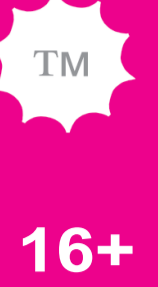


№50
(1270)
14 декабря
2022
среда

Телемир



Твоя любимая газета

Сегодня, 14 декабря, вышел последний номер «Телемира»



Уважаемые читатели! 6 декабря нашему еженедельнику исполнилось 25 лет. Два с половиной десятилетия мы были с вами как одна семья. Мы старались делать для вас газету не только интересной, но и полезной, а вы, в свою очередь, не стеснялись благодарить нас за это и подсказывать интересные темы. К сожалению, сейчас наступили непростые времена, и мы приняли очень тяжелое решение - приостановить выпуск «Телемира». Особенно печально, что эту новость мы вам сообщаем в наш юбилей, но реалии таковы, что мы вынуждены взять паузу. В 2022 году последний номер газеты выйдет 14 декабря. В 2023 году газета выходить не будет. Что будет дальше - покажет время. Мы очень надеемся, что эта временная остановка и газета еще вернется. Поэтому мы не прощаемся с вами, мы говорим - до свидания!

Коллектив газеты «Телемир»

«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

Лиц. № 77-01-001395 от 10.08.2011 г., выд. Деп. здравоохран. 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

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

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

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

Лицензия ЛО-65-01-000662 от 08.09.2013 г. выд. мин. здравоохран. Сах. обл.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ

СТРОИТЕЛЬСТВО
ДОМОВ, ОФИСНЫХ И ТОРГОВЫХ ОБЪЕКТОВ, БАНЬ, ПРИСТРОЕК, ЗАБОРОВ, ДАЧНЫХ ДОМИКОВ, БЕСЕДОК, ВОРОТ, НАВЕСОВ, ДЕТСКИХ ПЛОЩАДОК

Внутренняя и наружная отделка, ремонт квартир, перепланировка, водоснабжение, водоотведение, проведение электропроводки, проектирование объектов
индивидуальный подход

Пр. Мира 56/3, офис 308. Тел.: 444-777

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

Стоматологическая клиника
ООО «Стоматолог»

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

БУЛЬВАР им. ДНКУДИНОВА, 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 ЗАРОВОХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

СБТ65

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

ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ

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

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

В ТЦ «Океан» СДАЮТСЯ В АРЕНДУ ПОМЕЩЕНИЯ

Ул. Ленина, 131
Т. 72-19-88

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН **Стиль** КУПЕ

от дизайн-проекта до монтажа

Режим работы:
пн. - пт. - с 10.30 до 17.30, обед с 14.00 до 15.00,
сб. - с 11.00 до 15.00,
выходной - воскресенье

РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА

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

В ТЦ «Панорама» **сдаются в аренду**

торговые помещения от 10 кв. м и торговые павильоны

488-424

КРАН-БАЛКА
стрела 6 т, 15,5 м, борт до 10 т

КРАН 25 т
стрела 30,5 м + гусёк

40-50-25

Подлежит обязательной сертификации

ТОРГОВЫЙ ЦЕНТР "МЕГАПОЛИС"

- СУПЕРМАРКЕТ
- РЕСТОРАН
- БУТИКИ
- КАФЕТЕРИЙ

Удобно Вам, приятно Вашим близким!
693000, г. Южно-Сахалинск, ул. Есенина, 13. Тел. 75-14-00
megapolisc@yandex.ru www.megapolisc.ru

компания «СЕВЕР»

ПИЛОМАТЕРИАЛ
ТЫМОВСКИЙ ЛЕС В АССОРТИМЕНТЕ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

БРУС, ДОСКА, БРУСОК ель, лиственница (длина 4 м, 5 м, 6 м)
28-55-43 РУДСТОЙКИ

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31



Самые оперативные новости Сахалина

Телефон редакции: 49-15-45

☎ 8 (962) 125-15-15



СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

Проблемой СахГУ озаботилось Министерство образования РФ



Министерство науки и высшего образования РФ создало комиссию для сохранения учебного процесса в Сахалинском государственном университете. В ее состав вошли также представители правительства Сахалинской области и руководства вуза. Задача комиссии – выработать меры по организации непрерывного учебного процесса в университете.

Важно сохранить учебный процесс и организовать работу вуза без ощутимых последствий в первую очередь для студентов, - отметил председатель комиссии, статс-секретарь - заместитель министра науки и высшего образования РФ Петр Кучеренко. - Также нужно предпринять исчерпывающий комплекс мер по устранению замечаний, выявленных надзорными органами.

Мы все заинтересованы, чтобы главный островной вуз как можно быстрее устранил все замечания и восстановил образовательный процесс во всех своих корпусах, - сообщил заместитель председателя правительства Сахалинской области Вячеслав Аленков. - Эта ситуация находится на особом контроле у регионального правительства и у Министерства образования и науки РФ, как учредителя СахГУ. Хотя учебную нагрузку и удалось перераспределить по другим корпусам университета, возникшая ситуация создает неудобства и для

студентов, и для преподавателей. Сейчас в рамках комиссии разрабатывается план действий, направленных на выработку мер по организации непрерывного учебного процесса в СахГУ.

В СахГУ уже принят ряд первоочередных мер, направленных на организацию учебного процесса. Часть студентов продолжит обучение в других корпусах университета, остальные будут временно заниматься в дистанционном формате.

Сейчас вуз ведет работу по обжалованию решения суда, предписывающего ограничить доступ к ряду учебных корпусов, - комментируют в СахГУ. Юристы университета уже подали апелляцию в вышестоящие инстанции. При этом на время судебных разбирательств контактная работа преподавателей со студентами будет сохранена в полном объеме в соответствии с графиком учебного процесса. Это позволит сохранить качество обучения. В плановом порядке пройдет в вузе и подготовка к зимней сессии.

В настоящее время Сахалинский государственный университет продолжает работу по устранению замечаний выявленных Госпожнадзором. Часть работ будет выполнена еще до конца декабря 2022 года. Например, ряд нареканий касался отсутствия или неправильного расположения противопожарных табличек и схем. Эти недочеты уже оперативно исправлены.

В регионе отметили День героев Отечества

В честь праздника губернатор Валерий Лимаренко принял участие в церемонии возложения цветов на мемориале Славы, открытии выставки «Сахалин – Донбасс» и в собрании актива совета ветеранов.



Память павших героев почтили минутой молчания и возложили цветы к Вечному огню. В церемонии приняли участие представители власти, силовых структур, духовенства, ветеранских организаций, а также военнослужащие, юнармейцы, жители и гости Южно-Сахалинска.

Раньше мы думали: герои – это люди, увековеченные в памятниках, - сказал Валерий Лимаренко. - Это наши ветераны, которые освободили мир от фашизма. Сегодня этот праздник приобрел новое звучание. Герои – это парни, которые недавно учились в школе. Это отцы семейств, которые вчера были на рыбалке и ходили на привычную работу. Это те, кто прошел горячие точки и теперь передают боевой опыт новобранцам. Это матери, которые воспитали защитников и проводили защищать рубежи нашей Родины. Герои – это наши современники.

Одним из главных событий Дня героев Отечества стало открытие выставки «Сахалин – Донбасс» в музейно-мемориальном комплексе «Победа». Идею создания экспозиции поддержал Андрей Турчак во время своей рабочей поездки в островной регион этим летом. Секретарь генсовета партии «Единая Россия» помог сахалинцам организовать экспедицию по сбору экспонатов в Донбассе.

Выставка не просто представляет предметы, а рассказывает о происходящем там, кто сегодня не до конца понимает, что происходит на Украине, - сказал директор музейно-мемориального комплекса «Победа» Юрий Филипенко, недавно вернувшийся из Донбасса. - В последней поездке мы побывали в Мариуполе, Луганске, Донецке, встретились с бойцами на передовой и с казаками, которые поддерживают порядок на освобожденных территориях. Находясь там, ясно чувствуешь единство русского народа.

Выставка представляет военную форму ратника и росгвардейца, осколки снарядов, образцы вооружения, в том числе крупнокалиберный танковый пулемет. На одном из стеллажей – предметы с нацистской символикой, найденные российскими бойцами с танка противника. Отдельный блок посвящен волонтерской помощи – посетители могут познакомиться с наполнением посылок на фронт.

Спустя 77 лет после Победы наши земляки встали на защиту мира, независимости и всего того, что было завоевано и построено великими предками, - отметил заместитель

командира 68-го армейского корпуса полковник Дмитрий Рожков. - Военнослужащие 68-го армейского корпуса плечом к плечу с мобилизованными сахалинцами выполняют с честью и достоинством свой воинский долг, проявляют верх мужества, рискуют жизнью. Выставка не оставит никого равнодушным и безучастным.

Открытие выставки как никогда своевременно, - поделился руководитель сахалинского отделения Российского союза ветеранов Афганистана Станислав Калентьев. - Я считаю, на экскурсии должны побывать все школьники. В музее создали не пантеон печали и скорби, а пантеон славы. Образцы российского оружия, форма, предметы быта – все это показывает, что наш народ несгибаем, мужествен, отважен.

Выставка «Сахалин – Донбасс» появилась благодаря сахалинским военнослужащим, росгвардейцам, волонтерам, которые собрали и передали подлинные предметы музейщикам. В Южно-Сахалинске экспонаты пробудут до 29 января, а потом отправятся по районным музеям. В дальнейшем выставка станет частью постоянной экспозиции о сахалинцах и курилчанах – участниках специальной военной операции.

В музейно-мемориальном комплексе «Победа» Валерий Лимаренко также принял участие в торжественном собрании актива областного совета ветеранов, посвященном Дню героев Отечества. В честь праздника 12 представителей ветеранских и патриотических общественных организаций наградили благодарственными письмами и памятными знаками.

Помощь в приобретении техники

Сахалинские власти помогли приобрести островным аграриям более 200 единиц специализированной техники. С начала года из областного бюджета на эти цели выделено 236 миллионов рублей.



Средства направлены сельхозтоваропроизводителям на помощь в приобретении современных энергоэффективных тракторов, комбайнов и сельхозмашин, в том числе – на газомоторном топливе. Размер субсидии – от 30 до 90 процентов от стоимости техники.

Поддержка осуществляется в рамках программы «Развитие в Сахалинской области сельского хозяйства и регулирование рынков сельскохозяйственной продукции, сырья и продовольствия», которая прежде всего направлена на создание условий для развития производства сельхозпродукции внутри островного региона и повышение самообеспеченности местными продуктами, - отметила министр сельского хозяйства и торговли Инна Павленко. Благодаря предоставленной

субсидии островные аграрии приобрели 251 единицу сельхозтехники и оборудования, используемых в сельскохозяйственном производстве, а также газомоторные автомобили. Своевременное обновление парка техники позволяет оптимизировать сроки проведения как весенне-полевых работ, так и кормозаготовительной и уборочной кампаний. Это особенно важно для Сахалинской области, территория которой относится к зоне рискованного земледелия.

Кроме того, сегодня в регионе активно внедряют элементы «цифрового сельского хозяй-

ства». Например, используют системы спутниковой навигации при проведении сезонных полевых работ, квадрокоптеры для мониторинга посевов картофеля, овощей и кормовых культур. Это помогает не только снизить расходы семенного материала и удобрений, но и повысить производительность труда.

Отметим, в Сахалинской области под контролем губернатора Валерия Лимаренко действует устойчивая система поддержки агропромышленного комплекса. Помощь оказывается по более чем 40 направлениям – в приобретении

специализированной техники, строительстве и реконструкции помещений, создании условий для привлечения в отрасль молодых специалистов.

За три года из бюджета области на развитие и поддержку отрасли направлено 9,2 миллиарда рублей. Такой подход позволяет увеличить уровень продовольственной независимости региона, создать дополнительные рабочие места в сфере агропромышленного комплекса.

Также по инициативе главы региона в этом году был оперативно принят ряд необходимых решений для поддержки островного агропрома. К примеру, в части технической и технологической модернизации сельхозпредприятий и фермерских хозяйств. В том числе – на приобретение автотехники, работающей на метане.

В целом в 2022 году на развитие агропромышленного комплекса, с учетом дополнительного финансирования, выделена беспрецедентная сумма господдержки в размере 4,4 миллиарда рублей.

ПИЛОМАТЕРИАЛ
ТЫМОВСКИЙ ЛЕС
2, 3, 4 СОРТА по СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ
ОПТОМ и в РОЗНИЦУ
www.pilomat.tonsakh.ru **267-789**

ЭЛЕКТРИК
САНТЕХНИК
8-900-428-17-88

КРАН-БАЛКА
стрела 6 т, 15,5 м,
борт до 10 т
КРАН 25 т
стрела 30,5 м + гусёк
40-50-25

УСЛУГИ
ЭЛЕКТРИКА,
САНТЕХНИКА
Работы любой сложности.
Выезд, закупка
материалов **БЕСПЛАТНО.**
Цены приемлемые.
Пенсионерам скидка.
41-41-50
8-962-581-41-30

Отдел информации
«Телемира»
49-16-08

В автобусах в Южно-Сахалинске временно не работают карты «Мир» с истекшим сроком действия

В настоящее время возникла ситуация, которая коснулась всех регионов и связана с продлением срока действия банковских карт без перевыпуска карты. В Южно-Сахалинске такие карты временно не принимаются в автобусах с бескондукторной оплатой проезда.



Причина - особенность платежных терминалов системы бескондукторной оплаты, которые используются в общественном транспорте.

В настоящее время в автобусах №№ 3,

10, 62 и 71, где действует бескондукторная система оплаты проезда, не принимаются карты, срок действия которых истек, но был продлен банковскими организациями,

рассказал генеральный директор ООО «Единый оператор Южно-Сахалинска» Федор Головкин. - Проблема возникла с программным обеспечением на оборудовании у производителя терминалов. В настоящее время разработчики решают вопрос, планируют в течение двух недель выпустить обновление программы для валидаторов. После его внедрения проблема будет устранена. Пассажирам временно рекомендуют использовать наличные средства.

Отметим, транспортные карты и карты школьника в автобусах работают в обычном режиме.

Проект строительства кампуса СахГУ получит федеральные деньги

Председатель правительства РФ Михаил Мишустин подвел итоги федерального конкурса, в котором приняли участие вузы всей России. Проект нового образовательного кампуса СахалинТех занял второе место.

Кампус расположится на двух площадках в Южно-Сахалинске. Научно-образовательный комплекс – на месте бывшего Дома офицеров – будет включать учебный корпус, научно-лабораторный блок с технопарком, библиотеку, зал собраний на 700 мест, общественно-деловые пространства и даже оранжерею.

Студенческий городок возведут в районе перекрестка проспектов Победы и Мира. Жилой блок кампуса будет представлять собой многофункциональную среду, максимально отражающую потребности студентов и обеспечивающую их ресурсами, необходимыми для обучения, отдыха и общения.

– В стратегии развития Сахалинской области важное значение имеет качественное высшее образование, – отметил заместитель председателя правительства Сахалинской области Вячеслав Аленков. – Губернатор поставил задачу по обновлению существующей инфраструктуры главного вуза и на островах и созданию комфортных условий для студентов, ученых и преподавателей. Нам удалось добиться федерального



финансирования на строительство современного научно-образовательного центра и студенческого городка. В новом кампусе также расположится технопарк, где наши бизнес-компании будут взаимодействовать вместе с научным и образовательным сообществом для решения общих задач по развитию островного региона.

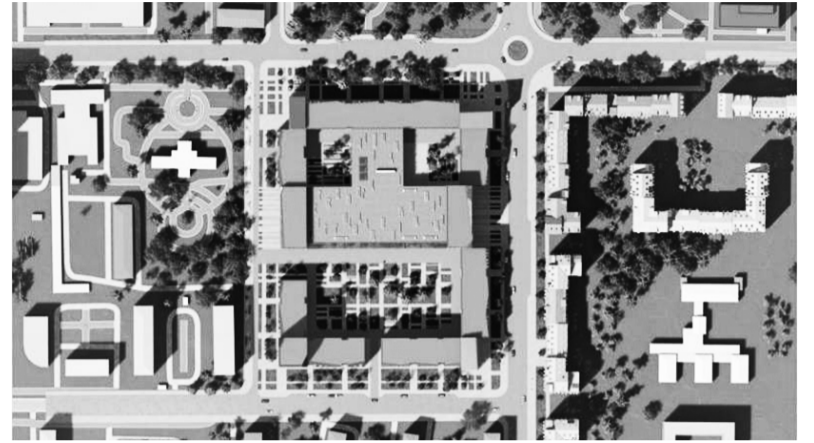
– Проект был разработан и активно дорабатывался в течение года, – сказала ректор СахГУ Мария Ганченкова. – Мы заручились поддержкой заместителя председателя правительства РФ Дмитрия Чернышенко, помощника президента России Максима Орешкина и полномочного представителя президента РФ в ДФО Юрия Трутнева. Кампус СахалинТех станет новым научным, деловым и культурным центром Южно-Сахалинска, местом притяжения талантливой моло-

дежи в Сахалинскую область. Важно, что лидерами на федеральном конкурсе стали вузы, у которых стратегия развития образования связана с задачами социально-экономического развития региона.

В новом кампусе будут учиться 1500 студентов и работать 250 преподавателей. Строительство должно начаться в первой половине следующего года. Завершение планируется в середине 2025 года.

Отбором проектов в рамках федерального конкурса занималась межведомственная рабочая группа, в состав которой вошли Министерство финансов РФ, Министерство экономического развития РФ, Министерство строительства РФ, депутаты Госдумы, «ВЭБ.РФ», НКО и эксперты.

– Из 39 заявок отобрано девять про-



ектов с наиболее высокими результатами, – отметил министр науки и высшего образования РФ Валерий Фальков. – Это проекты на федеральной территории «Сириус», а также в городах Самара, Пермь, Южно-Сахалинск, Иваново, Архангельск, Тюмень, Хабаровск и Великий Новгород. Планируется создать более 37 тысяч новых мест для проживания студентов и преподавателей, более 130 исследовательских лабораторий, более миллиона квадратных метров новых комфортных площадей для обучения, научных исследований, жилья, досуга и спорта. Создание кампусов – один из важнейших проектов для научно-технологического развития, привлечения талантливой молодежи, обеспечения технологического суверенитета страны.

Также министр отметил высокий уро-

вень проработки проекта Сахалинской области.

– Президент поручил к 2030 году создать сеть из 25 современных кампусов мирового уровня, предстоит очень большая работа, – заключил председатель правительства Михаил Мишустин, обращаясь к Валерию Фалькову. – Прошу вас следить за сроками строительства и каждым его этапом, потому что вы несете за это персональную ответственность.

