

№39
(1259)
28 сентября
2022
среда

ТелеМир

TM
16+

Твоя любимая газета

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

Изготовление, установка окон и дверей

БАЛКОНЫ «ПОД КЛЮЧ»

Ремонт окон

Замена фурнитуры, стеклопакетов, уплотнителей

ДЕЙСТВУЮТ СКИДКИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Пер. Дорожный, 19 ☎ 26-09-59

Никита Грамматиков: «Тема с «часики-то тикают» актуальна для всех»



В онлайн-кинотеатре START идет сериал «Ева, рожай!» – история о 38-летней преподавательнице танцев, сильной и независимой женщине, которой то и дело кто-то из родственников норовит сказать о том, что часики-то тикают. А тут еще и бывший Евы стал счастливым отцом семейства, которое создал с ее же психотерапевтом. Ева решительно настроена изменить свою жизнь. Режиссером сериала выступил Никита Грамматиков, с которым мы поговорили о давлении на женщин, разрушении «четвертой стены» и танцах Елены Подкаминской, которая исполнила в сериале главную роль.

Польза и вред базилика

Подробности на стр. 12 и 13

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



САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

- при снижении зрения
- болях в глазах
- утомляемости глаз
- жжении, сухости, резах в глазах

290-440, 266-220

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА
Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО41-01185-65/00560890 выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ НА ДОМУ КОДИРОВАНИЕ

ежедневно до 21.00

☎ 25-81-55, 733-222

АНОНИМНО

Лицензия ЛО-65-01-000562 от 09.09.2013 г. выд. мин. здравоохран. Сах. обл.
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ с обсадкой

Гарантия

28-79-37
8-914-758-79-37

ЭЛЕКТРИК САНТЕХНИК

8-900-428-17-88

СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ СТОРОЖА НА АВТОСТОЯНКУ В Г. ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ, ПР. ПОБЕДЫ, 7в.

ТЕЛ. 48-88-40, 8-914-768-45-33, 31-21-55.

В кулинарный цех требуются ПЕКАРИ ПОВАРА

Гибкий график работы, пятница (с воскресенья по четверг)

62-05-22, 62-05-35

Стоматологическая клиника
ООО «Стоматолог»

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

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

МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00

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

Крестьянское хозяйство реализует

НАВОЗ ТОРФ

8-914-648-38-34

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

ПРАЧЕЧНАЯ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

с промышленным оборудованием

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

Ул. Тихая, 104 (заязд с ул. Западной)

47-03-47

МЫ ОТКРЫЛИСЬ! ТЦ «Калинка»,
шопинговый этаж, ул. Сахалинская, 67

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

МЕВЕЛИНЕ

Изготовление любой корпусной и встраиваемой мебели

+7-962-111-65-22
40-17-86

Юридическое агентство **«Радар+»**

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

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

ООО «ГК «ВОДГЕО», ОГРН 1056500608152, г. Южно-Сахалинск, ул. Комарова, 1

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных участках

Телефоны: 40-80-80 40-80-40

ЛСТВ

Самые оперативные новости Сахалина

Телефон редакции: 49-15-45

☎ 8 (962) 125-15-15



СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

[ЗДОРОВЬЕ]

На базе областного медицинского учреждения выполняются следующие виды услуг:

ИССЛЕДОВАНИЯ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА

Удаление папиллом, кондилом, родинок

Тел. 48-03-77

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

ООО «Мегаресурс благополучия человека»

МЕДИЦИНСКИЕ РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ДЕЗИНФЕКЦИОННЫЕ СРЕДСТВА, ПЕРЕВЯЗКА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН

Подлежит обязательной сертификации

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

ТАТУАЖ

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

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

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

ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ

ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.

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

[СТРОЙКА]

ПИЛОМАТЕРИАЛ ТЫМОВСКИЙ ЛЕС

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

www.pilomat.tonsakh.ru

267-789

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА

Остекление, отделка, расширение от 12000 руб.

КАЧЕСТВО

УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ

От 4000 руб.

