на 15-20 минут.

Опасные свойства

Представители древней арабской медицины считали, что плоды фиников могут навредить людям, живущим на территориях, где финиковые пальмы не растут. То есть в зоне риска оказывались все европейцы. Считалось, что из-за поедания незнакомых плодов у таких людей может патологически увеличиваться количество чёрной желчи, закупориваться печёночные каналы, возникать лихорадка, головная и зубная боли.

Современная медицина подобные опасения не разделяет, однако приветствует ограничения в употреблении финиковых плодов (до 8-10 шт. в день для здорового человека), связывая это с высоким содержанием сахаров (главным образом, фруктозы) в составе фрукта. Злоупотребление финиками, которыми дополняют полноценный рацион, потенциально может угрожать появлением жирового гепатоза, диабета, атеросклероза, гипертонии, слабоумия и других болезней. В краткосрочной перспективе избыток фруктозы может вызвать вздутие и боли в животе.

На финики также может возникать аллергия (хотя явление это считается довольно редким). В группе риска те люди, у которых аллергическая реакция развивается на гистамин, присутствующий в ряде сухофруктов и кисломолочных продуктов.

Ещё одним потенциальным источником опасности могут стать сульфиты, с помощью которых продлевают сроки хранения фруктов. Этим веществам финики обязаны характерному блеску на кожице плодов. Но эти же вещества могут спровоцировать и расстройство функций органов ЖКТ.

Сахалинец украл 10 велосипедов

С июня 2022 года в дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинска стали поступать заявления о хищениях велосипедов. Как правило, неизвестный проникал в подъезды жилых домов и похищал велосипеды с лестничных площадок.

Сотрудники уголовного розыска провели оперативно-разыскные мероприятия, в ходе которых изобличили подозреваемого: неоднократно судимого 52-летнего мужчину. Установлена его причастность



к более 10 фактам хищения велосипедов, в том числе обобщенных противоправных действий. Общая сумма

материального ущерба - свыше 300 тысяч рублей.

Сотрудниками полиции была установлена точка сбыта украденного. Несколько первых велосипедов, похищенных указанным правонарушителем, удалось изъять. После чего фигурант сменил схему: продавал транспорт случайным прохожим. Два велосипеда изъяты у этой категории приобретателей.

На данный момент продолжаются следственные действия в рамках расследования преступления, предусмотренных ст. 158 УК РФ – кража.

Сбыт наркотиков

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 30-летней местной жительницы, обвиняемой в незаконном сбыте наркотических средств.

Установлено, что в начале июня обвиняемая, используя сотовый телефон, посредством сети Интернет осуществила у неустановленного лица, уголовное дело в отношении которого выделено в отдельное производство, заказ синтетического наркотика и произвела его оплату через электронный кошелек. Позже она получила анонимное сообщение с указанием местонахождения наркотического средства.

Забрав его гражданка вернулась в квартиру, где расфасовала запрещенное к обороту вещество в два бумажных свертка, обмотанные изоляционной лентой синего цвета.

Затем обвиняемая решила незаконно сбыть наркотическое средство своему знакомому и назначила ему встречу в районе улицы Сахалинской.

Находясь в автомобиле последнего, злоумышленница в обмен на мобильный телефон передала ему сверток с наркотиком.

При проведении оперативно-разыскных мероприятий данный мужчина был задержан сотрудниками полиции. В ходе личного осмотра гражданина в заднем левом кармане его джинсов был обнаружен и изъят сверток с веществом, являющимся - согласно заключению эксперта - смесью, содержащей в своем составе α-PVP, производное наркотического средства N-метилэфедрон. При последующем разбирательстве оперативники вышли на след обвиняемой и задержали ее.

Своими умышленными действиями обвиняемая совершила преступление, предусмотренное ч. 1 ст. 228.1 УК РФ - незаконный сбыт наркотических средств. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Задержаны браконьеры

Отделом дознания ОМВД России по Корсаковскому городскому округу возбуждено уголовное дело по признакам состава преступления, предусмотренного ч. 3 ст. 256 УК РФ – незаконная добыча (вылов) водных биологических ресурсов, совершенная группой лиц по предварительному сговору. В данном деянии подозреваются двое граждан 1989 и 1987 годов рождения.

Установлено, что 28 августа фигуранты в акватории реки Размолковки, в 439 метрах от места впадения данной реки в реку Долинку Корсаковского района, действуя в нарушение Правил рыболовства для Дальневосточного рыбохозяйственного бассейна, утвержденных Министерством сельского хозяйства РФ от 23.05.2019 № 267, при помощи тройника, способом багрения умышленно осуществили незаконную добычу рыбы. Из неё они заготовили почти 4 килограмма икры лососёвого вида

рыб (горбуши), причинив тем самым водно-биологическим ресурсам Российской Федерации, согласно Такс, утверждённых постановлением правительства РФ № 1321 от 03.11.2018, крупный ущерб в сумме более 111 тысяч рублей.