Председатель правительства РФ отметил, что кампусы должны стать удобным пространством для обучения и проживания студентов и аспирантов, местом, где они смогут под руководством преподавателей работать в лабораториях, воплощать творческие замыслы, вести дискуссии, а также интересно проводить свободное время.

Центр водных видов спорта возводится в Южно-Сахалинске

Валерий Лимаренко проинспектировал строительство спортивного объекта олимпийского уровня в Южно-Сахалинске. Рядом с городским парком за счет инвестиций Газпрома возводится центр водных видов спорта. На строительной площадке сегодня установили первую колонну из металлоконструкций.

В пятиэтажном центре водных видов спорта разместятся два бассейна: размерами 50x25 метров глубиной 3 метра и 30x25 метров глубиной 6 метров. Зрительские трибуны рассчитаны более чем на 1000 человек.

– Благодаря появлению объекта олимпийского уровня у юных сахалинцев появится возможность заниматься новыми для островного региона видами спорта – прыжками в воду с трамплина, водным поло, синхронным плаванием, – отметил Валерий Лимаренко. – А жители и гости города смогут следить за зрелищными соревнованиями самого высокого уровня. Немаловажно, что центр строится не на средства областного бюджета, а за счет инвестиций Газпрома – нашего стратегического партнера, который не только газифицирует острова, но и выполняет социальную миссию.

Здание, спроектированное в виде волны, гармонично впишется в городской пейзаж. В центре, помимо бассейнов, расположатся фойе, буфеты, помещения для спортсменов и тренеров, восстановительный



комплекс для реабилитации инвалидов, судейские комнаты, конференц-зал. На объекте будут созданы комфортные условия для маломобильных граждан.

Сегодня уже завершено устройство котлована и бетонирование конструкций подземной части здания. Строители приступили к возведению первого этажа центра водных видов спорта.

– На площадке сейчас трудятся порядка 120 рабочих, – рассказал руководитель компании-подрядчика – ООО «ГЭХ Инжиниринг» – Игорь Макушев. – Мы уже залили 11 тысяч кубометров бетона и в декабре планируем завершить заливку, а также смонтировать первый связевой блок.

Сдача центра водных видов спорта запланирована на 2024 год. А старт строительству был дан в июле этого года. В торжественной церемонии закладки первого камня принял участие министр спорта РФ Олег Матыцин.

– Важность строительства центра водных видов спорта

сложно переоценить, – отметил директор спортшколы водных видов спорта Сергей Мелешков. – Новый объект позволит юным сахалинцам выбирать из большего количества водных видов спорта. Помимо классического спортивного плавания, для ребят впервые в регионе станут доступны еще три зрелищных олимпийских дисциплины.

Отметим, центр водных видов спорта – не единственный спортивный объект, который ПАО «Газпром» возводит в рамках подписанных с Сахалинской областью соглашений. В сентябре этого года в Южно-Сахалинске дали старт возведению нового универсального спортивного комплекса, где будут проводиться тренировки и соревнования по волейболу, баскетболу и спортивной гимнастике. Объект расположится на улице Горького, севернее еще одного масштабного спортивного объекта – легкоатлетического манежа. По плану строительство спорткомплекса завершится в 3-м квартале 2025 года.

Доступная рыба

Свежий улов можно приобрести круглый год, ассортимент зависит от сезона. Рыба попадает в торговые точки напрямую от производителей, благодаря чему сокращается цепочка поставок и сохраняются доступные цены.

За 11 месяцев этого года в рамках программы реализовали уже 446 тонн свежеевыловленных даров моря – это на 67% больше, чем за аналогичный период 2021-го. Почти треть проданных уловов – тихоокеанский лосось по цене от 50 до 138 рублей за килограмм. Также в рамках программы сахалинцы и курильчане покупали камбалу (от 65 до 100 рублей при рыночной от 120 рублей), треску (от 85 до 144 рублей при рыночной от 200 рублей), минтай (от 50 до 90 рублей при рыночной от 120 рублей). Отметим, что свыше 52 тонн рыбы островные предприятия бесплатно раздали жителям островной области.

– Глава региона в прошлом году поставил перед нами задачу – обеспечить людей свежеевыловленной рыбой высокого качества напрямую от рыбодобывающих компаний по ценам ниже рыночных, – рассказал министр по рыболовству Сахалинской области Иван Радченко. – Администрации муниципальных образований изучают спрос жителей, определяют объемы потребностей и ассортимент. После мы проводим работу с рыбодобывающими компаниями по поставке продукции для нужд жителей районов. Со своей стороны



рыбаки готовы удовлетворить все заявки муниципалитетов, и там, где местные главы активно включились в процесс, такой формат торговли уже хорошо развился и завоевал популярность у жителей.

Благодаря совместной работе рыбопромышленников, администраций городских округов и профильного министерства сахалинцы и курильчане в течение всего года имеют возможность приобретать свежую качественную продукцию по сниженной цене в ассортименте, зависящем от сезона. Отсутствие посредников, затрат на переработку и заморозку, бесплатные торговые места, а также помощь районных властей по транспортировке рыбы в отдаленные населенные пункты позволяют реализовывать продукцию по ценам, значительно ниже рыночных.

– Мы понимаем значимость проекта по реализации свежей рыбы по социальным ценам и считаем важным для себя помогать жителям области, – рассказал генеральный директор ООО «Невод» Олег Мячин. – Мы чувствуем сопричастность к общему делу, когда отдаем свой

улов по сниженной стоимости. К примеру, если в рамках программы наше предприятие отпускает камбалу по 70 рублей, то оптовая цена для других заказчиков в два раза выше. Мы слышим от островитян, что покупать недорогую качественную свежую рыбу важно для них. И обязательно будем продолжать работу в данном направлении.

Активную работу при организации поставок в свои районы ведут администрации Углегорского, Смирныховского, Невельского, Макаровского, Корсаковского городских округов, Южно-Сахалинска.

Оценивать работу местных властей в организации социальной торговли рыбой позволяет не только информация о перераспределении объемов от поставщиков, но и обратная связь от населения.

По данным социологических опросов, выше среднего уровень обеспечения людей свежей рыбой – в Курильском, Южно-Курильском, Анивском, Долинском, Северо-Курильском, Углегорском, Смирныховском, Корсаковском, Поронайском районах.

На Сахалине чествовали волонтеров

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко поздравил островных волонтеров с национальным Днем добровольца и вручил наиболее активным сахалинцам и курильчанам региональные награды. Торжественная церемония «Время Спасибо!» состоялась в стенах Чехов-центра.

- Друзья, я нахожусь сегодня среди коллег и соратников, - обратился к собравшимся глава региона. - Многих из вас я знаю лично. Вместе мы сделали немало реальных дел. И я хочу сказать всем спасибо и от себя лично, и от имени тех, кому вы оказываете большую помощь и поддержку. Это в первую очередь пожилые жители области, а также те, кто по состоянию здоровья не может позаботиться о себе. Очень важно, что вы не только приносите им продукты, лекарства, помогаете по дому, но и проявляете душевное тепло. Большой фронт работы мы сделали по благоустройству населенных пунктов. Вы фиксировали и направляли информацию о дефектах на дорогах, наличии несанкционированных свалок, выявляли коммунальные проблемы. Спасибо, что помогаете сделать наши города лучше.

Сегодня сахалинские и курильские волонтеры поддерживают островных бойцов, задействованных в специальной военной операции, помогают членам их семей. Дети пишут защитникам Родины письма, взрослые - отправляют посылки на фронт. Остров-



ные артисты проводят концерты в Донбассе и записывают музыкальные видеоприветы.

К этой работе присоединилась Людмила Тишковец, которая 47 лет жизни посвятила медицине, а сейчас занимается волонтерской деятельностью. В ходе церемонии островитянке вручили почетный знак «Доброволец Сахалинской области».

- Очень приятно получать такую награду, - рассказала о своей волонтерской деятельности островитянка. - За два года я прочитала более 50 лекций на различные медицинские темы - про профилактику онкологических заболеваний, вакцинацию. Веду школу сахарного диабета, участвую в проверке аптек и поликлиник. Взаимодействую с инвалидами - выясняем, в чем они нуждаются, и стараемся помочь. А самое главное - сейчас я работаю в штабе «Единой России».

Поддерживаем мобилизованных солдат и их семьи - ездим на полигон, вяжем носки.

Также почетную награду из рук губернатора получили Владислав Верещук, Вера Заможская, Анастасия Качаева, Карина Кириенко, Владислав Морозов, Артем Мурзыев, Наталья Новопашина, Ксения Олейник и Екатерина Родионова.

Дипломами лауреатов конкурса «Сахалинский маяк» в номинации «Энергия молодых. Лидер» наградили Даниила Плютина и Юлию Красавину. Благодарственным письмом от заместителя председателя правительства РФ Марата Хуснуллина удостоен Дмитрий Шпачук из Корсакова.

За активное участие в подготовке и проведении мероприятий, посвященных 77-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне, благодарность вручили Кристине Давыдовой,



Наталье Зуевой, Вере Заможской, Анжелике Еженкиной, Анастасии Бухтияровой, Кристине Бакай, Абдулле Багомедову, Анастасии Качаевой, Марии Исаковой, Алине Кривошеиной, Анне Мордовиной, Алисе Масловой, Анастасии Мартыновой, Софии Шлыковой, Дарье Хусаиновой, Илье Хабибулину, Ойише Сурховой, Никите Семернину, Алине Сильченко, Даниилу Никитину, Даниилу Нестеренко и Ли Гирён.

Благодарственным письмом за активное участие и эффективную работу во всероссийском онлайн-голосовании федерального проекта «Формирование комфортной городской среды» награждены волонтеры Лариса Захарова, Анна Игнатова, Карина Кириенко, Екатерина Кицюк, Вячеслав Ларин, Анна Протасюк, Василий Савчук, Марина Сазонова и Ольга Шакирзянова.

В этом году островные волонтеры приняли участие в международной премии «МыВместе». Победителями регионального этапа стали 122 проекта в номинациях: «Большая Перемена», «Здоровье нации», «Помощь людям», «Страна возможностей», «Территория для жизни», «Лидер социальных изменений», «Социальный предприниматель», «Ответственный бизнес» и «Медиапроект». Первые места разделили Александр Квак, Артем Бандура, Андрей Витулин, автономная некоммерческая организация «Жизнь», школа журналистики имени Владимира Мезенцева, поисково-спасательный отряд «СОВА», компания «Сахалин Энерджи», а также индивидуальный предприниматель Яна Путилова.

Отметим, всего в островном регионе в добровольческой и волонтерской деятельности принимают участие более 35 тысяч жителей.

Подъезды Южно-Сахалинска станут образцовыми



В каждом многоквартирном доме Южно-Сахалинска должен появиться образцовый подъезд. Такую задачу поставил губернатор Валерий Лимаренко в ходе совместного с мэром областного центра Сергеем Надсадиным субботнего объезда.

- В прошлом и в этом году мы провели большую работу по текущему ремонту, - отметил Валерий Лимаренко. - В регионе привели в порядок больше тысячи подъездов и входных групп. Теперь идем дальше. Там, где чисто и опрятно, надо сделать еще и уютно. Может, где-то картины повесить, которые рисуют дети, цветы в горшках поставить. С этим помогут волонтеры «Единой России». Также продолжим поддерживать субсидией управляющие компании, но прежде всего инициатива должна идти от самих жителей.

Одним из образцовых станет подъезд в доме № 22 на улице Пограничной. Такое желание

изъявила председатель одноименного ТОС Анна Григорьева. Женщина рассказала о ряде преобразований в доме, которых удалось добиться благодаря поддержке властей. - У нас в этом году провели ремонт инженерных коммуникаций в доме, - рассказала председатель ТОС. - Кроме того, мы активно привлекаем различные муниципальные гранты. В этом году, например, участвовали в социальном проекте «Цветущий двор». Высадили много цветов, в следующем году еще больше рассаживаем. В прошлом году красиво раскрасили часть фасада. Есть планы и на другую часть дома. В нашем доме много активных жителей, поэтому мы готовы делать свое жилье более комфортным, тем более что идет такая поддержка от властей.

В ходе объезда глава региона и мэр проинспектировали и соблюдение стандарта содержания общественных территорий и дворов в зимний

период, который введен в регионе по поручению Валерия Лимаренко.

Образцовым сейчас считается сквер 135-летия Южно-Сахалинска в районе улиц Комсомольской и Емельянова.

- Именно на примере этого сквера был разработан стандарт содержания общественной территории, периодичность расчистки, обследования освещения, содержания растений в зимний период, - рассказал директор департамента городского хозяйства Южно-Сахалинска Евгений Золотов. - Мэрия здесь контролирует как стандарт, так и нормативность содержания территории. Здесь же специалисты контролируют расчистку придомовых территорий. Нареканий нет.

- Мы обучили своих сотрудников на заводе им Федотова, - прокомментировала главный инженер УК ООО «ЖЭУ 9» Людмила Литвин. - Подготовили инструмент и малую механизированную технику. Договоры на привлечение крупногабаритной техники на период метелей тоже заключены. К сезону готовы. Активно пользуемся субсидиями на ремонт подъездов и с радостью примем участие в проекте образцовых подъездов.

Еще одной точкой стал двор дома № 174 по улице Чехова. Здесь на днях жители пожаловались на скользкую дорогу у подъездов. По словам мэра Сергея Надсадина, управляющая компания оперативно отреагировала на замечания и устранила причину.

Строительство гостиниц началось



Валерий Лимаренко дал старт строительству нового гостиничного комплекса «Большевик» на 216 номеров на средней площадке «Горного воздуха».

- Сегодня здесь присутствуют те, кто задумывал и организовывал все это, кто трудился над проектом, - отметил Валерий Лимаренко. - Мы заложили фундаменты нескольких гостиниц в этом году, продолжим это делать в следующем. Все это делается для развития туризма. А это новые рабочие места, это комфортный облик Сахалина. Это не только повысит привлекательность региона как среди российских, так и зарубежных туристов, но и даст новые возможности интересно и с пользой для здоровья проводить выходные и праздничные дни жителям Сахалина.

Гостиничный комплекс «Большевик» уровня 5 звезд

будет состоять из 13 гостевых домов площадью от 250 до 350 квадратных метров, а также гостиницы на 216 номеров. Комплекс будет полностью готов в 2025 году.

- Мы видим, как город быстро растет, - подчеркнул мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин. - Недавно мы делали мастер-план «Горного воздуха», потом подробно обсуждали его с жителями и спортивной общественностью, все они поддержали строительство здесь гостиницы. Все намеченные планы реализуются. Безусловно, это поднимает привлекательность города для туризма.

- Мы очень благодарны губернатору лично и властям региона и города за содействие, - прокомментировал генеральный директор ООО «Большевик» Чай Ген Дек. - Обязуемся выполнить свою задачу и построить комплекс, который будет радовать гостей.

Также глава региона посетил площадку на нижней станции СТК, где возводится еще один пятизвездочный гостиничный комплекс. Здесь будет 150 номеров, несколько десятков из которых класса «люкс» и один президентский. На территории расположатся водно-оздоровительный комплекс, два ресторана, фитнес-центр, караоке-центр, массажный салон.

- Объем инвестиций - 3,5 миллиарда рублей, компания-инвестор является резидентом ТОР «Горный воздух», - рассказал заместитель председателя правительства Сахалинской области Антон Зайцев. - Это будет один из первых отелей такого уровня в Южно-Сахалинске. При этом инвестор отмечает, что стоимость номера будет относительно невысокой.

Комплекс сдадут также в 2025 году. Сейчас ведутся работы по планировке и подготовка к устройству котлована.

Федор Федотов: «Быть влюбленным в главную героиню – мой актерский крест»

Актер Федор Федотов, снискавший известность благодаря новогодней сказке «Серебряные коньки», продолжает активно сниматься в кино, при этом не представляя свою жизнь без театра – как постоянного тренинга. В минувшем году, не расставаясь с серебряными коньками, артист, кажется, неожиданно для самого себя стал победителем шоу «Ледниковый период». А сейчас в прокате стартовал мультфильм «Щелкунчик и волшебная флейта», где Федор подарил свой голос главному герою – Принцу. Мы поговорили с актером о грядущих проектах и вызовах «марафонской» профессии.

[КИНО-ТЕАТРУ]

– «Щелкунчик и волшебная флейта» – твой первый опыт озвучивания мультфильма. Как это случилось и столкнулся ли ты в работе с какими-то неочевидными трудностями?

– Да, это правда, до «Щелкунчика» я озвучивал только сам себя в игровом кино, когда не получалось записать чистый звук на съемочной площадке. А тут вдруг – мультфильм, да еще по великой сказке. Помню, на пробы меня вызвали с утра, довольно рано. Ехал на студию и всю дорогу вспоминал речевые разминки, которые мы делали в институте. Ты их наверняка знаешь: про корабли, которые лавировали, да не вылаживали, про ловлю налима на мели и так далее (смеется). Правда, мне тогда показалось, что учебный опыт меня не спас, и со студии я уезжал с ощущением, что не получилось, не возьмут. Но мне в тот же вечер позвонили и сказали, что я утвержден. К моему большому удивлению, но еще больше – к радости. Вот так это случилось. Ну а трудности... Когда ты что-то делаешь впервые, они неизбежны, но непреодолимых среди них, к счастью, не оказалось. Все проблемы решали в рабочем порядке.

– В чем особенность новой адаптации «Щелкунчика»?

– Это именно версия известной сказки – смешная, трогательная и вполне оригинальная. Когда берешься заново пересказать классическую историю – это всегда риск, и я считаю, что его надо не бояться, действовать смело. Как говорили мои педагоги, и я с ними абсолютно согласен, главное – чтобы не было пошло и скучно.

– Можно назвать свои любимые мультфильмы?

– Мои любимые мультики – диснеевские: «Король лев», «Бэмби», «Вверх!» и другие. До сих пор с удовольствием их пересматриваю. Я ведь учился на курсе при петербургском ТЮЗе, не первый год играю в этом театре, который придуман и существует для разговора с детьми, а разговаривать с ними и находить в них отклик не так-то просто. Надо, чтобы дети тебе поверили. Помню, в театральной академии педагог говорила нам, что в мультфильме важна чистота восприятия мира и открытость ему. Это не пафос, это на самом деле так, и это как раз про Disney: он не развлекает детей, а сам удивляется вместе с ними.

– В Петербурге ты играешь не только в ТЮЗе, но и в Городском театре, Театре им. Ленсовета, а еще в Социально-художественном



театре, который вы создали вместе с сокурсниками. Расскажи, как это получилось?