27-86-32

САНТЕХНИК ЭЛЕКТРИК

круглосуточно

89146476277

услуги САНТЕХНИКА, ЭЛЕКТРИКА

ЧИСТКА ЗАСОРОВ

круглосуточно

8-984-137-94-55

РЕМОНТ СОЦИАЛЬНЫЙ

электрика - сантехника - стяжка пола

укладка напольных покрытий

установка м/н дверей

поклейка обоев - малярные работы

8-924-191-60-26

КОМПАНИЯ «СЕВЕР»

ПИЛОМАТЕРИАЛ

ТЫМОВСКИЙ ЛЕС В АССОРТИМЕНТЕ В НАЛИЧИИ И НА ЗАКАЗ

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

28-55-43

КРАН-БАЛКА

стрела 6 т, 15,5 м, борт до 10 т

КРАН 25 т

стрела 30,5 м + гусёк

40-50-25

ТЕПЛИЦЫ

Усиленные с двойной дугой Сотовый поликарбонат

Размеры: 3x4; 3x6; 3x8; 3x10 и т. д.

ПАРНИКИ 1,4x2x1м «ХЛЕБНИЦА»

39-76-08

СБТ65

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

ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ

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

Встреча с депутатами

Губернатор Валерий Лимаренко встретился с депутатами нового созыва Сахалинской областной думы. Глава региона принял участие в первом заседании областного парламента 8-го созыва. Председателем нового созыва выбрана Елена Касьянова, ранее занимавшая пост мэра Охинского района, а до этого – министра социальной защиты Сахалинской области.

ние трудиться на благо сахалинцев и курильчан. Это большая честь, которая оказана вам избирателями. Главное пожелание – продолжать работать на их благо, в частности, по направлению работы о людях.



- В думу прошли шесть партий, появились новые партии – это говорит о том, что мы отражаем интересы всех слоев населения, – отметил Валерий Лимаренко. - Новые лица в парламенте - главы районов, руководители крупных компаний - принесут новые идеи, предложения. Вместе с тем сохранилась половина депутатского корпуса, что говорит о преемственности курса, который мы ведем вместе с вами, работая как единый механизм. Приветствую всех избранных депутатов. Очень радует, что в ваших глазах огромное жела-

- От лица депутатов отмечу, что высокий профессиональный потенциал депутатского корпуса позволит в тесной связи с правительством, органами исполнительной власти решать поставленные задачи, – добавил депутат Виталий Гомилевский, который вел первое заседание на правах старшего по возрасту парламентария, пока не был избран председатель областной думы.

- От имени Государственной думы поздравляю вас со вступлением в должность депутатов Сахалинской областной думы, – обратился к коллегам депутат Государственной думы

Георгий Карлов. - Каждый из вас прошел горнило избирательной кампании и получил много наказов и вопросов со стороны избирателей. Эти вопросы затрагивают ежедневную жизнь каждого из нас, и именно вам предстоит приложить максимальные усилия для их решения. Желаю вам успешно работать в связке с губернатором, правительством, муниципалитетами и решать поставленные задачи. Желаю мудрости и принятия правильных решений.

Пользуясь случаем, председатель Сахалинской областной избирательной комиссии

Виктория Черкасова поблагодарила всех присутствующих за помощь в проведении избирательной кампании и вручила удостоверения избранным депутатам.

В состав Сахалинской областной думы вошли представители 6 партий. Это «Единая Россия» – 21 человек, по два представителя от КПРФ и партии «Новые люди». По одному человеку от «Партии пенсионеров», «Справедливой России» и ЛДПР. В итоге новый созыв регионального парламента обогатился на 50 процентов.

В ходе первого заседания парламентарии выбрали председателя Сахалинской областной думы. Им стала Елена Касьянова, которая ранее занимала должность мэра Охинского района, а до этого, в течение десяти лет, была министром социальной защиты Сахалинской области. Заместителем председателя областной думы выбрали Виталия Гомилевского.

Также в ходе первого заседания в думе будут образованы постоянные комитеты, избраны их председатели и заместители.

Помощь семьям мобилизованных

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко принял решение о выплатах в размере 300 тысяч рублей семьям мобилизованных граждан.