Указанные граждане написали явки с повинной. Расследование продолжается.

Ненадежная знакомая

В августе в отдел МВД России по Холмскому городскому округу поступило заявление от 38-летнего местного жителя о том, что с его банковского счета произошло списание денежных средств в сумме 15 тысяч рублей.

Сотрудники полиции установили, что в период времени с 24 до 26 августа заявитель передал своей знакомой для сохранности ключи от квартиры и банковскую карту.

Гражданка, воспользовавшись ситуацией, рассчиталась с помощью чужой кредитки за покупки в различных торговых точках города Холмска, тем самым похитив денежные средства.

Такой поступок содержит в себе признаки уголовно наказуемого деяния и квалифицируется как кража, совершенная с банковского счета, а равно в отношении электронных денежных средств, за что Уголовным кодексом предусмотрена ответственность. Данное противоправное деяние относится к категории тяжких преступлений.

Возбуждено уголовное дело. Ведётся следствие.

Обчистил гараж

21 августа в УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило заявление от 41-летнего местного жителя. Мужчина сообщил, что кто-то, отжав ворота, проник в гараж в селе Санаторном, откуда похитил доски, примерно 3 куба. Сумма ущерба составила 45 тысяч рублей.

В ходе проведения оперативно-разыскных мероприятий сотрудники уголовного розыска получили информацию о возможной причастности к содеянному 21-летнего молодого человека, проживающего в данном селе.

В ходе проверки поступивших сведений информация подтвердилась. Установлено, что юноша прогуливался и заметил в гараже указанное имущество. Выждав подходящий момент, он совершил кражу. Затем отвёз похищенное в укромное место, где оно хранилось до обнаружения и изъятия полицейскими. Фигурант планировал часть похищенного продать, а что-то использовать в личных нуждах.

Возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного п. «в» ч. 2 ст. 158 УК РФ – кража, совершенная с причинением значительного ущерба гражданину. Ведётся следствие. В отношении подозреваемого, ранее не привлекавшегося к уголовной ответственности, избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Семь краж из дачных домиков

Полицейские отдела МВД России по Корсаковскому городскому округу изобличили 37-летнего уроженца села Некрасовка в совершении семи фактов хищения имущества с дачных участков, расположенных в селах 1, 2 и 3 Пади, которые были совершены с начала мая до середины августа.

Установлено, что фигурант в этот период времени проникал различными способами в домики, в том числе путём разбития и выставления стёкол, вскрытия запирающих устройств на входных дверях и прочее.

Его основной целью хищения были продукты питания, но нередко гражданин похищал другое ценное имущество, которое продавал, а вырученные деньги тратил на личные нужды. В числе похищенного различные строительные инструменты, а также сноуборд и ботинки для «доски», которые он выбросил за ненадобностью. Предварительная сумма ущерба - около 100 тысяч рублей.

В настоящее время осуществляются оперативно-разыскные мероприятия, направленные на установление местонахождения похищенного имущества.

По ходатайству следствия в отношении гражданина судом избрана мера пресечения в виде заключения под стражу. Ведётся следствие.

Кража денег

В ходе проведенных оперативно-разыскных мероприятий сотрудниками уголовного розыска ОМВД России по Поронайскому городскому округу была получена информация о том, что 19 августа из квартиры дома по улице Совхозной города Поронайска были похищены денежные средства.

Полицейские изобличили подозреваемого и установили обстоятельства преступления.

Установлено, что в ночь с 18 на 19 августа 2022 года потерпевший пригласил в гости известных ему людей, которые привели с собой знакомцев. Так компания в составе пяти человек употребляла алкогольные напитки.

Спустя время подозреваемый увидел, что хозяин лежит на полу, при этом за ними никто не наблюдает. Тогда молодой человек решил, что это подходящий момент, чтобы вытащить у него из заднего кармана брюк денежные средства. Фигурант знал, что у потерпевшего они имеются, поскольку их общий знакомый сказал ему, что накануне они получили заработную плату. Как только злоумышленник реализовал задуманное, то покинул квартиру.

Возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного п. «г, в» ч. 2 ст. 158 УК РФ. Ведётся следствие. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД РФ по Сахалинской области

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

АРТ-ГРАНИТ
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК
 Гранит - от 18 000 руб.
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.
 • Рассрочка платежа
 • Гарантия
 • Бесплатное хранение
 Полный комплекс услуг: столики - лавочки - вазы - облицовочная гранитная плитка. Художественные работы ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ - фото на керамике. Благоустройство захоронений.
Тел. 500-639
 Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.
 Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.
 • Бетонирование • Отсыпка • Плитка гранит и керамогранит
 • Ограды гранитные • Комплексы любой сложности

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

ПАМЯТНИКИ из природного камня от 12 000 руб.
 • Изготовление, установка
 • Художественные работы любой сложности
 • Благоустройство мест захоронений
 Вазы, столы, лавочки из гранита
 Обработка портретов средством «Антидождь»
 Скидки участникам ВОВ
 Рассрочка платежа до 18 месяцев
 Наш адрес: ул. Колодезная, 8
 тел.: 77-08-16, 8-914-090-21-58

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

ТМ
Отдел рекламы
49-16-31



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Соте из овощей

Ингредиенты: баклажан - 300 г, кабачок - 300 г, перец сладкий - 200 г, морковь - 2 шт., помидоры - 2 шт., лук - 1 шт., чеснок - 4 зуб., соль - по вкусу, масло растительное - 60-80 г.

Приготовление: баклажаны промыть, очистить от кожицы, нарезать кружочками толщиной 5-7 мм. Посолить (2 ч. ложки соли) и оставить на 10-15 минут для удаления горечи. Затем промыть, обсушить.

Разогреть сковороду, налить растительное масло. Выложить баклажаны в горячее масло (в один слой) и обжарить с обеих сторон, на среднем огне. Если сразу на сковороду все баклажаны не помещаются, жарить их порциями. Молодые кабачки вымыть и очистить от кожицы. Крупные кабачки вымыть, очистить от кожицы и удалить семена. Затем кабачки нарезать кружочками или ломтиками толщиной 5-7 мм, посыпать солью и сразу можно жарить.

При необходимости долить на сковороду растительное масло. Кабачки обжарить с обеих сторон (по 2-3 минуты с каждой) на среднем огне. Так же при необходимости можно жарить кабачки порциями, доливая по 0,5 ст. ложки масла. Перец вымыть, удалить семенную часть, нарезать кружочками. При необходимости долить на сковороду растительное масло. Перец пожарить с обеих сторон до золотистого цвета на среднем огне. Также можно



жарить порциями. Морковь очистить от кожуры, помыть и нарезать тонко кружочками. При необходимости долить на сковороду растительное масло. Морковь обжарить, помешивая, на среднем огне 1-2 минуты.

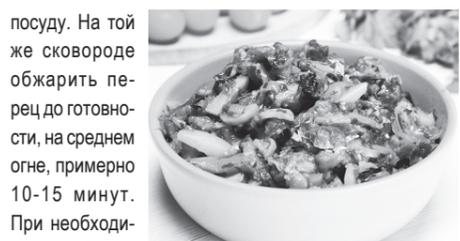
Помидоры вымыть, нарезать поперек кружочками толщиной 0,5-0,7 мм, посолить. Помидоры также обжарить с обеих сторон. Лук очистить, помыть и мелко нарезать. Если нужно, снова долить на сковороду 1 ст. ложку масла. Лук слегка обжарить, помешивая (1-2 минуты). Чеснок очистить и мелко измельчить. Подготовленные овощи аккуратно смешать в миске, посыпать измельченным чесноком и переложить в казанок. Если есть необходимость, можно досолить. Довести овощи до кипения. Уменьшить огонь. Потушить соте из овощей до готовности (15-20 минут) на самом маленьком огне, под крышкой. Соте из овощей готово.

Аджапсанда

Ингредиенты: баклажаны - 1 кг, помидоры - 700 г, перец сладкий - 500 г, морковь - 500 г, лук репчатый - 250 г, чеснок - 6 зуб., перец чили стручковый свежий - 1 шт., базилик свежий - 10 г, кинза - 30 г, петрушка свежая - 10 г, укроп-сушеный - 1/2 ч. л., шафран - 1/2 ч. л., перец черный молотый - 1/2 ч. л., кориандр молотый - 1/2 ч. л., соль крупная - 1 ч. л., соль - 3 ст. л., масло растительное - 80 мл.

Приготовление: баклажаны нарезать полукружками толщиной 7-8 мм, посыпать 3 ст. л. соли и хорошо перемешать. Оставить баклажаны на 30 минут. Затем промыть под проточной водой от соли и хорошо отжать.

Тем временем лук нарезать мелкими кубиками. Морковь разрезать пополам и нарезать половинками кружочков толщиной 5 мм. Сладкий перец нарезать брусочками. Острый перец (без семян) мелко нарезать. Помидоры натереть на крупной терке, кожицу выбросить. Разогреть на сковороде 60 мл растительного масла, выложить баклажаны и обжарить их до готовности, примерно 15 минут. Баклажаны должны быть мягкими, но не превратиться в кашу. Переложить баклажаны в отдельную



посуду. На той же сковороде обжарить перец до готовности, на среднем огне, примерно 10-15 минут. При необходимости добавить растительное масло. Перец должен быть мягким, но не потерять форму. Перец тоже снять со сковороды. Обжарить лук 3 минуты. Добавить морковь, закрыть крышкой и тушить примерно 20 минут. Морковь должна быть мягкой, но не потерять форму.