– Мы еще на четвертом курсе стали думать о том, как бы сохранить свою компанию в виде театра. Лариса Вячеславовна Грачева, наш мастер, поддерживала нас в этом стремлении, но и предостерегала, говорила о трудностях, которые нас ждут и обязательно дождутся. Это как у Николая Гумилева в «Волшебной скрипке»: «Мальчик, дальше! Здесь не встретишь ни веселья, ни соковищ!» Но обещанные мастером трудности только укрепляли в нас желание доказать, что мы способны создать свой театр, и мы его создали. Ларисы Вячеславовны не стало три года назад, она была удивительная, и это огромная моя потеря – человеческая и профессиональная. Делаешь сейчас что-то и понимаешь, что мастер уже никогда этого не увидит... Она учила нас прежде всего свободе, поощряла самостоятельные работы, и к выпуску у нас было тринадцать спектаклей. Я был занят в восьми, и многие из них вошли в репертуар СХТ. Правда, сейчас у меня осталось там только два, поскольку появились новые проекты и съемки, везде успеть невозможно.

– Какой из спектаклей тебе особенно дорог?

– «Сотворившая чудо» – история слепоглухонемой девочки Хелен Келлер. Мы сделали этот спектакль еще на курсе, но в СХТ он обрел новую жизнь. Я играю там совсем небольшую роль ангела, но она для меня невероятно ценная.

– Совмещать спектакли в Петербурге и съемки в Москве наверняка непросто.

– Недавно я пять ночей подряд провел в поезде, потому что ритм был такой: смена в Москве, потом спектакль в Питере, потом снова смена в Москве и так по кругу. Проводники уже стали мне как родственники (смеется). Я стараюсь играть четыре-пять спектаклей в месяц, не меньше. Без театра работа в кино для меня невозможна. Театр – не только мой дом, это еще и школа, постоянный тренинг, позволяющий оставаться в форме. Каждый спектакль – как экзамен: сколько бы ты его не играл, он всегда как впервые. Из зала на тебя всякий раз смотрят другие люди, твой партнер может сегодня прийти в одном настроении, а завтра в другом, и сам ты тоже чувствуешь себя по-разному. В общем, тут масса обстоятельств, внешних и внутренних, к которым надо приспособиться в режиме онлайн, не имея возможности поставить спектакль на паузу и, как в кино, сделать более удачный дубль. Все – здесь и сейчас, обратно не отмотать. Я говорю очевидные вещи, но это правда.

– Будущем году должно выйти немало кинопроектов с твоим уча-

стием. Ожидается чуть ли не десять премьер. Как ты столько успел?

– Не десять, поменьше. Некоторые фильмы снимались еще в прошлом году, просто не успели выйти. Это вопрос к продюсерам и прокатчикам, у них свои планы и виды. Так бывает: фильмы снимают в разное время, иногда с разницей в год, а потом они выходят одновременно – и зрителям кажется, что ты не вылезашь со съемочной площадки. Конечно, каждую премьеру я жду с нетерпением – хочется поскорее увидеть, что получилось. На это мне мой любимый брат Петя, который младше меня на два с половиной года и мудрее на пятьдесят лет, всегда говорит: «Актерство – не спринт, а марафон». Я и сам головой понимаю, что наша профессия – марафонская, за время этого забега у тебя открывается множество дыханий, но всякий раз ловлю себя на тайной страсти к спринту: поскорей добежать и узнать – чемпион ты или не совсем.

– Давай начнем с сериалов. Без подробностей, в формате тизера. Сериал «В парке Чаир» – что это за история и кто твой герой?

– Это советское ретро, сороковые

годы. Мой герой – сначала студент-физик, потом инженер. Он пишет стихи и влюблен в главную героиню. Сама история занимает несколько лет, в том числе военных, и жизнь не пощадит моего персонажа.

– Любовь Советского Союза – судя по названию, тоже ретро?

– И годы примерно те же. В основе сюжета – подлинная история жизни Валентины Серовой, звезды советского кино, и я опять влюблен в главную героиню.

– Еще одно ретро – третий сезон «Мир! Дружба! Жвачка!» о жизни в девяностые.

– До того, как меня утвердили, я, если честно, ни одного сезона «МДЖ» не видел. Но перед съемками у меня как раз выдалось свободное время, я проводил его дома с дочкой, и каждый вечер, когда она засыпала, включал сериал. Смотрел не отрываясь, понимая, что попал в отличный проект. Мои ожидания оправдались на сто процентов. Здорово, что мой персонаж на меня, надеюсь, не похож – у него довольно мерзкий характер, и он умудряется сильно портить жизнь окружающим. В том числе главной героине, так что фанаты сериала меня возненавидят (смеется).

– Сейчас завершаются съемки «Гнать», где твоими партнерами

в кадре стали Олег Меньшиков и Филипп Янковский.

– «Гнать» – это темный криминальный мир выдуманного городка с одним градообразующим заводом, вокруг которого кипит вся жизнь. Я играю молодого угонщика – сложно сказать, сколько машин пришлось сменить в кадре. Мой герой – современный Робин Гуд, но совсем не романтичный, не Деточкин. Молчаливый, собранный, отлично знает свое дело. Но ему некому отдать свою любовь и неоткуда ее получить.

– Классика из твоей актерской жизни тоже не уходит – к выходу готовится сериал «Достоевский».

– Это новое прочтение «Преступления и наказания», мой герой – как бы реинкарнация Раскольникова. За всем, что с ним происходит, наблюдает Федор Михайлович Достоевский, но на самом деле не понятно, кто он. Может, плод большого воображения моего героя, а может, настоящий маньяк. Сонечку сыграла моя жена Настя Грибова, любимая женщина и потрясающая актриса. На площадку она вышла через три недели после родов. Это наша первая общая работа в кино.

– С сериалами разобрался. Теперь – про полнометражные фильмы с твоим участием.

– «Туда и обратно» – история двух детей, которые встречаются в онкологической лечебнице, попадают там в какое-то пространство между сказкой и жизнью и в нем существуют. Мне досталась небольшая роль волонтера, но во время съемок она укрупнилась. Соавтор сценария Настя Степанова сама волонтер, и мы вместе с ней тщательно собирали этого персонажа из ее опыта и личных историй.

– «Блондинка» – экранизация киноповести Александра Володина, только действие перенесено из начала восьмидесятых в наши дни. Там я опять влюблен в главную героиню – это мой актерский крест, ничего не поделаешь, пытаюсь нести его с достоинством.

– Какая роль в кино далась тебе труднее всего?

– Конечно, в «Серебряных коньках», это ведь дебют. Что сложнее – впервые на съемочной площадке поцеловать девушку и влюбиться в нее в кадре или нырнуть в феврале в Финский зал? В «Серебряных коньках» мне досталось то и другое. Счастливое воспоминание.

– Все твои последние интервью – для спортивных изданий, и понятно почему. Не могу не спросить про шоу «Ледниковый период». Как он в твоей жизни появился и что тебе дал?

– Появился по счастливому стечению обстоятельств. Я снимался в сериале «Последний аксель», где одну из ролей играл Алексей Ягудин. Он увидел, как я катаюсь, и между делом сказал, что поговорит с кем надо и меня позовут в «Ледниковый период». Я посмеялся, не поверил, но через два дня мне действительно позвонили. «Ледниковый период» укрепил мою веру в себя и в людей. Благодаря Илье Авербуху и своим замечательным партнерам Татьяне Волосожаер и Евгении Медведевой я исполнил на льду роли, которые никогда не получил бы в театре. Скажем, Отелло мне на сцене вряд ли светит, а тут – пожалуйста! Четыре минуты – как маленький спектакль, а уж когда сама Татьяна Анатольевна Тарасова вам аплодирует и говорит, что никогда такого не видела... Тут нужно приложить усилия, чтобы голова не закружилась. Но я пытаюсь.

Анна Борисова и Василий Бархатов на съемках сериала «С нуля»



Анна Борисова: «2008-й был временем, когда всё возможно и зависит только от тебя»

В онлайн-кинотеатре PREMIER был показан сериал «С нуля» – необычный отечественный проект с ностальгией уже не по 90-м, а по «нулевым». В центре сюжета – девушки, чья молодость пришлась на яркий 2008-й с шумными клубами и зарождающейся светской жизнью. Тихоня и отличница Лена (Надежда Калеганова) вместе со своей двоюродной сестрой по матери, провинциальной красоткой Наташей (Маруся Фомина) учатся на экономическом факультете престижного вуза, покоряют Москву и начинают свою взрослую жизнь. Спустя годы – уже в наше время – они встречаются снова, но связывает их уже не общее прошлое и былая дружба, а трагедия настоящего. Когда-то Наташа увела из семьи отца Лены и теперь он умер, оставив после себя долги и секретное наследство. Оригинальную, почти семейную сагу, в которой нашлось место и для мелодрамы, и для комедии, и для детектива, придумала сценаристка Анна Борисова, и это первая ее столь большая работа в кино. Мы поговорили с Анной о ностальгии по «нулевым», дебюте в качестве шоураннера, небанальном кастинге и нестандартных театральные решения для художественного противопоставления «счастливого», хоть и недалекого, прошлого и мрачного настоящего.

КИНО-ТЕАТРУ

- «С нуля» стал вашим первым проектом в качестве шоураннера. Расскажите, как вы к этому пришли?

- Мой путь на телевидении начался как раз в конце 2008 года. Я еще училась в институте и начала работать в промо ВГТРК, потом работала в Disney, где также занималась продвижением и начинала писать программы. Я училась на журфаке МГУ, писала всегда, но немного в другой сфере, однако всегда хотела создавать сценарии. Так я попала на курсы Good Story Media, которые по факту оказались четырехдневным собеседованием, когда ты писал идеи и продюсеры студии их рассматривали. Благодаря этим курсам, я начала работать с Антоном Щукиным и Антоном Зайцевым, и в итоге стала сначала сценаристом, а потом и креативным продюсером сериала «Улица».

- Работа на «Улице» вас как-то закалила? Все-таки этот проект был довольно сложным для производства, так как почти в каждую

серию встраивалась свежая новостная повестка, и работа над сериями проходила, можно сказать, в режиме реального времени.

- «Улица» действительно в каких-то вещах была новаторской – снималась с пылу с жару, но на сценарий мы при этом не забывали. Это была история про простых людей, которые легко могли жить в вашем соседнем дворе, и поэтому нам было очень важно сохранять актуальность происходящего, чтобы герои обсуждали те же события, что и люди в реальной жизни. Поэтому мы вписывали новостную повестку и буквально через день-два она уже звучала в сериях, которые выходили в эфир. Это была настоящая производственная машина, работающая нон-стоп, и, конечно, очень крутой опыт полного погружения в индустрию.

- В какой момент появилась идея «С нуля» и сразу ли эта история была решена в двух временных пластах, что всегда, как мне кажется, опасно для повествования и не всегда хорошо воспринимается продюсерами?

- Мне очень повезло с продюсером Антоном Зайцевым, которого можно назвать моим ангелом-хранителем. Он очень аккуратно работает с авторами, не давит и делает все для того, чтобы рассказать историю так, как ее вижу именно я. Началось всё с того, что мне захотелось рассказать о своем поколении, о людях, чье студенчество прошло в нулевые. Но потом я решила, что тогда получится простоватая история взросления, да и я сама уже стала старше, интереснее было посмотреть, как мы все изменились за это время. Тогда появились два периода – мы рассказываем, с чего мы начинали, и где оказались, к чему пришли. Думаю, если любой человек встретит себя 15 лет назад, то это будет очень интересно, каждый найдет, в чем он сильно поменялся, какие представления отбросил, возможно, вообще стал совершенно другим человеком. Никаких негативных отзывов относительно концепции времени я не получала, наоборот, всем казалось это фишкой истории. К тому же мы, наверное, одни из первых в России начали ностальгировать по 2000-м. Машина ностальгии работает постоянно: сначала были сериалы про 80-е, потом появилось очень много проектов про 90-е, сейчас наступает время поколения 2000-х, что отражается не только в кино, но и в музыке, моде.

- Каким вы помните свой 2008-й?

- Я заканчивала первый курс, работала в РИА «Новости», это был мой первый серьезный опыт

работы, и я видела всю новостную повестку. Нельзя говорить, что тогда проблем не было. Экономический кризис, война в Грузии – в общем, были события не радостные, но были и позитивные новости – например, третье место России на чемпионате Европы по футболу. Был какой-то заряд, что всё возможно, сейчас мы еще чуть-чуть поднапряжемся и станем лучшими в мире, самыми богатыми, успешными, и весь мир будет для нас открыт. В общем, я была одной из тех девочек с журфака МГУ, которой казалось, что впереди что-то невероятное.

- Скучаете по тому времени?

- Конечно! Мир, мне кажется, тогда был проще. Понятно, что есть какие-то хорошие вещи, которые произошли за это время, поменялись в обществе черты, которые мне не нравились. Но я всегда говорю, что для меня 2008-й – это время, когда было ощущение, что всё возможно, всё зависит только от тебя, от того, что ты хочешь и сколько усилий ты для этого готов приложить. А сейчас мир показывает, что ты можешь быть просто частью каких-то исторических событий, а уж дальше, как пойдет.

- Какие приметы 2008-го для вас было важно оставить в сериале?

- Тут важно понять, что 2008-й был у всех разный и я не могу отвечать за то, как его помнит каждый человек в нашей стране. Это диктуется

и местом, и социальным слоем. Мы как раз с Надеей Калегановой – исполнительницей роли Лены – часто про это говорили. Ее 2008-й был совершенно иным. Она из очень маленького городка и там было пиво в подъездах под HoГ-Гано. Он, впрочем, и в моем 2008-м тоже был, но я сама из Санкт-Петербурга, потом жила в Москве, у меня не супербогатые родители, обычный средний класс, но я видела блестящую светскую жизнь того времени, показушное потребление, которое было в Москве и очень сильно насаждалось за счет глянца, к тому же и круг моего общения состоял из студентов МГУ, «золотой молодежи». В этом были и плюсы, и минусы, но именно так я видела 2008-й. Его отличительной чертой были все эти безумные вечеринки за бешеные деньги. Кстати, помню, когда работала в РИА «Новости», как раз горел клуб «Дягилев» – и это было событие из серии «уходит эпоха». И этот мир гламура прошел перед моими глазами. Не могу сказать, что я в него сильно погрузилась, но точно его видела.

- Если говорить про ваших героинь, в ком из них больше вас? И есть ли у этих женщин и, кстати, мужчин тоже какие-то реальные прототипы?

- Все три героини – Даша, Лена и Наташа – они части моей личности, в каждой есть что-то от меня. Наверное, социальный статус ближе к Лене – у меня среднестатистическая московская семья. Но все обстоятельства жизни совершенно другие. А так у каждого, естественно, есть какие-то прототипы и из светской жизни, и из моего окружения, но, наверное, будет неправильно говорить, кто где, пусть это останутся намеками, чтобы никого не обижать, тем более большинство историй гиперболизировано – это все-таки мир кино.

- Тем не менее нельзя отнести ваших героев к неким собирательным образам, когда есть условно содержанки и олигархи.

- Мне уже за это прилетало! Но у меня точно не было желания вешать какие-то ярлыки!

- Какая героиня появилась первой?

- Сначала были Лена и Наташа, потому что у меня в голове была история про то, что дальняя родственница уводит отца из семьи. Похожую ситуацию, вернее предпосылки к ней, я видела в жизни. Это меня заинтересовало как социальное явление. По факту все люди свободны и могут поступать, как считают нужным, и это не кровное родство, но в обществе это, конечно, сильно осуждается. Так что всё пошло от Лены и Наташи. Мне хотелось показать, что одна девушка забита мамой и завидует своей более симпатичной, успешной, как ей кажется, подруге, и это стремление превзойти ее и отравляет.

А потом появилась Даша как некий «комик-релиф», более легкая героиня. Мне нужен был персонаж, который будет давать ироничные оценки всему происходящему. И Даша в этом плане идеальна, я очень люблю эту героиню, хотя она была постоянным предметом споров с исполнительницей этой роли Викой Клинковой. Она недоумевала, как Даша может быть такой поверхностной. Но мы понимали, что она так ведет себя не потому, что дура, напротив, Даша житейски умнее всех. Мне кажется, такой персонаж близок зрителю, потому что не относится к себе слишком серьезно. Тем более в настоящем времени у нее очень интересная роль – слуга двух господ, женщина, которая хорошо адаптируется к любой ситуации и может подстроиться подо всё и всех. Плюс она раскрывает историю «женской дружбы». Не хочу выглядеть человеком, который дискредитирует женщин, но такое бывает, когда все подружки собираются в ресторане, а потом каждая за глаза говорит гадости про другую. Даша – как раз персонаж, который подсвечивает обеих героинь.

- Как вы, кстати, подбирали исполнительниц главных ролей?

- Актерский ансамбль родился в муках. Я очень люблю Марусю Фомина, и когда писала вторые-третьи серии, то понимала, что Наташа, такая холодная королева, – это она. Мы делали кастинг с разными девочками, но так поставить на место, как это сделала Маруся, не смог никто. Я понимаю, что для нее это достаточно частый типаж, но поэтому у нас есть 2008 год, где Наташа попроще, повеселее, и никого другого в этой роли я не представляла. Наш большой успех – Вика Клинкова с ее внутренними сложностями. Она наша Мэрилин Монро, все время страдает, что играет красотку, и хочет, чтобы к ней серьезно относились. Но у нее получается сочетать женскую драму и комедию, хотя комедийный жанр особенный, не каждый актер умеет подавать шутки, и мы этим воспользовались. Причем и в 2008-м она выглядит естественно, будто прям оттуда, хотя в жизни Вика – совершенно другой человек. Самым сложным в кастинге, наверное, был персонаж Лены, которую сыграла Надя Калеганова. Если по Наташе и Даше были более понятные краски, то Лена за время своего пути меняется диаметрально – она должна от забытой девочки-отличницы из хорошей семьи превратиться в абсолютно обиженную на весь мир грубую пацанку. Большинству актрис удавалось либо одно, либо другое. Надя смогла совместить оба этих характера. Она мощная театральная актриса и очень вживается в роль. При этом у нее, что тоже было важно, не типичная внешность. Было бы странно, если топ-модели мама говорила: «Ну, ты у меня такая средненькая». Плюс я очень дорожу тем, что Надя – абсолютно не заезженная, это новое лицо. Мне кажется, в нашей индустрии огромная проблема, что есть пять актеров в одном возрасте, пять – в другом, и они играют самих себя во всех проектах. Надя очень тщательно выбирает роли, и я очень рада, что она согласилась сыграть Лену.

- У кого появилась идея пригласить в качестве режиссера Василия Бархатова – тоже своего рода символа тех самых нулевых? Наверное, как раз в 2008-м у него и начался пик популярности.