В Сахалинской области семьи граждан, призванных на службу в соответствии с указом президента РФ Владимира Путина о частичной мобилизации, поддержат единовременной выплатой.

- Для защиты россиян и территориальной целостности страны наш Верховный главнокомандующий принял тяжелое, но вынужденное решение, – подчеркнул Валерий Лимаренко. - И в это непростое время мы должны сделать все, чтобы семьи при-

званных на службу сахалинцев и курильчан ни в чем не нуждались. Мы будем оказывать им необходимую помощь и поддержку, пока их отцы, мужья и сыновья не вернуться домой. Защитники

Родины должны быть спокойны за своих близких.

Глава региона уже поручил профильным ведомствам организовать работу, необходимую для внедрения новой меры

поддержки. Единовременная выплата в размере 300 тысяч рублей будет осуществляться:

- супруге (супругу), состоящей (состоящему) в зарегистрированном браке с призванным гражданином;
- матери в случае, если призванный гражданин не состоит в зарегистрированном браке (а в случае отсутствия матери - отцу);
- несовершеннолетним детям призванного гражданина в лице их законных представителей (в случаях, когда у гражданина отсутствует законная супруга и родители).

Порядок предоставления единовременной выплаты будет утвержден и опубликован в ближайшие дни.

Врачи спасли глаз жительнице Макарова

В Сахалинской областной больнице готовится к выписке жительница Макарова, поступившая сюда с тяжелой травмой глаза.



Женщина получила удар стеклянной бутылкой от дебоширивших соседей. Разбившееся стекло не только рассекло лицо, но и серьезно повредило глаз. В экстренном порядке макаровчанка была доставлена сначала в районную, а затем в областную больницу. Крайне тяжелое состояние, очень низкие шансы на спасение глаза. Так описывают врачи областной больницы ситуацию, когда жительница Макарова поступила в отделение. После проведенной первичной хирургической обработки необходимо было удалить травмированный хрусталик и заменить его на искусственный. Впереди

предстояло еще несколько сложнейших этапов.

- Чтобы сохранить орган, требовалась ювелирная работа с применением самых передовых методик, – рассказала и.о. заведующего офтальмологическим отделением Сахалинской областной клинической больницы Наталья Жарская. - Было принято решение о проведении

витреоретинальной операции. Этот метод позволяет проникать в задний отрезок глаза – сетчатку и стекловидное тело. С помощью тончайшей иглы, без единого разреза под микроскопом пациентке были проведены все необходимые манипуляции.

Несмотря на все риски, оперативное вмешательство за-

вершилось успешно. Женщине предстоит еще несколько этапов лечения и реабилитация, наблюдение будет осуществляться и в районной, и в областной больницах.

- Стекла попали в глаз, наложили множество швов, – рассказала жительница Макарова. - Все было сложно. Врачи все молодцы. Каждый делал все, что мог. Спасли меня.

Витреоретинальная хирургия – одно из самых современных высокотехнологичных направлений в офтальмологии. Ранее пациентов, нуждающихся в таких видах вмешательств, направляли в специализированные центры за пределами региона. В Сахалинской областной клинической больнице эти методы начали внедряться с 2021 года. В этом году выполнено уже 175 вмешательств, до конца года планируется прооперировать не менее 200 человек.



АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



Как получить техплан будущего дома, а потом и субсидию



Жителям Южно-Сахалинска напоминают, что они могут не только заказать технический план индивидуального жилого дома по фиксированной цене, но и получить на это субсидию.

По фиксированной цене

Администрация города Южно-Сахалинска информирует заинтересованных лиц о возможности заказать технический план индивидуального жилого дома (в том числе на садовых участках) для постановки на государственный кадастровый учет в Управлении Росреестра Сахалинской области по фиксированной цене - 10 тысяч рублей.

Муниципальное предприятие «Гор-архитектура» проводит акцию «Все по 10!» по следующим документам:

- изготовление технического плана индивидуального жилого дома, жилого дома на садовом участке;
- изготовление межевого плана земельного участка под индивидуальный жилой дом.