Петрушку, базилик и кинзу мелко нашинковать. В ступке раздавить чеснок, добавить кинзу и 1 ч. л. крупной соли, все перемешать до однородной пасты. В кастрюлю с толстым дном выложить обжаренные баклажаны, перец, лук с морковью, острый перец, натертые помидоры, базилик, петрушку, шафран, укроп-сушеный, молотый кориандр, молотый перец и всё хорошо перемешать.

Тушить овощи на слабом огне 15 минут. Добавить кинзу с чесноком и перемешать.

Картофельные вафли с сыром

Ингредиенты: картофель (отварной) - 200 г, яйцо - 1 шт., сыр твердый - 150 г, молоко - 250 мл, мука - 100 г, соль - по вкусу, перец чёрный молотый - по вкусу, тимьян свежий (или сушёный) - по вкусу, масло растительное - для смазывания вафельницы.

Приготовление: картофель я заранее очистила и отварила до готовности (около 25 минут). Вы можете использовать готовое картофельное пюре.

Пока картофель горячий, разминаем его в пюре любым удобным способом.

Сыр натираем на мелкой тёрке и отправляем к пюре из картофеля.

Сюда же добавляем листики тимьяна, яйцо, соль (аккуратно, потому что сыр бывает очень солёный), чёрный перец и молоко. Хорошо перемешиваем.

Частями добавляем муку. Хорошо всё перемешиваем. Даем картофельному тесту для вафель постоять 10 минут.



За это время хорошо прогреется вафельница. Поверхность у моей домашней техники антипригарная, но картошка любит масло, поэтому смазываем поверхность растительным маслом.

На разогретую поверхность вафельницы выкладываем картофельное тесто, по 1,5 ст. ложки для каждой вафли.

Печём картофельные вафли с сыром минуты 4, мне в самый раз. Вы ориентируйтесь на свою технику. Вкусно и быстро получилось, вафли не успевают остыть!

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
7.00 - 11.00 Обла-бла-стное шоу
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00,
12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00,
17.00, 18.00, 19.00, 20.00
Новости
07.20, 07.40 08.20, 08.40, 09.20,
09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40,
12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20,
14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40,
17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20,
19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40,
22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20
Прогноз погоды
07.10, 08.10, 09.10, 10.10
Гороскоп
7.50 Игра «Что дальше»
07.30, 17.15 ИнтерШум
08.35, 14.35 На старте
09.30 Афиша

09.45, 14.50, 17.50
Информационный выпуск о транспортной обстановке
10.30 Тренды
10.50 Игра «Зацени»
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30,
18.30 Другие новости
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43,
18.43, 19.43 (пн)
12.43, 14.43, 15.43, 17.43, 18.43,
19.43, 21.43 (вт, ср, пт)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43,
19.43, 21.43 (чт)
Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00 Открытая студия
13.00 - 14.00 (ср) Час ТИЦа
16.10 Игра «Дело вкуса»
16.40 (пт) МЭТР

16.50 (вт) Крупным планом
18.00 - 19.00 (чт) От первого лица
20.00 - 21.00 Аллоха-чат
21.00 - 00.00 (пт) Космос
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов
Свободный выход 1 раз в день, ежедневно игра «Билетная касса»
ВЫХОДНЫЕ
09.00 - 10.00 (вс)
15.00 - 16.00 (сб) Топ-хит-чарт
09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20,
11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40,
14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20,
16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40,
19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20,
21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40,
00.20 Прогноз погоды
10.10, 11.10 Гороскоп
11.25, 17.25 Игра «Сорви маску»
12.43, 14.43, 15.43, 17.43,
18.43, 19.43, 21.43 (сб)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43,
18.43, 19.43 (вс) Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Аллоха-чат
21.00 - 00.00 (сб) Космос



Кафе недалеко от больницы. Каждый день его посещает мужчина и заказывает два стакана водки.

Объясняет буфетчице:

— Мой друг в больнице, я пью за себя и за него.

В очередной раз приходит и заказывает только один стакан.

Буфетчица:

— Что, неужели друг умер?

— Да нет, просто я пить бросил.

В Одессе на улице:

— Мадам, а не подскажете который час?

— Ладно-ладно вам, шалунишка. Но в постели чур не курить!

Одесса. Молодой человек, увидев висящий на двери огромный циферблат, заходит внутрь и протягивает сидящему в лавке еврей свои карманные часы.

— Вы ошиблись, — говорит тот. — Мы не чиним часы. Мы делаем обрезание.

— Зачем же вы тогда повесили часы на дверь?

— А что бы вы хотели, чтобы мы повесили?

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16