- В России точно! Самое забавное, что у нас в первой серии есть премия «Человек года», отсылающая к аналогичной премии GQ, и ровно в 2008-м Вася делал ту реальную премию. Когда мы это выяснили, поняли, что это союз, созданный на небесах. Кто позвал Васю первым – история умалчивает. Но когда мы задумались о режиссерах, то я предложила посмотреть театральные, потому что, хоть Вася и ненавидит это сравнение, я очень люблю База Лурмана, который первоначально оперный режиссер, как и Вася, а Васю я знала давно, потому что у меня папа фанат этого жанра и я выросла в Мариинке. Когда мы перечисляли театральные постановщики, то вспомнили про Васю как такого enfant terrible оперного театра, к тому же у него был киношный опыт. К тому времени он уже давно жил в Европе, но мы все-таки отравили ему сценарий первой серии, который Васе понравился, но у него было жесточайшее расписание, и он просто физически не мог вырваться на съемки. А потом произошла пандемия, театры закрылись, и Вася освободился, чтобы снять наш сериал.

В онлайн-кинотеатре KION продолжает показ третьего сезона сериала «Тест на беременность» – популярного проекта со Светланой Ивановой в роли бескомпромиссной как в работе, так, кажется, и в личной жизни акушера-гинеколога Натальи Владимировны Бахметьевой. Первый «Тест на беременность» выходил аж в 2014 году, во многом предвосхитив нынешний сериальный бум и зрительский запрос на сильных героинь. Мы поговорили со Светланой Ивановой о возвращении к роли Бахметьевой, перерывах в выходе новых сезонов, знаковых ролях и относительности женской силы.

[КИНОТЕАТР.РУ]

- Так получается, что новые сезоны «Теста на беременность» выходят раз в три-четыре года, что довольно большой шаг для нынешних зрителей, уже привыкших к тому, что продолжения популярных проектов возникают практически сразу же, максимум через год. Как вам спустя столь немалое количество времени удается возвращаться в образ Натальи Владимировны?

- Я очень люблю эту роль – она во многом проросла в меня, а я – в нее. Такие большие перерывы в выходе сезонов, наверное, не радуют зрителей, но для артистов, всей команды, это правильный шаг, потому что он дает возможность сниматься в других проектах, заниматься театром, профессионально расти и в каждый новый сезон приходиться с новым багажом и профессиональным уровнем. Сценаристам это позволяет не гнать тексты под эфир, а вдумчиво и серьезно подходить к написанию истории, что, мне кажется, получается. Уже не раз говорила, что первый сезон «Теста на беременность» стал для меня поворотным в актерской карьере, потому что я таких ролей до того не играла и казалось, что я будто бы не очень подходила на эту роль, но мне это было очень интересно. Я очень люблю свою героиню и переживаю за нее так же, как зрители. Мне точно так же любопытно, что с ней будет дальше. И на съемочную площадку я всегда возвращаюсь с невероятным интересом и радостью, так как у нас сложилась невероятно дружная команда. Да, менялись режиссеры, сценаристы, но то, что актерский состав не меняется уже девять лет, – это фантастика, и невероятное счастье быть в такой сработанной, слаженной команде, когда не надо притираться друг к другу, а можно сразу заниматься творчеством.

- В третий сезон как раз вернулся режиссер Михаил Вайнберг, который когда-то начинал эту историю. Изменился ли с течением времени его подход к работе, отношение к команде?

- Это было самое настоящее возвращение в семью, потому что Миша стоял у истоков этого проекта, и первый сезон очень Мишин, наполнен его творческим видением, взглядом на кино. Может быть, есть и сакральный смысл в том, что не все сезоны Миша снимал, потому что таким образом получился разный взгляд на историю, персонажей. Но снова встретиться с ним было очень радостно, потому что у него потрясающая атмосфера на площадке и изумительное чувство юмора, он всегда сохраняет какой-то очень правильный градус иронии во всей нашей драме.

- Четвертый сезон, который только готовится к выходу, вообще неожиданно снимал Николай Хомерики. Расскажите про его подход и погружение в вашу компанию – до «Теста на беременность» он все-таки снимал либо авторское кино, либо детективы и брутальный «Ледокол».

- Коля – фантастически тонкий художник. Он невероятно почувствовал эту историю, и, думаю, взялся за проект именно потому, что она в нем откликнулась. В коллектив Коля влился прекрасно – будто бы всегда был с нами. Я говорила про разный взгляд режиссеров, так вот у Коли он тоже совсем другой – невероятно трогательный и трепетный. На мой взгляд, всё, что Коля блестяще делает в авторском кино, он привносит и в другие свои работы. Он невероятно тонко работает с артистами, что очень важно и главное – нужно нашей истории, где действительно хочется понять персонажей, как они живут, что чувствуют, о чем думают в тот момент, когда молчат. Мне самой интересно, насколько четвертый сезон будет отличаться визуально, поскольку я нахожусь в процессе и могу оценивать только свои внутренние ощущения, а остальное экран покажет.

- В третьем сезоне у вас, кстати, появились

Светлана Иванова: «Сильная женщина для меня загадочное понятие»

новые актеры. Не было ли на площадке какой-то дедовщины?

- Я уже рассказывала в другом интервью, что очень люблю сериал «Друзья», и когда смотрела его, думала, как же, с одной стороны, трудно 10 лет играть одну и ту же роль, а с другой – какое же счастье 10 лет провести одной командой вместе с классными людьми. Ты смотришь этот проект и видишь, какая у них потрясающая атмосфера на съемках, понимаешь, что они все дружат, за кадром смеются. У них же появлялись разные большие звезды – и Брюс Уиллис, и Брэд Питт, кого только не было. Но при просмотре сериала ты видишь, что все вновь приходящие люди кайфуют от съемочного процесса. Мне кажется, в «Тесте на беременность» похожая история, потому что все артисты, которые к нам попадают, заражаются нашей атмосферой. И мы все чудесно общались, никто никого не мочил, и нет у нас никакой дедовщины, а наоборот, все всегда радуются, когда появляется кто-то новенький.

- Что для вас изначально было самым сложным при погружении в профессию врача? Многие актеры говорят, что запоминать термины не очень просто, как и технику работы руками. Маску вы, кстати, единственная в сериале носите резиночками крест-накрест.

- Это просто физическая особенность, поскольку у меня маленькое лицо, и все стандартные маски мне велики. Я это не сама придумала, а подсмотрела у врачей, поскольку у них тоже бывают лица разного размера, и те, кому маски велики, носят их крест-накрест. Я начала так делать девять лет назад на съемках и решила, что пусть это будет такая особенность Бахметьевой, то, что выдает в ней маленькую хрупкую женщину. А самое сложное, конечно, быть максимально убедительным, потому что сериал смотрят медики, что стало очевидно еще после первого сезона, когда врачи подходили и говорили приятные слова. Стало понятно, что они пристально за нашим проектом следят, поэтому уровень ответственности возрастает. Мы всегда стараемся быть максимально правдивыми, потому что понимаем, что нас смотрят профессионалы, поэтому очень важно трепетно подходить ко всему, что связано с последовательностью хода операции, кто где стоит, кто что берет, как они переговариваются между собой. Я ходила смотрела и на операции, и на роды, подглядывала, как врачи общаются между собой, чтобы это было не как в кино, когда все чуть-чуть с выражением обращается друг к другу, а максимально как в жизни. Мне самой очень нравится смотреть сцены, связанные с операциями, потому что они классно сняты и смонтированы – возникает ощущение, что ты смотришь практически документальную историю.

- Хотя у нас на сайте читала комментарии в духе «очень много крови» и «зачем так подробно и крупным планом всё показывать».

- Это сериал про врачей и было бы странно, если бы там были какие-то цветы и бабочки. Я не скажу, что в этом смысл проекта, но в этом очень важная его часть – что страшное, почти животное соседствует с чудом и простыми человеческими отношениями.

- В самой первой серии первого сезона ваша героиня говорит, что она едет в Петербург взрослеть. Как вам кажется, к третьему и теперь уже четвертому сезону, который снят, удалось ли ей это?

- Она в процессе. Я – ровесница своей героини, она на год меня старше. И я все еще в процессе взросления. Про себя – Свету Иванову в жизни – я не могу сказать, что во всем повзрослела окончательно. Это же тоже путь. Она старается. Что-то у нее получается, что-то не очень, и естественно, что исходя из каких-то ее поступков взгляд на жизнь, отношения, дружбу, работу, материнство может меняться.

- Первый сезон был погружением в профессию, второй – больше посвящен личной жизни Бахметьевой. А как бы вы охарактеризовали третий сезон, поскольку начинается он довольно жестко – практически с новой точки отсчета для Бахметьевой.

- Как раз в третьем сезоне она будет пытаться искать баланс между тем, что творилось с ней в первом и во втором сезонах. Если рассматривать этот путь с точки зрения жизни, то, наверное, разница в поведении и моей героини, и других в первом и втором сезонах достаточно узнаваема – все-таки разное время, настроение, кризисные состояния диктуют в том числе и разные модели поведения. В третьем сезоне Бахметьева – обычная живая женщина: и работать пытается, и личную жизнь хочет построить, и друзей хочет, и отдыха, и веселья. Это, конечно, не совсем документальное кино про женщин за 30, но моя героиня очень узнаваема – такую все мы можем встретить на улице, в магазине, метро, на парковке.

- Были ли за все время «Теста на беременность» случаи, когда вы получали сценарий и с чем-то были категорически не согласны? Либо, напротив, видели что-то, что вас удивляло в хорошем смысле?

- История не терпит сослагательного наклонения, поэтому я не буду анализировать то, что могло получиться иначе. Про третий-четвертый сезоны говорить пока сложно – я, как и зрители, их еще полностью не видела. Может оказаться так, что то, что воспринималось в процессе лишним, в итоге ушло на монтаже, а то, что у меня вызывало вопросы в общей линии, я, досмотрев сезон до конца, пойму. В целом я очень благодарна нашим режиссерам, потому что они всегда готовы к дискуссии и готовы прислушаться ко мне, донести до меня свою позицию. Как правило, если возникают вопросы – это повод для обсуждения, читок и в том числе правок. Я не вспомню какие-то конкретные случаи, но очень часто бывает – и я не единственная актриса, которая может так сказать, – что когда ты уже много лет играешь какую-то роль или даже перед новым проектом срастается с ней, то в какой-то сцене говоришь: «А она бы так не сказала! Она бы выразилась иначе». Такие моменты очень часто бывают не только у меня, но и у всех моих партнеров, потому что каждый актер – адвокат своей роли и лучший друг своего героя.

- Можно ли назвать Наталью Владимировну

Кадры из сериала «Тест на беременность»



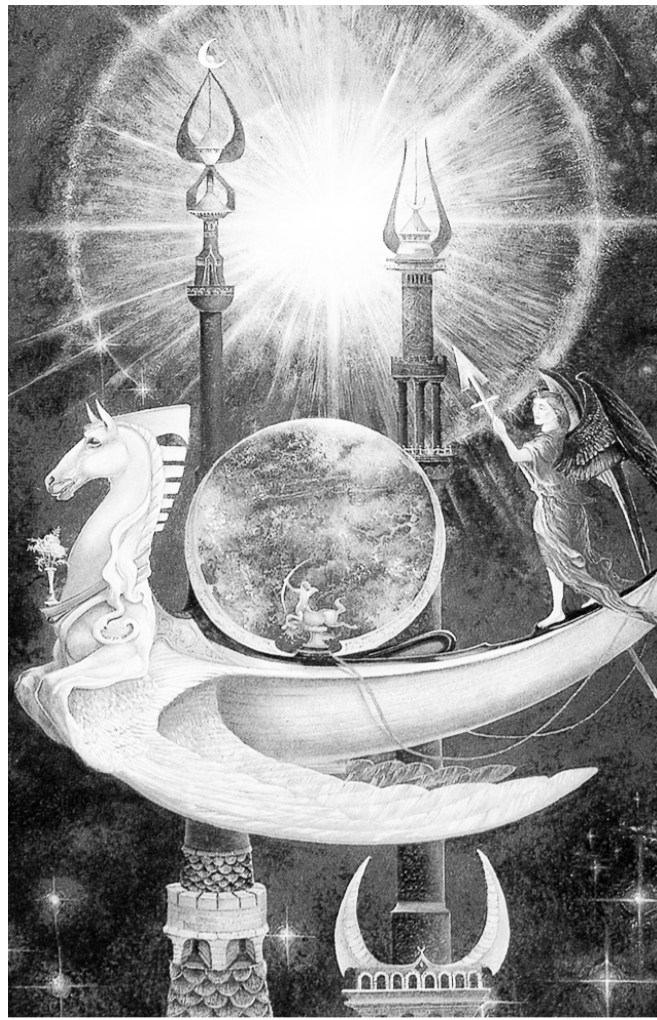
Светлана Иванова

Бахметьеву сильной женщиной? И вообще как вы относитесь к подобному рода формулировке?

- Для меня это какое-то загадочное понятие. Что такое сильная женщина? Может одна растить ребенка? Но этим уже никого не удивишь. Уже среди этих сильных женщин есть те, кто еще больше выделяется своей силой. Или хороший профессионал, может своей работой сама себя обеспечить без помощи мужчины рядом? Но этим тоже давным-давно никого не удивишь, особенно во времена фем-повестки. Вы, наверное, правы, что первый сезон, может быть, кого-то и удивил тем, что такие героини бывают и такие женщины бывают, но в 2022 году никого особенно не удивишь тем, что женщина может что-то сама и способна преодолевать трудности. Так что, мне кажется, это не главное, что отличает мою героиню от других, и термином «сильная женщина» я бы не оперировала. Моя мама, которая одна растила двоих детей, может посоревноваться с Натальей Владимировной в силе и жизнелюбии. Поэтому все очень относительно. Наверное, для кого-то, кто находится в похожей жизненной ситуации, Бахметьева может стать ролевой моделью – смотрите-ка она и ребенка растить успевает, и работает, и парня у нее нет, но она не отчаивается и неплохо выглядит. Наверное, это зависит от того, кто и какими глазами смотрит на нее и на ее историю. Для кого-то она может маячки в жизни расставить, а кого-то, возможно, раздражает тем, что она такая наглая, борзая, хамоватая, не знаю, сколько еще можно подобрать эпитетов. Так что все зависит от угла зрения.

- Вы уже сказали, что «Тест на беременность» в каком-то смысле стал для вас знаковым в карьере. А какие бы еще свои роли вы отнесли к ключевым?

- Я назову из последнего и очевидного, потому что это совсем рядом, и я испытываю невероятное чувство благодарности ко всем, кто мне эти замечательные роли подарил. Это, конечно, «Триггер», особенно второй. Я очень люблю этот проект. Когда есть такая классная история, ты можешь в ней совершенно по-новому прозвучать, но вот во втором сезоне я очень признательна сценаристам, креативщикам и отдельно шоураннеру Саше Ремизовой за то, как они эту роль повернули и что мне дали поиграть. Это, конечно же, роль в «Обоюдном согласии». Я невероятно признательна Лере, которая решила, что это могу быть я. И я мечтала о роли, которая бы перевернула мое сознание, – и она случилась. Пишите еще, дорогие сценаристы! Еще, конечно же, назову «Собор», потому что я теперь живу с мыслями, что, наверное, только еще лет через 10 снимусь в таком историческом проекте, потому что это всегда непросто и дорого, оттого такие проекты появляются нечасто, но это настоящее актерское счастье.



Гороскоп на неделю

с 19 по 25 декабря



Овен. Один из самых благоприятных периодов, в который можно реализовать планы и намерения. Отношения с представителями противоположного пола сейчас будут очень плодотворными. Следите за своим здоровьем!



Весы. Настаёт период пробуждения внутренней энергии и творческой реализации. Препятствия, стоящие перед бизнесменами, будут преодолены. Благоприятный период для женщин. У них будут романтические встречи.



Телец. Будьте осторожны: не допускайте ошибок на работе, чтобы вам не приходилось комментировать мнение своего начальника или сотрудников. Рекомендуется не начинать новый бизнес.



Скорпион. Исключите всю агрессивность и напористость. Не планируйте ничего, потому что планы могут быть не реализованы. Попробуйте довольствоваться тем, что принесёт успех, не прося большего.



Близнецы. На этой неделе Близнецы не должны рисковать, вступать в авантюрные приключения, искать людей противоположного пола и выделяться из окружающей среды. Будьте терпеливы.



Стрелец. Вас ждут личные свидания или дружеские встречи. Период благоприятен для путешествий, физической активности, операций с недвижимостью, крупных покупок.



Рак. Благоприятный период для коллективных мероприятий, физической активности, активного отдыха. Это прекрасное время для размышлений о переходе к новому виду деятельности.



Козерог. У Козерогов период благоприятен для общения, новых знаний, установления деловых контактов, решения повседневных проблем. Благоприятный период для активной коммерческой деятельности.



Лев. Возможно, вы получите предложение участвовать в совместном проекте, обещающем хороший денежный доход. Принимайте решения самостоятельно, полагайтесь на интуицию.



Водолей. Настаёт хороший период для изменения сферы деятельности. У вас внезапно появится возможность продемонстрировать все свои таланты и способности. Не злоупотребляйте алкоголем.



Дева. Проблемы будут постоянно напоминать вам о себе. Воздержитесь от кардинальных решений и активных действий, продиктованных эмоциями. Существует вероятность непредвиденных расходов.



Рыбы. Звезды указывают на неожиданный поворот в жизни Рыб, и необязательно положительный. Страсть к действиям, непоследовательность могут привести к глубоким противоречиям.