Заявки на подготовку документа по фиксированной стоимости принимаются по адресу: ул. Вокзальная, 13 в рабочие дни с 8.30 до 17.30. Справки по телефону 50-00-85, 300-932, доб. 1.

Возместить затраты

Департамент архитектуры и градостроительства Южно-Сахалинска с 3 октября начнет прием документов на

получение субсидии на возмещение затрат (части затрат), связанных с подготовкой технического плана на объекты ИЖС. Право на получение субсидии имеют физические лица, осуществившие строительство дома на принадлежащем им земельном участке, но не поставившие его на государственный кадастровый учет.

Уточним, субсидия предоставляется в размере не более 10000 рублей от фактически понесенных и документально подтвержденных затрат. Компенсация действует на затраты, произведенные в текущем финансовом году и (или) в предшествующем текущему финансовому периоду, при условии обязательной постановки жилого дома на кадастровый учет с присвоением кадастрового номера. Компенсировать можно затраты на технический план, подготовленный в любых профильных организациях.

Заявки на субсидию принимаются департаментом в период с 3 октября по 1 ноября 2022 года по адресу: Южно-Сахалинск, ул. Карла Маркса, д. 32, офис 402 с 9.00 до 17.15 (обед 13.00-14.00). Или по электронной почте u.terzi@yuzhno-sakh.ru; uaig@yuzhno-sakh.ru. Консультации по телефону **312-648 доб. 2**.

Ознакомиться с порядком и требованиями к получению субсидии можно в постановлении администрации Южно-Сахалинска от 26.08.2022 № 2013-па.



Не трогай землю без разрешения!

Предприятиям всех форм собственности напоминают, что получение разрешения на проведение земляных работ является обязательным требованием правил благоустройства.

МКУ «Управление мониторинга городского хозяйства» напоминает, что работы, связанные с нарушением земель, разрытием грунта или вскрытием дорожных покрытий (прокладка, реконструкция или ремонт подземных коммуникаций, забивка свай и шпунта, планировка грунта, буровые работы), производятся только при наличии разрешения на проведение земляных работ.

Разрешение на проведение земляных работ выдается в соответствии административным регламентом предоставления муниципальной услуги «Выдача разрешений на проведение земляных работ». Подать заявку на получение документа можно через портал «Госуслуги». Подробная инструкция размещена на официальном сайте администрации города.

Отметим, за нарушение требований правил благоустройства и осуществление земельных работ без разрешительных документов предусмотрена административная ответственность.

Более подробную информацию можно получить в департаменте городского хозяйства по адресу: Южно-Сахалинск, пр. Мира, 64а, кабинеты № 102 и № 112 или по телефону 300-725 (доб. 2, 3, 4, 5).

[МОБИЛИЗАЦИЯ]

Губернатор проверил условия быта мобилизованных сахалинцев



Глава региона посетил воинскую часть 35390 в Аниве, где сейчас размещаются жители Сахалинской области, призванные в соответствии с указом президента РФ Владимира Путина о частичной мобилизации.

Губернатор осмотрел казармы и столовую, проверил качество питания и провел встречу с военнослужащими. Каждая просьба, которую озвучили мобилизованные граждане, взята на контроль. В поездке главу региона сопровождали главный федеральный инспектор по Сахалинской области Иван Терентьев и председатель Общественной палаты Сахалинской области Владимир Иконников, а также представители областного исполкома партии «Единая Россия».

- Выражаю вам слова благодарности за то, что

приняли решение встать на защиту нашей Родины, своего дома, своих родных и близких, - обратился к призванным Валерий Лимаренко. - Вы все - настоящие патриоты и люди чести! Благодарю не только вас, но и ваши семьи. До вашего возвращения домой вашим близким будет оказана всевозможная помощь и поддержка. Ожидаем всех бойцов дома в добром здравии и как можно скорее.