понедельник, 19 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 17.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 «Александра Пахмутова» (12+) 12.05 «Александра Пахмутова» (12+) 13.00 X/ф «Сто дней после детства» (12+) 14.40 «Сергей Соловьев. «АССА - пароль для своих» (12+) 15.05 «Сергей Соловьев. «АССА - пароль для своих» (12+) 15.25 «Мужское/Женское» (16+) 16.20 «Без права на славу» (16+) 17.20 «Без права на славу» (16+) 17.45 «Его звали Майор Вихрь» (16+) 18.45 Информационный канал (16+) 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Казанова в России» (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, 16.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 16.30 «Малахов» (16+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Дама с собачкой» (12+) 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 00.00 Ко Дню работника военной контрразведки РФ. «Арнольд Дейч. Последняя легенда» (12+) 01.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 03.10 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)	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» (16+) 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Адмиралы района» (16+) 23.10 Т/с «Пёс» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 03.40 Т/с «Меч» (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 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 Фэш-шуй прогноз (12+) 11.50, 23.50 Сахалин в цифрах (12+) 20.20, 21.20, 22.20, 23.20 Частный эксперт (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50 Новостята (12+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.50, 06.50 Наши в Ютуб (12+) 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57 Yandex всплески (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.10 Мультфильмы (0+) 06.45 «Наше кино. История большой любви» (12+) 07.10 Т/с «Смерть шпионам!» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 «Белорусский стандарт» (12+) 11.20 Т/с «Смерть шпионам!» (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 «Игра в кино» (12+) 20.25 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.45 «Назад в будущее» (16+) 23.40 Т/с «Гаишники-2» (16+) 02.15 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.40 X/ф «Близнецы» (16+) 04.00 Т/с «Смерть шпионам!» (16+) 04.50 Т/с «Смерть шпионам: Крым» (16+)	05.10 Т/с «Смерть шпионам. Лисья нора» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 10.45 «Специальный репортаж» (16+) 11.20 Д/с «Оружие победы» (16+) 11.35 «История воздушного боя» 13.00 Новости дня (16+) 13.40 Т/с «Смерть шпионам!» (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 «Вариант «Омега» (12+) 00.50 Т/с «20 декабря» (12+) 03.00 Д/с «Перелом. Хроника победы» (16+) 03.25 Т/с «Смерть шпионам!» (16+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.35 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.05 «Давай разведёмся!» (16+) 11.05 «Тест на отцовство» (16+) 13.20 «Понять. Простить» (16+) 14.25 «Порча» (16+) 14.55 «Знахарка» (16+) 15.30 «Верну любимого» (16+) 16.05 Т/с «Всё к лучшему» (16+) 20.00 Т/с «Когда умрёт любовь» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.50 «Знахарка» (16+) 01.25 «Верну любимого» (16+) 01.55 «Понять. Простить» (16+) 02.45 Т/с «От ненависти до любви» (16+) 03.35 «Тест на отцовство» (16+) 05.15 «Давай разведёмся!» (16+) 06.05 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.35 Т/с «Гений. 1 серия» (16+) 07.45 Т/с «Гений. 2 серия» (16+) 09.20, 10.30, 10.55, 12.00, 13.05 Т/с «Выйти любой ценой» (16+) 09.55 «Знание - сила» (0+) 14.30 Т/с «Условный мент-2. Другая жизнь» (16+) 15.20 Т/с «Условный мент-2. Старые долги» (16+) 16.15 Т/с «Условный мент-2. Ограбление банка» (16+) 17.10 Т/с «Условный мент-2. Выстрелы из прошлого» (16+) 18.05, 19.00 Т/с «Условный мент-2. Кредитная история» (16+) 19.25 Т/с «Условный мент-2. Чужой» (16+) 20.20 Т/с «След. Сложное решение» (16+) 21.00 Т/с «След. Сокровище» (16+) 21.45 Т/с «След. Ябеда» (16+) 22.35 Т/с «След. Пепел промета» (16+) 23.25 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Приложение» (16+) 00.10 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Загадка бизнес-центра» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Передача личности» (16+) 02.15 Т/с «След. Вечный лок» (16+) 02.55 Т/с «След. Четвертая попытка» (16+) 03.30 Т/с «След. Троянский бумеранг» (16+) 04.05 Т/с «Детективы. Веер мести» (16+) 04.35 Т/с «Детективы. Обманутая Любовь» (16+) 05.00 Т/с «Детективы. Палки в колеса» (16+) 05.30 Т/с «Детективы. Штучная вещь» (16+)

В автокомплекс в Луговом ТРЕБУЮТСЯ
* ВОДИТЕЛИ кат. С
* ВОДИТЕЛИ кат. СЕ
* СТОРОЖА
* КУЗОВНОЙ МАСТЕР
790-242-28-65-54

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

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

РОССИЯ 24
09.00 «Вести. Сахалин - Курилы»
09.15 «Интервью»
13.00 «Вести. Сахалин - Курилы»
16.00 «Вести. Сахалин - Курилы»
16.15 «Уримал Бансон»
19.00 «Вести. Сахалин - Курилы»
19.15 «Интервью»

ПЯТНИЦА!
06.00 «Пятница News» (16+)
06.20 «Кондитер-3» (16+)
07.20 «Кондитер-3» (16+)
08.40 «На ножах» (16+)
09.40 «На ножах» (16+)
10.40 «На ножах» (16+)
11.40 «Руссо-экспресс» (16+)
12.50 «На ножах» (16+)
13.50 «На ножах» (16+)
14.40 «На ножах» (16+)
15.40 «На ножах» (16+)
16.50 «На ножах» (16+)
17.50 «На ножах» (16+)
19.00 «На ножах» (16+)
20.00 «Битва шефов-2» (16+)
22.00 «Битва шефов-2» (16+)
00.10 «Пробный переезд» (16+)
01.10 X/ф «Иллюзионист» (16+)
03.00 «Пятница News» (16+)
03.30 X/ф «Проклятие Аннабель: зарожде-ние зла» (16+)
05.20 «Пятница News» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31



вторник, 20 декабря

	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 15.05 «Мужское/Женское» (16+) 16.00 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Казанова в России» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 «Бомба. Наши в Лос-Аламосе» (16+) 00.45 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, 16.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 16.30 «Малахов» (16+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Дама с собачкой» (12+) 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.40 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) 03.40 Т/с «Личное дело» (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» (16+) 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Адмиралы района» (16+) 23.10 Т/с «Пёс» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 01.45 «Основано на реальных событиях» (16+) 03.00 Т/с «Меч» (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, 14.20, 15.20, 17.20, 18.20, 19.20 Частный эксперт (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, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 Наши в Ютуб (12+) 07.58, 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 Фэн-шуй прогноз (12+) 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостя (12+) 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+) 20.22, 21.22, 22.22, 23.22 Правила здоровья (12+) 00.50, 02.50, 04.50, 06.50 Равновесие (12+) 01.50, 03.50, 05.50 ДВ-блиц (12+)	06.00 Т/с «Смерть шпионам: Крым» (16+) 10.00 Профилактика на канале 18.00 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 19.30 Новости 19.50 «Игра в кино» (12+) 20.25 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.45 «Назад в будущее» (16+) 23.40 Т/с «Гаишники-2» (16+) 02.20 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.45 Х/ф «Частная жизнь Петра Виноградова» (16+) 04.10 Т/с «Развод» (16+)	05.10 Т/с «Смерть шпионам!» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 10.45 «Специальный репортаж» (16+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.40 Т/с «Смерть шпионам!» (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 «Вариант «Омега» (12+) 00.50 Т/с «20 декабря» (12+) 03.00 Д/с «Перелом. Хроника победы» (16+) 03.25 Т/с «Смерть шпионам!» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 09.45 «Давай разведёмся!» (16+) 10.50 «Тест на отцовство» (16+) 13.05 «Понять. Простить» (16+) 14.10 «Порча» (16+) 14.40 «Знахарка» (16+) 15.15 «Верну любимого» (16+) 15.50 Т/с «Всё к лучшему-2» (16+) 20.00 Т/с «Любовь по контракту» (16+) 00.10 «Порча» (16+) 01.15 «Знахарка» (16+) 01.45 «Верну любимого» (16+) 02.15 «Понять. Простить» (16+) 03.05 Т/с «От ненависти до любви» (16+) 03.55 «Тест на отцовство» (16+) 05.35 «Давай разведёмся!» (16+) 06.25 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Изнестия» (16+) 06.40, 07.30, 08.20, 09.15, 10.30, 10.55, 11.55, 12.55 Т/с «Выжить любой ценой» (16+) 09.55 «Знание - сила» (0+) 14.30 Т/с «Условный мент-2. Месть ведьмы» (16+) 15.20 Т/с «Условный мент-2. Новые колеса» (16+) 16.15 Т/с «Условный мент-2. Высший суд» (16+) 17.10 Т/с «Условный мент-2. Карманная симфония» (16+) 18.05, 19.00 Т/с «Условный мент-2. Принцесса Непала» (16+) 19.25 Т/с «Условный мент-2. Время платить по счетам» (16+) 20.20 Т/с «След. Секрет Полишинеля» (16+) 21.10 Т/с «След. Между двух огней» (16+) 21.45 Т/с «След. Все по уму» (16+) 22.35 Т/с «След. Тотальная слежка» (16+) 23.25 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Высшая точка» (16+) 00.10 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Дважды утопленник» (16+) 01.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Работа над ошибками» (16+) 02.15 Т/с «След. Страшные секреты» (16+) 02.55 Т/с «След. Каракурт» (16+) 03.30 Т/с «След. Работа на износ» (16+) 04.10 Т/с «Детективы. Танцы на шпильках» (16+) 04.40 Т/с «Детективы. Чертова старуха» (16+) 05.05 Т/с «Детективы. Дон Жуан с фабричной» (16+) 05.30 Т/с «Детективы. Поддельный дед» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

среда, 21 декабря

	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 15.05 «Мужское/Женское» (16+) 16.00 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Казанова в России» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 «Без права на славу» (16+) 00.45 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, 16.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 16.30 «Малахов» (16+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Дама с собачкой» (12+) 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 02.00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) 04.00 Т/с «Личное дело» (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» (16+) 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Адмиралы района» (16+) 23.10 Т/с «Пёс» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 01.45 «Основано на реальных событиях» (16+) 03.15 Т/с «Меч» (16+) 05.30 «Их нравы» (0+)	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, 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, 09.50, 11.50, 13.50, 15.50, 17.50, 19.50, 21.50, 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 Фэн-шуй прогноз (12+) 08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50 Равновесие (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50 Новостя (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.50, 06.50 Наши в Ютуб (12+)	06.00 Т/с «Развод» (16+) 07.10 Мультфильмы (0+) 07.40 «Наше кино. История большой любви» (12+) 08.05 Т/с «Смерть шпионам: Крым» (16+) 09.55 Т/с «Смерть шпионам: скрытый враг» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 Т/с «Смерть шпионам: скрытый враг» (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 «Игра в кино» (12+) 20.25 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.45 «Назад в будущее» (16+) 23.40 Т/с «Гаишники-2» (16+) 02.20 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.45 Х/ф «Белый клык» (12+) 04.05 Т/с «Развод» (16+)	05.10 Т/с «Смерть шпионам!» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 10.45 «Специальный репортаж» (16+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.40 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (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 «Вариант «Омега» (12+) 00.45 Х/ф «Сицилианская защита» (12+) 02.10 Д/с «Нюрнберг» (16+) 03.30 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.10 «Давай разведёмся!» (16+) 11.10 «Тест на отцовство» (16+) 13.25 «Понять. Простить» (16+) 14.30 «Порча» (16+) 15.00 «Знахарка» (16+) 15.35 «Верну любимого» (16+) 16.05 Т/с «Когда умрёт любовь» (16+) 20.00 Т/с «Любовь с закрытыми глазами» (16+) 23.55 «Порча» (16+) 01.00 «Знахарка» (16+) 01.30 «Верну любимого» (16+) 02.00 «Понять. Простить» (16+) 02.50 Т/с «От ненависти до любви» (16+) 03.40 «Тест на отцовство» (16+) 05.20 «Давай разведёмся!» (16+) 06.10 «По делам несовершеннолетних» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Изнестия» (16+) 06.35, 07.25, 08.15, 09.15, 10.30, 10.55, 11.55, 12.55 Т/с «Выжить любой ценой» (16+) 09.55 «Знание - сила» (0+) 14.30 Т/с «Условный мент-2. Новый участковый» (16+) 15.20 Т/с «Условный мент-2. Охотница Диана» (16+) 16.15 Т/с «Условный мент-2. Меченые деньги» (16+) 17.10 Т/с «Условный мент-2. Смерть на вираже» (16+) 18.05, 19.00 Т/с «Условный мент-2. Прощай, оружие!» (16+) 19.30 Т/с «Условный мент-2. В джазе только мы» (16+) 20.20 Т/с «След. Подайте на пропитание» (16+) 21.00 Т/с «След. Муж из могилы» (16+) 21.45 Т/с «След. Кровавая межа» (16+) 22.35 Т/с «След. Алиса в стране серебра» (16+) 23.25 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Абажур» (16+) 00.10 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Горькое наследство» (16+) 01.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. След астри» (16+) 02.15 Т/с «След. Форк» (16+) 02.50 Т/с «След. Интим со смертью» (16+) 03.30 Т/с «След. По вольчьим законам» (16+) 04.10 Т/с «Детективы. Липа» (16+) 04.40 Т/с «Детективы. Дочки, внуки» (16+) 05.10 Т/с «Детективы. Ценный ребенок» (16+) 05.35 Т/с «Детективы. Ячейка общества» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

четверг, 22 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 15.05 «Мужское/Женское» (16+) 16.00 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Т/с «Казанова в России» (16+) 22.45 «Большая игра» (16+) 23.45 «Горячий лед» (0+) 01.10 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, 16.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 16.30 «Малахов» (16+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.20 Т/с «Дама с собачкой» (12+) 23.15 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 02.00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) 04.00 Т/с «Личное дело» (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» (16+) 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Адмиралы района» (16+) 23.10 Т/с «Пёс» (16+) 01.00 Т/с «Пёс» (16+) 01.45 «Поздныков» (16+) 02.00 «Мы и наука. Наука и мы» (12+) 02.50 Т/с «Меч» (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, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 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, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новостята (12+) 20.20, 21.20, 22.20, 23.20 Частный эксперт (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)	06.00 Т/с «Развод» (16+) 06.20 «Наше кино. История большой любви» (12+) 06.45 Т/с «Смерть шпионам: лисья нора» (16+) 10.10 Т/с «Смерть шпионам: ударная волна» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 Т/с «Смерть шпионам: ударная волна» (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 «Игра в кино» (12+) 20.25 «Игра в кино» (12+) 21.10 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.45 «Назад в будущее» (16+) 23.40 Т/с «Гаишники-2» (16+) 02.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 02.50 Х/ф «Свинка и пастух» (12+) 04.15 Т/с «Развод» (16+)	05.05 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 10.45 «Специальный репортаж» (16+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.40 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 «Битва оружейников» (16+) 19.40 «Код доступа» (12+) 21.00 Новости дня (16+) 21.15 «Открытый эфир» (16+) 22.55 «Между тем» (12+) 23.25 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 02.05 Д/с «Нюрнберг» (16+) 04.00 Д/ф «Военный врач Иван Косачев. Две пустыни: огонь и лед» (16+) 04.40 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 09.20 «Давай разведёмся!» (16+) 10.25 «Тест на отцовство» (16+) 12.40 «Понять. Простить» (16+) 13.45 «Порча» (16+) 14.15 «Знахарка» (16+) 14.50 «Верну любимого» (16+) 15.25 Т/с «Любовь по контракту» (16+) 19.45 «Спасите мою кухню» (16+) 20.00 Т/с «Никогда не бывает поздно» (16+) 23.55 «Порча» (16+) 01.00 «Знахарка» (16+) 01.30 «Верну любимого» (16+) 02.00 «Понять. Простить» (16+) 02.50 Т/с «От ненависти до любви» (16+) 03.40 «Тест на отцовство» (16+) 05.20 «Давай разведёмся!» (16+) 06.10 «6 кадров» (16+) 06.15 «По делам несовершеннолетних» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 «Черный список» (16+) 06.50 «Пятница News» (16+) 07.10 «Кондитер-3» (16+) 08.00 «Кондитер-3» (16+) 08.40 «На ножах» (16+) 09.50 «На ножах» (16+) 10.50 «На ножах» (16+) 12.00 «Новые Пацанки» (16+) 14.20 «Четыре свадьбы-3» (16+) 16.00 «Четыре свадьбы-3» (16+) 17.40 «Четыре свадьбы-4» (16+) 20.00 «Новые Пацанки» (16+) 23.00 «Тревел-баттл» (16+) 00.10 «Сердце Ивлеевой» (16+) 02.10 «Пятница News» (16+) 02.40 Х/ф «Страшная воля богов» (16+) 04.20 «Пятница News» (16+) 04.50 «Зов крови» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Изнестия» (16+) 06.45, 07.35, 08.25 Т/с «Выжить любой ценой» (16+) 09.30 «День ангела» (0+) 09.55 «Знание - сила» (0+) 10.30, 11.20, 12.15, 13.10 Т/с «Игра с огнем» (16+) 14.30 Т/с «Условный мент-2. Каждому своё» (16+) 15.20 Т/с «Условный мент-2. Чистая охота» (16+) 16.20 Т/с «Условный мент-2. Чужая свадьба» (16+) 17.10 Т/с «Условный мент-2. Круглосуточная охрана» (16+) 18.05, 19.00 Т/с «Условный мент-2. Почтовый Роман» (16+) 19.25 Т/с «Условный мент-2. Орден за мужество» (16+) 20.20 Т/с «След. Покойники долго не живут» (16+) 21.10 Т/с «След. Запах смерти» (16+) 21.45 Т/с «След. Тараканы» (16+) 22.35 Т/с «След. Сиротское дело» (16+) 23.25 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Потоп» (16+) 00.10 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Восток - дело тонкое» (16+) 01.00 «Изнестия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. В ледяном отражении» (16+) 02.15 Т/с «След. Терпила» (16+) 02.50 Т/с «След. Окончательный диагноз» (16+) 03.30 Т/с «След. Жизнь под снос» (16+) 04.10 Т/с «Детективы. Приживалка» (16+) 04.40 Т/с «Детективы. Модный цвет» (16+) 05.10 Т/с «Детективы. Чертова старуха» (16+) 05.35 Т/с «Детективы. Обманутая любовь» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

Солнце ТВ

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

пятница, 23 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 «Доброе утро» 09.00 Новости 09.10 «АнтиФейк» (16+) 09.45 «Жить здорово!» (16+) 10.35 «Горячий лед» (0+) 11.55 Информационный канал (16+) 16.05 «Мужское/Женское» (16+) 16.55 Информационный канал (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «Человек и закон» (16+) 19.45 «Поле чудес» 21.00 «Время» 21.45 «Голос. Дети» (0+) 23.20 «Горячий лед» (0+) 00.30 «Олег Целков. Единственный из многих» (12+) 01.25 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, 21.15 «Вести. Сахалин-Курилы» 09.30 «Утро России. Сахалин-Курилы» 09.55 «О самом главном» (12+) 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести 11.30 «60 минут» (12+) 14.55 «Кто против?» (12+) 16.30 «Малахов» (16+) 17.30 «60 минут» (12+) 21.30 Музыкальное гранд-шоу «Дуэты» (12+) 00.05 «Улыбка на ночь» (16+) 01.10 Х/ф «Моё любимое чудовище» (12+)	05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Сегодня» 09.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (16+) 10.25 «Следствие вели...» (16+) 11.35 «Следствие вели...» (16+) 12.00 «Дороги будущего» (12+) 13.00 «ДедСад» (0+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» (16+) 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «ДНК» (16+) 18.55 «Жди меня» (12+) 21.00 Т/с «Адмиралы района» (16+) 23.10 Т/с «Пёс» (16+) 01.00 «Своя правда» 02.55 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+) 03.20 «Квартирный вопрос» (0+) 04.10 Т/с «Меч» (16+) 05.40 «Их нравы» (0+)	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 (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 Частный эксперт (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 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+) 07.55, 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, 00.55, 02.53, 04.53, 06.53 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, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 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+) 00.20, 02.20, 04.20, 06.20 Держи краба (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Новостята (12+) 01.20, 03.20, 05.20 Наши в Ютуб (12+) 01.25, 03.25, 05.25 Сахалин в цифрах (12+) 01.53, 03.53, 05.53 Равновесие (12+)	06.00 Т/с «Развод» (16+) 08.50 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30 Новости 11.10 «В гостях у цифры» (12+) 11.20 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 12.10 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 13.10 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 15.05 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 16.15 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 17.15 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 18.05 «Мировое соглашение» (16+) 18.55 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 19.50 «Слабое звено» (12+) 20.40 Х/ф «Опасно для жизни» (16+) 22.30 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, на Байрон-Бич опять идет дождь» (16+) 00.10 Х/ф «Мексиканский вояж Степаныча» (16+) 01.35 Х/ф «Ягуар» (16+) 03.15 «Наше кино. История большой любви» (12+) 03.40 Х/ф «Таинственный остров» (12+) 05.10 Мультфильмы (0+)	06.15 Т/с «Смерть шпионам. Крым» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Т/с «Вариант «Омега» (12+) 10.45 Д/ф «23 декабря - День дальней авиации ВКС России» (16+) 11.20 Х/ф «Отряд особого назначения» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.20 Д/с «Легенды госбезопасности» (16+) 14.05 Х/ф «22 минуты» (16+) 15.40 Х/ф «Горячий снег» (12+) 18.00 Новости дня (16+) 18.45 Д/с «Битва оружейников» (16+) 19.40 Х/ф «Классик» (16+) 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+) 23.00 «Музыка+» (12+) 00.00 Х/ф «Трактир на Пятницкой» (12+) 01.30 Х/ф «Ночной патруль» (12+) 03.05 Д/с «Ставка» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.00 «Давай разведёмся!» (16+) 11.00 «Тест на отцовство» (16+) 13.15 «Понять. Простить» (16+) 14.20 «Порча» (16+) 14.50 «Знахарка» (16+) 15.20 «Верну любимого» (16+) 15.55 Т/с «Любовь с закрытыми глазами» (16+) 20.00 Т/с «Чужой ребёнок» (16+) 00.05 «Порча» (16+) 01.10 «Знахарка» (16+) 01.40 «Верну любимого» (16+) 02.10 «Понять. Простить» (16+) 03.00 Т/с «От ненависти до любви» (16+) 03.50 «Тест на отцовство» (16+) 05.30 «Давай разведёмся!» (16+) 06.20 «По делам несовершеннолетних» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 «Черный список» (16+) 06.50 «Пятница News» (16+) 07.10 «Кондитер-4» (16+) 08.30 «На ножах» (16+) 09.30 «На ножах» (16+) 10.40 «На ножах» (16+) 12.00 «Новые Пацанки» (16+) 14.50 «Четыре свадьбы-3» (16+) 16.20 «Четыре свадьбы-3» (16+) 18.10 «Четыре свадьбы-4» (16+) 20.00 «Сердце Ивлеевой» (16+) 22.00 Х/ф «Блэйд-2» (16+) 00.10 Х/ф «Блэйд-3: триоца» (16+) 02.10 «Пятница News» (16+) 02.30 Х/ф «Патруль времени» (16+) 04.00 «Пятница News» (16+) 04.20 «Черный список» (16+) 05.20 «Черный список-2» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Изнестия» (16+) 06.40, 07.25, 08.10, 09.10 Т/с «Игра с огнем» (16+) 10.30 Х/ф «Без права на ошибку» (12+) 12.15, 13.20, 14.30, 14.55, 16.00, 17.00, 18.05, 19.00, 19.35, 20.40 Т/с «Специалист» (16+) 21.40 Т/с «След. На безрыбье» (16+) 22.25 Т/с «След. Биоробот» (16+) 23.20 Т/с «След. Вселенная 26» (16+) 00.10 «Светская хроника» (16+) 01.10 «Они потрясли мир. Крис Кельми. Замыкая круг» (12+) 01.55 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Приложение» (16+) 02.35 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Загадка бизнес-центра» (16+) 03.15 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Высшая точка» (16+) 03.50 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Дважды утопленник» (16+) 04.30 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Абазур» (16+) 05.10 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Горькое наследство» (16+) 05.50 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Потоп» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

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+)

суббота, 24 декабря

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 10.10 «ПроУют» (0+) 11.05 «Поехали!» (12+) 12.15 «Бог войны. Укротители огня» (12+) 13.00 «Видели видео?» (0+) 15.20 «Горячий лед» (0+) 16.30 «Горячий лед» (0+) 18.00 Вечерние новости 18.20 «Снова вместе. Ледниковый период» (0+) 21.00 «Время» 21.35 «Клуб веселых и находчивых» (16+) 23.50 «Горячий лед» (0+) 01.05 X/ф «Эвита» (12+) 03.35 «Моя родословная» (12+) 04.15 «Наедине со всеми» (16+)	05.00 «Утро России. Суббота» 08.00 «Вести.Сахалин-Курилы» 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00, 20.00 Вести 11.30 «Большие перемены» 12.35 Т/с «Склифосовский» (16+) 18.00 «Привет, Андрей!» (12+) 21.00 X/ф «Народный артист» (12+) 00.50 X/ф «Провинциальная Мадонна» (12+) 04.10 X/ф «Сказки рублёвского леса» (12+)	06.05 «Спето в СССР» (12+) 06.50 X/ф «Бой с тенью-3: последний раунд» (16+) 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 X/ф «Афоня» (0+) 16.00 «Своя игра» (0+) 17.20 «ЧП. Расследование» (16+) 18.00 «Следствие вели...» (16+) 20.00 «Центральное телевидение» 21.10 «Секрет на миллион» (16+) 23.15 «35 лет на льду» 01.20 «Международная пилорама» (16+) 02.00 «Квартирник НТВ у Маргулиса» (16+) 03.20 «Дачный ответ» (0+) 04.10 Т/с «Меч» (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, 09.53, 11.53, 13.53, 15.53, 17.53, 19.53, 21.53, 23.53, 01.53, 03.53, 05.53 Равновесие (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+) 08.53, 10.53, 12.53, 14.53, 16.53, 18.53, 20.53, 22.53, 00.53, 02.53, 04.53, 06.53 Опрос дня (12+) Солнце ТВ 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.00 «Всё, как у людей» 07.15 Мультфильмы (0+) 09.10 Д/ф «Вокруг мира» (12+) 09.40 «Исторический детектив с Николаем Валуевым» (12+) 10.05 «Слабое звено» (12+) 11.10 X/ф «Финист - ясный сокол» (6+) 12.35 X/ф «Зита и Гита» (16+) 15.20 X/ф «Формула любви» (16+) 17.00, 19.30 Новости 17.15 X/ф «Двенадцать стульев» (16+) 19.45 X/ф «Двенадцать стульев» (16+) 20.35 X/ф «Француз» (16+) 22.35 X/ф «Золушка» (16+) 00.15 X/ф «Тариф новогодний» (16+) 01.40 X/ф «Красотки» (16+) 03.10 «Наше кино. История большой любви» (12+) 03.35 X/ф «Моя любовь» (16+) 04.50 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)  Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31 РОССИЯ 24 16.00 «Дальний Восток»	05.45 X/ф «Юнга со шхуны «Колумб» (12+) 07.00 X/ф «Ледяная внучка» (6+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 X/ф «Ледяная внучка» (6+) 08.35 X/ф «Усатый нянь» (12+) 10.00 X/ф «Зигзаг удачи» (12+) 11.45 «Легенды музыки» (12+) 12.10 «Легенды кино» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Время героев» (16+) 13.35 «Главный день» (16+) 14.20 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+) 15.10 «Не факт!» (12+) 15.35 «Война миров» (16+) 16.30 X/ф «Классик» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 X/ф «Классик» (16+) 19.05 X/ф «22 минуты» (16+) 20.50 «Легендарные матчи» (12+) 23.50 Т/с «Без правил» (16+) 02.55 X/ф «Свинарка и пастух» (12+) 04.15 X/ф «Зигзаг удачи» (12+) 05.40 Д/с «Сделано в СССР» (12+)	07.30 Д/ф «Предсказания 2.2.» (16+) 08.15 Т/с «Одна ложь на двоих» (16+) 12.10 Т/с «Возвращение» (16+) 20.00 Т/с «Ветреный» (16+) 23.20 Т/с «Вторая первая любовь» (16+) 02.55 Т/с «Возвращение» (16+) 05.55 «Нотариус» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 «Пятница News» (16+) 06.20 М/ф «Белка и Стрелка. Карибская тайна» (12+) 07.40 X/ф «Питер Пэн» (12+) 10.00 «Руссо-экспрессо» (16+) 11.00 «Руссо-экспрессо» (16+) 12.10 «Тревел-баттл» (16+) 13.20 «Сердце Ивлеевой» (16+) 15.20 «Теперь я Босс! Под прикрытием» (16+) 16.50 «Теперь я Босс! Под прикрытием» (16+) 18.10 «Теперь я Босс! Под прикрытием» (16+) 19.20 «Теперь я Босс!-8» (16+) 20.20 «Теперь я Босс!-8» (16+) 21.40 «Теперь я Босс!-8» (16+) 22.50 «Теперь я Босс!-8» (16+) 00.00 X/ф «Блэйд-2» (16+) 01.50 X/ф «Короче» (16+) 04.00 «Пятница News» (16+) 04.20 «Черный список-2» (16+)	06.00 Т/с «Великолепная пятёрка-5. Потоп» (16+) 06.25 Т/с «Великолепная пятёрка-2. Восток - дело тонкое» (16+) 07.05 Т/с «Акватория. Утопленник» (16+) 07.45 Т/с «Акватория. Метр квадратный» (16+) 08.25 Т/с «Акватория. Эколог» (16+) 09.15 Т/с «Акватория. Любовь зла» (16+) 10.00 «Светская хроника» (16+) 11.10 «Они потрясли мир. Евгений Леонов. Большое сердце артиста» (12+) 11.55, 02.05 Т/с «Провинциал. Грибной человек» (16+) 12.55, 02.55 Т/с «Провинциал. Неудачный свидетель» (16+) 13.55, 03.40 Т/с «Провинциал. Тайны обезьян» (16+) 14.55, 04.25 Т/с «Провинциал. Тёмная сторона Луны» (16+) 15.55, 05.10 Т/с «Провинциал. Парадид» (16+) 16.55 Т/с «Провинциал. Свадьба с препятствиями» (16+) 17.55 Т/с «Провинциал. Лишний должен умереть» (16+) 18.55 Т/с «Провинциал. Игра на вышибание» (16+) 19.55 Т/с «След. Между двух огней» (16+) 20.30 Т/с «След. Чернокодь» (16+) 21.20 Т/с «След. Послание мертвеца» (16+) 22.15 Т/с «След. Распутинские легенды» (16+) 23.05 Т/с «След. Закон Менделя» (16+) 23.55 Т/с «След. Очень дикая справа» (16+) 01.00 «Известия. Главное» (16+)

воскресенье, 25 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 X/ф «Егерь» (12+) 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 X/ф «Егерь» (12+) 06.55 «Играй, гармонь любимая!» (12+) 07.40 «Часовой» (12+) 08.10 «Здоровье» (16+) 09.20 «Мечталлион» (12+) 09.40 «Непутевые заметки» (12+) 10.10 «Жизнь своих» (12+) 11.05 «Повара на колесах» (12+) 12.10 «Видели видео?» (0+) 14.30 «Горячий лед» 16.05 X/ф «Мэри Поппинс, до свидания» (0+) 18.50 Церемония вручения национальной премии «Золотой граммофон» (16+) 21.00 «Время» 22.35 Что? Где? Когда? 23.50 «Горячий лед» (0+) 01.20 «Романовы» (12+) 02.20 «Моя родословная» (12+) 03.10 «Наедине со всеми» (16+)	06.15 X/ф «Китайский Новый год» (12+) 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, 15.00 Вести 11.25 X/ф «И в счастье и в беде» (12+) 15.30 «Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» 17.00 «Песни от всей души» (12+) 19.00 Вести недели 21.00 «Красный проект» (12+) 23.00 Москва. Кремль. Путин 23.35 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 02.25 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+) Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31 РОССИЯ 24	06.15 Т/с «Инспектор Купер» (16+) 07.45 «Центральное телевидение» (16+) 09.00, 11.00, 17.00 «Сегодня» 09.20 «У нас выигрывают!» (12+) 11.20 «Первая передача» (16+) 12.00 «Чудо техники» (12+) 12.55 «Дачный ответ» (0+) 14.00 «НашПотребНазор» (16+) 15.05 «Однажды...» (16+) 16.00 «Своя игра» (0+) 17.20 «Следствие вели...» (16+) 19.00 «Новые русские сенсации» (16+) 20.00 Итоги недели 21.20 «Суперстар! Возвращение» (16+) 00.30 Т/с «Ярость» (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, 09.53, 11.53, 13.53, 15.53, 17.53, 19.53, 21.53, 23.53 Равновесие (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+) 08.53, 10.53, 12.53, 14.53, 16.53, 18.53, 20.53, 22.53, 00.53, 02.53, 04.53, 06.53 Опрос дня (12+) Солнце ТВ 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.10 Мультфильмы (0+) 08.00 «Осторожно, вирус!» (12+) 08.45 Мультфильмы (0+) 09.05 X/ф «Финист - ясный сокол» (6+) 10.30 «ФазендаЛайф» 11.00, 17.00 Новости 11.10 X/ф «Опасно для жизни» (16+) 12.50 X/ф «На Дерибасовской хорошая погода, на Байтон-Бич опять идет дождь» (16+) 14.30 Т/с «Сердца трех» (16+) 17.15 Т/с «Сердца трех» (16+) 19.30 «Вместе» 20.30 X/ф «Зита и Гита» (16+) 23.20 X/ф «Формула любви» (16+) 01.00 «Вместе» 02.00 X/ф «Мексиканский вояж Степаныча» (16+) 03.20 «Наше кино. История большой любви» (12+) 03.45 X/ф «Музыкальная история» (16+) 05.10 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) <small>Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», ТВ-программа содержит знаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей. 0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей. Перечепатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».</small>	05.55 X/ф «Отряд особого назначения» (12+) 07.10 X/ф «Горячий снег» (12+) 09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+) 09.25 «Служу России» (12+) 09.55 «Военная приемка» (12+) 10.45 «Скрытые угрозы» (16+) 11.30 «Код доступа» (12+) 12.15 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+) 13.00 «Специальный репортаж» (16+) 13.35 Д/с «Москва фронт» (16+) 14.00 Т/с «Смерть шпионам. Ударная волна» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+) 19.40 Д/с «Холодная война. Битва экономик» (16+) 22.50 Д/с «Сделано в СССР» (12+) 23.00 «Фетисов» (12+) 23.45 X/ф «По данным уголовного розыска...» (12+) 01.05 Д/ф «Без свидетелей. Павел Фитин против Шелленберга» (16+) 01.50 Д/ф «Война и мир театра Российской армии» (16+) 03.05 Т/с «Смерть шпионам. Ударная волна» (16+) РОССИЯ 24 16.00 «События недели» 16.33 «Интервью»	07.30 «6 кадров» (16+) 07.35 Т/с «Вторая первая любовь» (16+) 11.30 Т/с «Никогда не бывает поздно» (16+) 15.35 Т/с «Чужой ребёнок» (16+) 19.45 «Пять ужинов» (16+) 20.00 Т/с «Ветреный» (16+) 23.20 Т/с «Одна ложь на двоих» (16+) 02.45 Т/с «Возвращение» (16+) 05.45 «Нотариус» (16+) 07.25 «6 кадров» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 «Черный список» (16+) 06.50 «Пятница News» (16+) 07.20 X/ф «Питер Пэн» (12+) 09.10 «Черный список-3» (16+) 10.00 «Руссо-экспрессо» (16+) 11.00 «Руссо-экспрессо» (16+) 12.10 X/ф «Приключения Паддингтона» (12+) 14.00 X/ф «Приключения Паддингтона-2» (12+) 16.00 «Битва шефов-2» (16+) 18.10 «Битва шефов-2» (16+) 20.00 «Битва шефов-2» (16+) 22.00 «Адский шеф» (16+) 00.00 «Теперь я Босс!-8» (16+) 01.00 X/ф «Блэйд-3: триица» (16+) 03.00 X/ф «Добро пожаловать в джунгли» (16+) 04.20 «Пятница News» (16+) 04.50 «Черный список» (16+) 05.40 «Пятница News» (16+)	06.00, 06.45, 07.25, 08.05 Т/с «Одессит» (16+) 08.55 Т/с «Условный мент-4. Доходное место» (16+) 09.45 Т/с «Условный мент-4. Аварийная ситуация» (16+) 10.40 Т/с «Условный мент-4. Неуловимый мститель» (16+) 11.35 Т/с «Условный мент-4. Судьба барабанщика» (16+) 12.30 Т/с «Условный мент-4. Две Марины» (16+) 13.25 Т/с «Условный мент-4. Букет проблем» (16+) 14.20 Т/с «Условный мент-4. Леший» (16+) 15.15 Т/с «Условный мент-4. Древняя история» (16+) 16.15 Т/с «Условный мент-4. За краем - рай» (16+) 17.10 Т/с «Условный мент-4. Тайна монаха» (16+) 18.05 Т/с «Условный мент-4. Родительский день» (16+) 19.00 Т/с «Условный мент-4. Непорочное зачатие» (16+) 19.55 Т/с «След. Сложное решение» (16+) 20.30 Т/с «След. Благодарное животное» (16+) 21.20 Т/с «След. Холодное солнце» (16+) 22.10 Т/с «След. Добрые самаритяне» (16+) 22.55 Т/с «След. Заманчивое предложение» (16+) 23.40 Т/с «След. Пример» (16+) 00.30 Т/с «След. Фартовый случай» (16+) 01.15 Т/с «След. Сытый голодного не разумеет» (16+) 02.00 Т/с «След. Запах смерти» (16+) 02.30 Т/с «След. Экоубийство» (16+) 03.05, 03.45, 04.30, 05.05, 05.45 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)

Польза и вред куриных яиц

Куриные яйца появились в рационе человека тысячелетия назад, но их полезные и вредные свойства до сих пор вызывают неоднозначную оценку у потребителей и исследователей. Одни отказываются есть яйца из-за содержащегося в них холестерина и риска ухудшить состояние сердечно-сосудистой системы. Другие игнорируют их из-за сальмонеллёза. Третьи считают магазинный продукт бесполезным и покупают яйца, снесённые исключительно домашними курицами, отдавая предпочтение яйцам с коричневой скорлупой, как более ценным. Путаницы с этим продуктом много, а что во всём этом правда, будем разбираться в статье.