По решению губернатора семьям сахалинцев, которые были призваны по указу о частичной мобилизации, выплатят единовременно по 300 тысяч рублей. Близких мобилизованных граждан по домам обойдут волонтеры и соберут все просьбы. В индивидуальном порядке будут решаться вопросы трудоустройства, получения медицинских услуг, образования детей и другие проблемы, которые волнуют сахалинцев. Кроме того, организована горячая телефонная линия по вопросам поддержки семей мобилизованных граждан: **8-800-201-00-99 (доб. 1)**.

Большинство призванных по мобилизации сегодня находятся на Сахалине. Региональные власти держат на контроле их обеспечение всем необходимым. Для сахалинцев приобрели экипировку и бытовые принадлежности. Губернатор поблагодарил бизнес-сообщество, которое оперативно откликнулось и помогло с поставками.

- У нас здесь хорошие резиновые сапоги, теплая обувь, спальные мешки, которые выдерживают температуру до минус 15, - рассказал старший военного городка подполковник Денис Великанов. - Сотни коробок со стиральным



порошком, средствами для бритья, зубными щетками и пастами, влажными салфетками и другими предметами гигиены.

Также были приобретены комплекты постельного белья, полотенец, подушек, матрасов. Для полигона «Успенковский» закупили посуду, генератор и строительные материалы. Отрабатывается заявка на приобретение специального военного имущества на сумму более 18 млн рублей: квадрокоптеры, лазерных дальномеров, радиостанций, глушителей. Ранее приобрели ноутбук, бинокли, гигиенические наборы.

На встрече с главой региона командиры батальонов передали еще два списка вещей, которые требуются им на службе. Все необходимое будет

закуплено в ближайшее время.

Мобилизованные сахалинцы озвучили Валерию Лимаренко ряд личных просьб, по которым оперативно были приняты решения. В воинскую часть пригласят нотариуса, чтобы призванные могли оформить доверенности на своих близких. Для сахалинцев с жалобами по здоровью организуют углубленное медицинское обследование.

Призванных по мобилизации также волновал вопрос о сохранении рабочих мест и об отсрочках платежей по кредитам. На встрече сахалинцев заверили, что уже готовятся соответствующие изменения в законодательство. В случае несоблюдения прав жителей островного региона будут приниматься решения в индивидуальном порядке.

Сахалинцы завоевали Гран-при на международной выставке

Сахалинцы завоевали Гран-при на международной выставке творчества коренных малочисленных народов Севера. Лучшей региональной экспозицией была признана «Сила традиций», созданная островными мастерами.

Итогом выставки-ярмарки «Сокровища Севера. Мастера и художники России» стали также шесть специальных призов, одно первое место, четыре вторых и одно третье. Масштабное мероприятие прошло с 14 по 18 сентября в Москве и собрало представителей коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока из 25 регионов России.

Островную делегацию представили лучшие мастера декоративно-прикладного творчества из разных районов, народный национальный нивхский ансамбль «Ари ла миф» («Земля северного ветра») из Ноглик и победители региональной детско-юношеской конференции на языках коренных малочисленных народов Севера Сахалинской области и Дальнего Востока «Родная речь».

Конкуренция была серьезная, участники делились секретами мастерства с москвичами и гостями столицы несколько дней. При этом посетители стенда могли не просто посмотреть экспонаты, но и в интерактивном режиме под руководством мастеров погрузиться в процесс изготовления изделий ручной работы.



Юрий Левкун и Федор Мыгун учили гостей резьбе по дереву в мастер-классе «Магия дерева». Виктория Азизмамадова и Елена Очан показали азы вышивания бисером во время «Мелодии бисера». Альбина С. Мыгун и Наталья Кельман продемонстрировали традиционную вышивку «Айс тиф» («Золотой стежок»). Ольга Резник поделилась секретами изготовления изделий из необычного материала, вырезая «ожившие» силуэты на рыбьей коже.

- Я со школьной скамьи увлекаюсь художественным творчеством – декоративной вышивкой и вышивкой бисером, которым занимались мои предки, – рассказала представительница малочисленного народа уилта Виктория

Азизмамадова. - Попыталась передать красоту цветовой гаммы, личность автора, который приложил свою руку. Ведь то, что мы делаем, мы делаем с душой и любовью.