[EDAPLUS.INFO]

Состав и калорийность

Основные вещества (в 100 г):

- вода - 52,31;
- углеводы - 3,59;
- сахар - 0,56;
- белки - 15,86;
- жиры - 26,54;
- калории (ккал) - 322.

За содержание фосфора, кальция, железа, цинка, витаминов Е, А, В1 и В6 практически полностью «отвечает» желток. Он же содержит 23-26 % нейтрального жира, 16 % белка, фосфолипиды (11%), минеральные вещества (3%), холестерин (0,8-1,5 %). Включает полиненасыщенные, мононенасыщенные и насыщенные жирные кислоты. Зато в белке той же массы больше калия, натрия, магния, витамина РР. Кроме того, белковая часть яйца представлена овальбумином (54%), антибактериальными овотрансферрином (12%) и лизоцимом (3,5%) и др.

Но в одном яйце массы желтка и белка не равны. Среднее соотношение желтка, белка и скорлупы в курином яйце, завершившем созревание, – 8:14:3, соответственно, что нужно учитывать при включении яйца в программы питания.

Лечебные свойства

Лечебный эффект от яйца достигается в первую очередь благодаря легкоусвояемому белку. При регулярном употреблении он помогает:

- увеличивать мышечную массу;
- укреплять кости;
- сохранять целостность тканей;
- бороться с избыточным весом;
- активизировать функции мозга;
- снижать кровяное давление;
- предотвращать появление катаракты и улучшать зрение;
- уменьшать отложение холестериновых образований на стенках сосудов;
- поддерживать работоспособность печени.

Белок куриного яйца вообще считается самым легкоусвояемым источником всех незаменимых аминокислот, многие из которых обладают антиоксидантным эффектом (овотрансферрин, лизоцим).

Желток имеет более противоречивую репутацию. С хорошей стороны его характеризует то, что он полезен при кожных болезнях, защищает от остеопороза и обладает желчегонным действием. А появление негативной оценки спровоцировано содержащимся в желтке холестерином, который потенциально может стать причиной развития сердечно-сосудистых патологий.

Проблема холестерина в куриных яйцах. В вопросе влияния содержащегося в яйцах холестерина на состояние сердечно-сосудистой системы чётко обозначилось два антагонистических лагеря:

- противники яичного питания со ссылками на научные исследования утверждают, что обилие холестерина повышает опасность внезапной смерти и существенно ухудшает состояние сосудов. Причём в качестве «опасной дозы» называют всего одно яйцо в сутки.

- сторонники яичного питания тоже со ссылками на многочисленные, но более современные научные исследования утверждают, что одно яйцо в сутки не только не угрожает сер-



дечно-сосудистой системе, но ещё и улучшает её состояние. Даже для групп риска (курильщики, больных диабетом и людей, имеющих проблемы с сердцем) вполне допустимо умеренное употребление яиц (1 шт. в 2-3 дня).

В этом споре мы сошлёмся на мнение врача из медицинской школы Гарварда Энтони Комароффа. По его словам, для большинства здоровых людей одно яйцо в день – это нормально и не способствует развитию болезней сердца или инсульта.

Раньше и в медицине, и в народе считали, что раз в яичном желтке есть холестерин, а холестерин в крови повышает риск развития сердечно-сосудистых патологий, то логично, что лучше исключить яйца из рациона. Однако с тех пор многие исследования показали, что основной холестерин в нашем организме вырабатывается печенью, а не попадает напрямую из продуктов. Печень вырабатывает его в следствие переработки насыщенных и трансжиров. Одно большое куриное яйцо содержит всего около 1,5 г насыщенных жиров. При этом в нём есть множество полезных компонентов: лютеин, зеаксантин (для глаз), холин (для мозга и нервов), витамины А, В, D.

Доказательством того, что количество холестерина в яйце (если есть одно в день) безопасно для большинства людей, служит масштабное исследование Гарвардской медицинской школы, в котором принимали участие сотни тысяч людей на протяжении нескольких десятков лет. Они заполняли анкеты, в которых описывали своё питание и болезни, которые у них были. По результатам оказалось, что наличие яиц в рационе (не больше 1-го в день) никак не было связано с более высоким уровнем развития болезней сердца или смертности от этих болезней.

Энтони Комарофф при этом отметил, что большое значение имеет то, что есть вместе с яйцами. Насыщенные жиры из масла, сыра, бекона, сосисок, сладостей или мучных продуктов повышают уровень холестерина несравнимо больше, чем 1 яйцо в день.

Исходя из этого, видимо, и можно было бы определять норму потребления этого продукта на уровне 1-го яйца в сутки для здоровых активных людей. Однако более осторожные диетологи оптимальным количеством называют 2-3 яйца в неделю. Для России, например, рекомендуемой нормой считается 260 шт. в год.

В медицине

В качестве сырья для фармацевтической промышленности используется фермент лизоцим и скорлупа.

Лизоцим – это антибактериальный агент, который способен разрушать клеточные стенки бактерий. В пищевой промышленности он известен как консервирующая пищевая добавка Е1105. А в медицине используется как местный антисептик, например, в составе препаратов «Лизобакт», «Лизоприм Лор».

На основе скорлупы готовят некоторые препараты кальция – например, «Кальцид». Такие средства нередко ещё дополнительно обогащаются витаминами (в том числе и теми, которые способствуют лучшему усвоению кальция: D3, С).

На куриных эмбрионах выращивается целый ряд прививочных основ, среди которых вакцины от гриппа, возбудителей сыпного тифа, жёлтой лихорадки, энцефалита. В иммунологии основной яичный белок – овальбумин – используется для стимулирования тестовых аллергических реакций.

Помимо этого, куриные яйца входят в состав лечебных диет № 1 и № 5. Диета № 1 назначается в терапевтических программах восстановления после острого гастрита, при язвах желудка и 12-перстной кишки. Диета № 5 нацелена на снижение рисков при возникновении проблем с пищеварением.

В народной медицине

Яйцами в народной медицине с давних времён лечили заболевания дыхательной системы, патологии ЖКТ, останавливали кровотечения (в том числе геморроидального происхождения), облегчали состояние при ожогах. В повседневный рацион мужчин в сыром виде их вводили для усиления потенции.

Органы дыхания. В справочнике народной медицины описан случай удивительного исцеления пациентки от туберкулёза с помощью одних лишь куриных желтков. Девочка, от которой отказалась официальная медицина, ежедневно выпивала до полусотни желтков куриных яиц в начале лечения и до сотни желтков в конце лечения, длившегося 4 месяца. Хотя такую терапию можно назвать экстремальной, она, по заверению автора справочника, привела к полному выздоровлению пациента.

Но и более простой народный способ лече-

ния туберкулёза тоже предполагает использование сырых желтков (2 шт.), которые в рецепте перетираются со сливочным маслом (1 ст. л.), мёдом (1 ст. л.) и крахмалом (1 дес. л). Такую смесь держат в холодильнике, принимая по 1 ст. л. дважды в день.

А для избавления от лёгкого кашля в народе нередко готовят смесь, рецепт которой вообще больше похож на обычный гоголь-моголь, который и здоровые люди делают себе на завтрак: сырое яйцо взбивают с сахаром или мёдом и принимают натощак, обильно запивая спустя час водой.

Желудочно-кишечный тракт. В появлении гастритов, язвы желудка, воспаления 12-перстной кишки активную роль играет бактерия *Helicobacter pylori*. Для борьбы с ней народные целители рекомендуют с утра за два часа до завтрака и обязательно натощак выпивать сырое и желательнее ещё тёплое куриное яйцо.

Эту рекомендацию можно объяснить тем, что сырой белок снижает кислотность желудочного сока, которая утром, до принятия пищи, в норме составляет примерно 1,5-2 рН. Поскольку бактерии сохраняют активность при 4-9 рН, снижением кислотности среды можно с ними бороться. Ещё, помимо этого, как антибиотик на бактерию начинает действовать яичный фермент лизоцим, что только увеличивает эффективность метода.

Если в предыдущем способе достаточно было просто выпивать по одному яйцу каждое утро, то для лечения дизентерии целители применяли целую схему яичного питания, рассчитанную на 6 дней:

- 1-2 день: 12 шт. – по 2 шт. каждые 2 часа;
- 3-4 день: 8 шт. – по 2 шт. каждые 3 часа;
- 5-6 день: 4 шт. – по 2 шт. утром и вечером.

Лечение геморроя. Яично-масляную смесь приготавливают для прекращения различного рода кровотечений, но в качестве примера приведём рецепт, составленный для лечения геморроя. Желток отваренного яйца и такой же по размеру кусок сливочного масла смешиваются между собой, а затем к ним добавляется медный купорос (щепотка размером со спичечную головку). Полученное средство хранится в холодильнике, но перед сном 1 ч. л. такой смеси скатывается в небольшую цилиндрическую свечку и вставляется на ночь в анальное отверстие. Для получения эффекта процедуру нужно будет повторить несколько раз.

Яичные настои. Существуют яичные настои, которые народная медицина позиционирует как древнее средство для борьбы с кашлем, бронхитом, туберкулёзом, воспалением лёгких. В одном из существующих рецептов помытые целые яйца (7 шт.) укладываются на дно 3-литровой банки и укрываются кашицей из пропущенных через мясорубку лимонов (1,5 кг цитрусов перемалывается вместе с кожурой). Банка закрывается марлей и на трое суток ставится в холодильник. Затем её содержимое перекачивается в другую посуду, тщательно разминается и пропускается через сито. А в завершение всё это заливается смесью мёда (1 л) и коньяка (0,5 л).

Принимать настойку нужно трижды в день спустя 20 минут после еды по 1 ст. л. Хранить 3-литровую банку следует в холодильнике, прикрыв горлышко марлей. Но обычно такое средство готовят в меньших объёмах, чтобы успеть его выпить в течение 2 недель, пока оно не испортится.

В литературе встречаются варианты похожего рецепта, в которых целые яйца (по 3-4 шт.) и лимонная «каша» (в 3-4 см.) укладываются слоями до полного заполнения сосуда. Банку потом выдерживают в тёмном месте 10 дней, а после добавления лимона, коньяка и сбора трав (шалфея, корня солодки, донника) – ещё 3 дня в холоде. В таком рецепте для лечения сначала используют жмых, который заваривают в термосе из расчёта 3 ст. л на 0,5 л кипятка, чтобы пить по 150 мл перед едой. А когда жмых заканчивается, переходят к основному препарату. Целебную жидкость по 1 ст. л. принимают трижды в день за 20 минут до еды.

В качестве средства для укрепления костной ткани в народной медицине используется настой богатой кальцием яичной скорлупы. Перед упо-



треблением скорлупу сначала тщательно моют, дезинфицируют, смальтуют в порошок, а затем заливают порошок горячей водой для получения кальциевого настоя.

Однако с биохимической точки зрения это бессмысленно. Карбонат кальция, составляющий основу яичной скорлупы (его там 90-95%), присутствует в водонерастворимой форме, и водный настой из него не получится. Но поскольку такой порошок хорошо растворяет содержащаяся в желтке соляная кислота, то съедать ложку скорлупы для компенсации дефицита кальция есть смысл, если по какой-то причине многочисленные препараты кальция недоступны. Только это потребует дополнительных усилий: нужно будет сначала тщательно вымыть, а затем смолоть скорлупу. Хотя так, например, лечил своих пациентов знаменитый Авиценна, давая им по щепотке молотой скорлупы яичного яйца в день.

В мистической традиции практикуется ещё один истинно народный способ лечения – выкатывание яйцом порчи и различных болезней. Процедура эта за века обросла многочисленными подробностями. На территории нашей страны с какого-то момента в ней прочно слились элементы языческих и христианских ритуалов, выбор которых варьируется в разных регионах и целительских «школах». Однако цель процедуры везде одинакова: яйцо в результате должно взять на себя весь негатив и болезни пациента.

В восточной медицине

Лечение куриными яйцами очень распространено в китайской медицине, причём часто – в сочетании с уксусом и лимоном. Но для получения максимального эффекта нужно пересмотреть и весь остальной рацион на соответствие правилам восточного мировосприятия. Ниже приведём примеры некоторых классических «яичных» рецептов на разные болезни:

- профилактика атеросклероза. Яйцо (1 шт.) погружается в яблочный уксус (180 мл) на 2 дня. Затем размякшая скорлупа снимается, а содержимое взбалтывается и делится на 7 частей (для недельного курса). Средство принимается по утрам с двумя частями растворённого в воде мёда;

- ишемическая болезнь. Куриные яйца (2 шт.) погружаются в уксус (400 мл) закрываются и убираются в тёмное место на 4 суток. После этого яйца разбиваются, а содержимое перемешивается и настаивается ещё трое суток. Выпивается средство по 1-2 ч. л. трижды в день в течение недели;

- грижа. Яйца (2 шт.) смешиваются с анисом (20 г), пережаренным с солью до появления желтоватого цвета. Средство вместе с глотком рисовой водки пьётся перед сном в течение 4-х дней;

- сахарный диабет. Содержимое яиц (5 шт.) перемешивается с уксусом (150 мл) и настаивается в холодильнике полтора суток. Затем в смесь доливаются мёд и уксус (по 150 мл). Препарат принимают дважды в сутки по 1 ч. л.;

- мужское бесплодие. Сырые куриные яйца (2 шт.) смешиваются с кипячённым молоком (500 мл)

и мёдом (2 ст. л.). Такой «коктейль» нужно пить каждый день на протяжении месяца.

Однако есть в Китае и ещё более интересные способы восстановления здоровья. Уже несколько веков в провинции Чжэцзян существует традиция готовить каждую новую весну целебное блюдо под названием тунцзыдань, что буквально переводится как «яйцо мальчика». Куриные яйца для него кладут в сосуд с мочой неполовозрелых мальчиков (возрастом до 10 лет), а затем варят в течение целого дня. В процессе приготовления сначала доводят до кипения мочу с опущенными в неё яйцами, а затем слегка надкалывают скорлупу и оставляют на медленном огне, время от времени добавляя жидкость.

Поскольку такая традиция до сих пор жива по всей провинции Чжэцзян (с 2008 года практика готовить тунцзыдань стала объектом нематериального культурного наследия), то мочи для блюда нужно много. Поэтому в учебных заведениях региона выставляют специальные вёдра, куда справляют малую нужду здоровые мальчики. Стоит весенний деликатес в два раза дороже обычного куриного яйца, но и пользы от него больше. Согласно мнению представителей традиционной медицины Китая, тунцзыдань в качестве лекарственного средства может останавливать кровотечение и снижать высокую температуру.

В научных исследованиях

Научное сообщество, которое раньше по большей части критически относилось к регулярному употреблению яиц из-за вреда холестерина в желтке, в последнее десятилетие заново открывает для себя этот продукт и пересматривает прежние ограничения и запреты.

1. Регулярное употребление яиц снижает риски развития сердечно-сосудистых патологий.

Группа китайских и британских учёных попытались установить связь между употреблением яиц и сердечно-сосудистыми патологиями (ишемическая болезнь сердца, инфаркт, ишемическое и геморрагическое кровоизлияние – инсульт). Для этого в течение 2004-2008 гг. к исследованию было привлечено 416 213 людей в возрасте от 30 до 79 лет, у которых ранее не было выявлено рака, сердечно-сосудистых заболеваний и диабета. А затем учёные наблюдали за испытуемыми вплоть до развития сердечно-сосудистой болезни или смерти.

На старте исследования 13,1% участников заявили о ежедневном употреблении яиц (в среднем 0,76 яйцо/день), а 9,1% – о крайне редком употреблении или отсутствии яиц в рационе (0,29 яйцо/день). Последующий анализ результатов показал, что в сравнении с людьми, которые не употребляли яйца, те, кто ел их каждый день, имел меньшие риски развития сердечно-сосудистых патологий.

В частности, 1 яйцо в день снизило риск геморрагического инсульта на 26%, смерти от геморрагического инсульта – на 28%, а смерти от других болезней сердечно-сосудистой системы – на 18%. Также было обнаружено, что введение

яиц в рацион (5,32 шт./неделя) на 12% снизило риск развития ишемической болезни сердца в сравнении с теми, кто исключил яйца из рациона или употреблял их редко (2,03 шт./неделя).

2. Одно яйцо в день снижает риск развития диабета у мужчин среднего возраста.

Финские учёные проводили исследование факторов риска для ишемической болезни сердца, часто возникающей в виде осложнения при диабете 2-го типа. Они пришли к выводу, что употребление в среднем одного яйца в день связано со снижением риска развития диабета этого типа у мужчин среднего возраста, которые были участниками эксперимента.

Чтобы установить связь между введением яиц в ежедневный рацион и диабетом, учёные использовали метаболический подход (анализ на молекулярном уровне). Им удалось выяснить, что в крови мужчин, больных диабетом, но употреблявших яйца, были молекулы липидов, которые присутствуют в образцах крови мужчин, не болеющих диабетом.

3. Желток помогает наращивать мышцы.

Обычно при наращивании мышц люди садятся на протеиновую диету, поэтому распространена практика – выбрасывать желток и употреблять только белок. Но учёные из университета Иллинойса утверждают, что это контрпродуктивно. В первых, в желтке тоже есть протеин. Во-вторых, в нём содержатся компоненты, отсутствующие в белке, но позволяющие организму усилить встраивание белка в мышцы.

В исследовании 10 молодых людей проводили силовую тренировку, после которой часть из них съела целое яйцо, а часть – яичный белок, содержащий 18 г протеина. В этом эксперименте использовали специальные яйца, у которых была особым образом маркирована аминокислота лейцин, чтобы учёные в любой момент времени (после употребления яйца), взяв кровь и биопсию из мышц, могли понять, как распределялась эта аминокислота.

Используя эти маркированные яйца, исследователям удалось выяснить, что как после употребления целого яйца, так и после употребления отдельно белка в крови было доступно около 60-70 г аминокислот для синтеза нового мышечного протеина. Обычно именно этот показатель даёт основание оценить потенциальную пользу продукта для наращивания мышечной массы. Однако, когда учёные напрямую измерили синтез протеина в мышцах, они обнаружили, что целое яйцо сразу после тренировки приводило к усиленному синтезу в сравнении с употреблением просто белка.

Сначала исследователи подумали, что всё дело в жирах. В целом яйцо, кроме 18 г белка, также есть около 17 г жиров. Но когда они стали добавлять к белку 17 г жиров, интенсивность синтеза протеина оставалась неизменной. В результате учёные пришли к выводу, что в целом яйцо есть какие-то компоненты, которые усиливают синтез и делают наращивание мышц более эффективным.

4. Употребление яиц, вероятно, может способствовать снижению давления.

Канадские учёные в лабораторных исследованиях выяснили, что некоторые пептиды (короткие фрагменты белков), которые ферменты производят в желудке и тонком кишечнике из варёных и жареных яиц, действуют схоже с ингибиторами АПФ, которые назначают для профилактики болезней сердца и снижения артериального давления. Жареные яйца обеспечивали наибольшую активность ингибиторов АПФ. И хотя исследование проводилось пока только в лаборатории без проверки на людях, выявленная зависимость открывает новые горизонты для дальнейших исследований.

5. Фосвитин из яичного желтка может замедлять синтез меланина, тормозя рак кожи.

В яичном желтке есть белок фосвитин, который обладает способностью связывать металлы. Учёные проверяли, поможет ли он остановить синтез меланина в клетках при меланоме (рак кожи). Результаты показали, что фосвитин снизил активность фермента тирозиназы, который катализирует синтез меланина. Добавление фосвитина в концентрации 50 µg/ml к клеткам меланомы приводило к снижению активности тирозиназы на 42%, и к снижению синтеза меланина на 17% в сравнении с контрольной группой клеток (без добавления фосвитина).

Это исследование даёт основания предположить, что фосвитин может быть использован как ингибитор синтеза меланина в косметической промышленности и диетологии.

Опасные свойства и противопоказания

Опасность куриных яиц для здоровья связана с тремя основными факторами: аллергической реакцией, последствиями влияния холестерина на организм и риском заражения сальмонеллёзом.

Аллергия на яйца считается одной из самых распространённых у 2-3-месячных детей. К 4-5 годам или немного позднее она чаще всего проходит, и у взрослых фиксируется уже довольно редко. Вызывает аллергию содержащийся в белке овомукоид, известный также как аллерген f233. Но при обнаружении реакции на куриный белок, для исключения перекрёстной реактивности, и желток, и яйца других птиц могут вообще исключаться из рациона.

Холестерин из куриных яиц при умеренном их употреблении здоровому человеку не навредит. Но людям с повреждёнными стенками сосудов и повышенным риском развития атеросклероза, страдающим диабетом, острым панкреатитом, заболеваниями печени и желчного пузыря, жареные яйца есть вообще не рекомендуют, а количество варёных значительно сокращают. При этом особый упор делается на исключении желтка из рациона.

Внутри свежих яиц сальмонеллы нет. В норме этой бактерии не должно быть и на поверхности яйца. Но сальмонеллёзом может быть заражена курица, частицы помёта которой иногда попадают на скорлупу. Постепенно бактерии начинают проникать сквозь естественную преграду и инфицировать содержимое яйца. Этот процесс может занять от нескольких часов до 5 суток. При повреждении скорлупы (трещинах на поверхности) инфицирование происходит гораздо быстрее.

Низкие температуры и даже заморозка эту бактерию не убивает, а, скорее, консервирует на долгий срок (на год и более). А вот высокие температуры губительны для сальмонеллы, но для уничтожения микроба следует прожаривать или проваривать всё яйцо. То есть яичница с жидким желтком остаётся потенциально опасным продуктом, хотя риск заразиться и не очень высокий, если учесть, что на птицефабриках существует бактериологический контроль. Однако для снижения опасности лучше брать свежие яйца и мыть скорлупу с мылом перед разбитием, чтобы бактерия (если она всё-таки была на яйце) с поверхности скорлупы не попала на сковородку.

Заблаговременно (например, перед укладкой в холодильник) мыть яйца нецелесообразно, поскольку так со скорлупы смывается защитный слой и сроки хранения таких яиц резко сокращаются. Но перед приготовлением каждого яйца мыть его тёплой водой всё-таки нужно.

Кроме того, с течением времени даже изначально хорошо защищённое целое яйцо естественным образом начинает терять антибактериальный фермент лизоцим, поэтому его белок и желток становятся более уязвимыми для размножения разных бактерий и плесневых грибов, проникающих через поры скорлупы. А это значит, что свежие яйца не только полезнее, но и безопаснее.

Мошенники не дремлют!

В дежурную часть ОМВД России по Холмскому городскому округу обратилась с заявлением 33-летняя сахалинка. Потерпевшей позвонил неизвестный мужчина, который представился сотрудником правоохранительных органов.

Он сообщил заявительнице, что неизвестные лица якобы попытались снять денежные средства с ее кредитной карты и, чтобы обезопасить сбережения от противоправных посягательств, необходимо обнулить лицевой счет. Лже-сотрудник убедил потерпевшую перевести деньги, находящиеся на кредитной карте на так называемый «резервный счет», который продиктовал ей. Сумма ущерба составила 185 000 рублей.

Другую 56-летнюю сахалинку мошенники обманули по похожей схеме. Ей поступил на стационарный телефон звонок от «сотрудника правоохранительных органов», который заявил, что на ее имя мошенники пытаются оформить кредит. Чтобы предотвратить это, необходимо полностью исчерпать



кредитный потенциал, путем самостоятельного оформления займов на себя. А чтобы средства не украли со счетов, надо сразу же перевести их на «безопасный счет», который ей сообщает. Потерпевшая сначала сняла со своего счета часть денег, затем пришла в отделение банка, где оформила кредит на 540 000 рублей и все деньги перевела на указанный счет. Общая сумма ущерба составила 825 000 рублей.

8 декабря в УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило заявление от 18-летнего жителя Южно-Сахалинска.

Днем ранее путем обмана у него было похищено 100 тысяч рублей.

Ему позвонила неизвестная девушка и представилась сотрудником банка. Звонившая сообщила, что неустановленными лицами на его имя открыт кредит и для предотвращения мошеннических действий, необходимо в банке снять денежные средства, одобренные по заявке на кредит, и перевести их на безопасный счет для закрытия обязательств, что заявитель и сделал.

Ночью 9 декабря в ОМВД России по городскому округу

«Охинский» поступило заявление от 50-летнего местного жителя о том, что 7 декабря путем обмана у его несовершеннолетней дочери похищены все ее накопления - около 90 тысяч рублей. Установлено, что девочке через мессенджер поступил звонок, где звонивший представился сотрудником банка. В ходе телефонного разговора он сообщил, что с ее картой могут быть совершены мошеннические действия и необходимо обезопасить банковский счет. Для этого необходимо скачать на телефон приложение «RustDesk», после чего перевести деньги на безналичный счет, указанный звонившим, что студентка и сделала.

По данным фактам возбуждены уголовные дела. Проводятся следственные действия.

Уважаемые граждане! Проявляйте осторожность! Не соглашайтесь ни на какие операции через телефонную связь и не переходите на незнакомые ссылки и тем более не вводите свои данные банковских карт! Не совершайте по просьбе незнакомых лиц операции по карте, не сообщайте никому пароли, приходящие посредством смс-сообщений.

Хранение наркотиков

Следственным отделом ОМВД России по Невельскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 35-летнего местного жителя, обвиняемого в незаконном производстве и хранении наркотических средств.

Установлено, что в начале сентября текущего года фигурант, находясь неподалеку от села Колхозного, обнаружил дикорастущую коноплю. Зная, что растение является наркосодержащим, он сорвал несколько кустов, сложил их в полиэтиленовый пакет и увез к себе домой.

После он изготовил из конопли наркосодержащее средство «гашишное масло», которое смешал с табаком. Часть смеси гражданин употребил, а остальное сложил в полиэтиленовый пакет. Не желая хранить наркотик дома, фигурант убрал его в карман олимпийки.

На следующий день злоумышленник попросил своего знакомого отвезти его по делам. Когда граждане находились в автомобиле, пакет выпал из кармана в салон машины, чего обвиняемый не заметил и после поездки вернулся к себе домой.

В тот же вечер автомобиль знакомого фигуранта был остановлен сотрудниками ГИБДД для проверки документов. В салоне транспортного средства полицейские обнаружили полиэтиленовый пакет с наркотическим средством. Проведенное исследование показало, что в пакете находилась смесь табака и гашишного масла общей массой почти 6 граммов.

При последовавшем разбирательстве было установлено, что запрещенное к обороту вещество принадлежит обвиняемому. Последний дал признательные показания и написал явку с повинной.

Уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч. 2 ст. 228 УК РФ (незаконное хранение без цели сбыта наркотического средства, совершенное в крупном размере) будет рассмотрено в суде.

Использование подложного документа

Группой дознания ОМВД России по Марковскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 66-летнего местного жителя, обвиняемого в приобретении и использовании подложных документов.

Установлено, что несколько лет назад гражданин решением суда был лишен права управления транспортными средствами за управление автомобилем в состоянии опьянения. По истечении административного наказания мужчина около пяти раз пытался сдать экзамен на водительские права, но попытки не увенчались успехом.

Тогда, в 2019 году, с помощью сети Интернет он приобрел у неустановленного лица поддельное водительское удостоверение категории «В, В1, М». В августе 2022 года гражданин был остановлен для проверки документов инспекторами ГИБДД. Инспекторы сразу обратили внимание, что предъявленный документ имеет признаки подделки. В дальнейшем догадки полицейский подтвердил эксперт-криминалист.

Своими умышленными действиями фигурант совершил преступление, предусмотренное ч. 3 ст. 327 УК РФ, — использование заведомо поддельного официального документа, представляющего права.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Сахалинка обокрала посетительницу магазина

В УМВД России по городу Южно-Сахалинску обратилась с заявлением 34-летняя местная жительница, у которой в магазине был похищен мобильный телефон стоимостью более 130 тысяч рублей.

Потерпевшая пояснила, что кража произошла в одном из магазинов по продаже текстиля. Женщина ненадолго оставила девайс на прилавке, пока выбирала товар, а затем забыла про него и вышла из бутика. Когда вернулась, то кто-то уже унес дорогостоящий гаджет. Изучив камеры видеонаблюдения, стало ясно, что телефон забрала другая покупательница.

В ходе проведения оперативно-разыскных мероприятий сотрудники полиции установили личность гражданки, коей оказалась 59-летняя жительница областного центра. Украденный телефон был изъят и будет возвращен законной владелице.

По данному факту возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного п. «в» ч. 2 ст. 158 УК РФ — кража, с причинением значительного ущерба гражданину. В отношении подозреваемой избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде и надлежащем поведении.

Уголовные дела за злостное нарушение ПДД

Сотрудники Госавтоинспекции на регулярной основе пресекают факты управления транспортным средством в состоянии опьянения. Злостные нарушители нетрезвой езды привлекаются не только к административной ответственности, но и становятся фигурантами уголовных дел.

Так, в ночь на 27 ноября в ходе несения службы инспекторами ГИБДД ОМВД России по Корсаковскому городскому округу был остановлен автомобиль под управлением 28-летней жительницы села Чехов. При проверке документов выяснилось, что гражданка находится в состоянии опьянения. Помимо этого, ранее женщина уже задерживалась за управление автомобилем в нетрезвом виде. Несмотря на привлечение к административной ответственности и лишение водительских прав, гражданка снова села за руль, будучи нетрезвой, что уже является уголовно-наказуемым деянием.

Вечером 2 декабря инспекторами ОГИБДД ОМВД России по городскому округу Тымовское проводились мероприятия по обеспечению безопасности дорожного движения в селе Кировском. В районе улицы Киевской ими был замечен автомобиль «Тойота Виста Ордео». Транспортным средством управлял 33-летний сахалинец, который находился в состоянии опьянения. При дальнейшем разбирательстве также выяснилось, что он уже привлекался к ответственности за аналогичное правонарушение и был лишен водительских прав. По результатам проведенных проверок в отношении указанных лиц возбуждены уголовные дела по признакам преступления, предусмотренного ч. 1 ст. 264.1 УК РФ - управление автомобилем, либо другим механическим транспортным средством лицом, находящимся в состоянии опьянения, подвергнутому административному наказанию за управление транспортным средством в состоянии опьянения или за невыполнение законного требования уполномоченного должностного лица о прохождении медицинского освидетельствования на состояние опьянения. Статья предусматривает наказание в виде штрафа в размере от двухсот тысяч до трехсот тысяч рублей, либо обязательные работы на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо принудительные работы на срок до двух лет, либо лишение свободы на срок до двух лет.

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

ТМ
Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Шурпа из говядины

Ингредиенты: говядина - 0,8 кг, картофель - 3 шт., морковь - 1 шт., лук репчатый - 1 шт., перец болгарский - 1 шт., помидоры - 2 шт., чеснок - 3 зубчика, перец чёрный горошком, перец чёрный молотый, соль, лавровый лист, любимые приправы, зелень свежая (петрушка, укроп, зелёный лук), вода - 2 л.

Приготовление: мясо положить в кастрюлю, залить двумя литрами холодной воды, довести до кипения. Аккуратно собрать пену и варить говядину на медленном огне 2 часа.

Морковь очистить, крупно нарезать и добавить в бульон. Через 10 минут опустить в кастрюлю картофель, очищенный и крупно нарезанный.

Добавить лук, очищенный и нарезанный полукольцами.

Затем сладкий перец, порезанный соломкой.

И измельчённый чеснок.

Через 5 минут добавить в суп помидоры, нарезанные крупными дольками. Добавить соль, перец, приправу и лавровый лист. Потомить шурпу ещё несколько минут и убрать с огня.

Перед подачей добавить в суп мелко нарезанную зелень.



Партнер



рубрики

БАЛОВЕНЬ
СУПЕРМАРКЕТ

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

ЦЕНА ВОПРОСА

1125 рублей.

- Говядина - 670 руб.
- Картофель - 45 руб.
- Морковь - 25 руб.
- Лук репчатый - 25 руб.
- Перец болгарский - 65 руб.
- Помидоры - 120 руб.
- Приправы - 95 руб.
- Зелень - 80 руб.

Чеснок, перец, соль и лавровый лист - из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательный сертификат

Овощное рагу с мясом

Ингредиенты: свинина (грудинка) - 300 г, кабачок - 1 шт., картофель - 4 шт., морковь - 1 шт., помидор - 1 шт., лук репчатый - 1 шт., чеснок - 1 зубок, петрушка - 2-3 веточки, базилик зелёный - 1-2 веточки, сметана - 3 ст. л., масло растительное - для обжаривания, соль и перец чёрный молотый - по вкусу.

Приготовление: свиную грудинку вымыть, обсушить бумажными полотенцами и нарезать небольшими кусочками. Лук и морковь очистить и нарезать кубиками. Кабачок вымыть, очистить от кожуры и нарезать кубиками. Помидор очистить от кожицы и нарезать небольшими кусочками.

В сковороде разогреть растительное масло и обжарить свиную грудинку до легкой корочки. Добавить лук и морковь, приправить солью и перцем, обжарить вместе до прозрачности овощей. Добавить мелко нарезанный чеснок, перемешать, уменьшить огонь до минимума и готовить под крышкой в течение 20-30 минут.

Затем переложить в посуду, удобную для тушения,



добавить нарезанный на четверти картофель, влить немного воды. Накрывать крышкой и готовить на медленном огне 20 минут. За это время обжарить кабачок, немного посолить и поперчить. Добавить нарезанные петрушку и базилик. Выложить кабачок в кастрюлю. Туда же добавить очищенный и нарезанный помидор. Сметану развести небольшим количеством воды.

Влить сметану в кастрюлю к овощам, аккуратно перемешать и тушить еще около 8-10 минут до полной готовности блюда.

Рахат-лукум из дыни и банана с кокосовой стружкой

Ингредиенты: дыня - 120 г (вес в очищенном виде), банан - 80 г, сахар - 250 г, крахмал кукурузный - 110 г, лимонная кислота - 0,5 ч. л., кокосовая стружка - 25 г.

Приготовление: нужно использовать именно кукурузный крахмал. Дыню очищаем от семян и кожуры. Очищаем банан. Нарезаем дыню и банан кусочками, удобными для измельчения блендером, и помещаем в глубокую посуду. Блендером измельчаем дыню и банан до состояния пюре.

Переливаем пюре в кастрюлю с толстым дном, добавляем 100 мл воды. К пюре добавляем крахмал, сахар и лимонную кислоту. Перемешиваем ложкой.

Для лучшей однородности перемешиваем массу миксером. Ставим кастрюлю на огонь и постоянно помешиваем ложкой. Когда масса начнет густеть, уменьшаем огонь до минимума. Не прекращаем мешать в течение 15-20 минут. Масса должна получиться густой. Форму смачиваем холодной водой либо накрываем



пищевой плёнкой и выкладываем туда горячую смесь. У меня форма размером 16x20 см. Распределяем массу по всему дну формы равномерно. Остужаем, накрываем пищевой плёнкой и отправляем на ночь в холодильник. Хорошо остывшую смесь нарезаем кубиками одинакового размера. Если вы форму застелили пищевой плёнкой, то достаём пласт из формы, освобождаем от плёнки и разрезаем на дощечке.

Каждый кубик обваливаем в кокосовой стружке. Сахарная пудра в качестве посыпки не годится - в этом случае она намокает. Храним домашний рахат-лукум из дыни и банана в холодильнике в закрытой посуде.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

С этими и со многими другими рецептами вы можете ознакомиться на сайте АСТВ.РУ.

Также можете опубликовать на сайте свои рецепты.

Это последний номер «Телемира», в 2023 году газета выходить не будет.



БУДНИ
07.00 - 11.00 Обл-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
07.50 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
09.50 Игра «Хит под шубой»
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
18.00 - 19.00 (ср) Наша музыка
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
- игра «По следам Деда Мороза»
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, 16.43, 17.43,
18.43, 19.43, 21.43 (сб)
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43,
18.43, 19.43 (вс) Легенда на радио АСТВ
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00
Аллоха-чат
21.00 - 00.00 (сб) Космос



Кто рано встаёт, того кот разбудил.

Молчание не всегда доказывает присутствие ума, зато всегда доказывает отсутствие глупости.

Вы как хотите, но я в следующем году пожелаю побыстрее забыть этот.

Когда денег много, их хранят в сберегательных банках, когда мало — в полулитровых.

Наполеон Бонапарт и Гай Юлий Цезарь собрались за столом.

- Что есть будем?

- Давай салат и торт.

Лондон. В вестибюле станции метро стоит прилично одетый джентльмен с дорогим скрипичным футляром.

Мимо идёт юноша в потёртом пальто с обшарпанным скрипичным футляром. Остановливается возле джентльмена и спрашивает:

- Сэр, подскажите, как попасть в Альберт-холл?

- Практиковаться, молодой человек, только больше практиковаться!

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16