Сахалинцы не уступали делегациям из других северных регионов России и в гастрономическом состязании. Участники делегации Елена Очан и Ольга Резник приготовили и угостили гостей экспозиции вкусными и весьма необычными блюдами: муви, приготовленным по традиционным рецептам, и уникальным чайным сбором.

По итогам нескольких дней конкурсов и состязаний в рамках XVII Международной выставки-ярмарки «Сокровища Севера. Мастера и художники России-2022» конкурсная комиссия, а

самое главное – посетители выставки, по достоинству оценили уникальность культуры коренных этносов Сахалинской области, и пальма первенства во многих программах была по праву отдана именно сахалинцам.

Главной победой стал Гран-при выставки, врученный стенду Сахалинской области. Специальными дипломами «За сохранение национальных традиций» конкурса «Лучшее произведение национального народного творчества» каждый в своей номинации отмечены Вадим Левкун, Елена Очан, Ольга Резник, Юлия Хевкина и Александра Бахтина.

Альбина С. Мыгун заняла первое место в номинации «Изделия сувенирного промысла». Евгения Окава

заняла второе место в номинации «Текстиль, войлок, вышивка». В номинации «Национальный костюм из текстиля» второе место заняла Надежда Джаббарова. Юрий Левкун занял второе место в номинации «Возрождение утраченных традиций», а Вадим Левкун - третье место в номинации «Национальные музыкальные инструменты».

Отметим, «Сокровища Севера» – ежегодное традиционное и масштабное мероприятие, играющее важнейшую роль в жизни коренных народов России. Тематические разделы выставки дают возможность многочисленным делегациям представить свои национальные художественные промыслы, авторские работы художников и мастеров, уникальные дизайнерские наработки одежды, головных уборов, сувениры и поделки, экологически чистые продукты питания и многое другое. В рамках фестиваля «Кочевье Севера» также делятся творчеством национальные ансамбли всей России.

Поездка сахалинской делегации Севера на XVII Международную выставку-ярмарку «Сокровища Севера. Мастера и художники России-2022» была организована правительством Сахалинской области, региональным министерством культуры и архивного дела, Сахалинским областным центром народного творчества при поддержке ООО «Сахалинская Энергия».

Новоселье на Курилах



В Северо-Курильске 24 семьи переезжают из аварийного жилья в комфортные квартиры. Новый дом построен по региональной программе «Социально-экономическое развитие Курильских островов» с учетом сейсмических особенностей местности.

Новостройка расположилась в центральной части города, по адресу: Сахалинская, 41. Рядом находятся спортивно-оздоровительный комплекс «Касатка», школа, отделение почты, городской парк. В трехэтажном доме – 12 однокомнатных и 12 двухкомнатных квартир, все они сданы с чистовой отделкой, на кухне уже установлена плита, а в санузлах смонтировано необходимое оборудование.

Новоселы переезжают из аварийных домов по улицам 60 лет Октября и Сахалинской. Курильчане неоднократно проверяли качество строящегося дома, все их пожелания и предложения были учтены подрядчиком на завершительной стадии работ.

- Долгое время ждал переселения, до этого жил в общежитии, – рассказал один из новоселов. - Квартира очень нравится! Большая комната, светлая и просторная кухня. В ближайшее время соберу вещи и наконец перееду в свою новую квартиру.

Строительство жилья для переселения

граждан из аварийного фонда на Парамушире продолжается. Возобновилось строительство ещё двух домов на 18 и 29 квартир на улице 60 лет Октября.

Отметим, по поручению Валерия Лимаренко в островном регионе значительно активизировали темпы расселения людей из непригодного для проживания фонда. В 2020 году жилищные условия улучшили более 6 тысяч человек, в 2021-м – почти 4 тысячи. В этом году новоселье должны отпраздновать свыше 5 тысяч сахалинцев и курильчан. Это позволило региону претендовать на дополнительную федеральную поддержку для реализации новой программы расселения.

Правление публично-правовой компании «Фонд развития территорий» накануне одобрило лимиты предоставления финансовой поддержки Сахалинской области, которая досрочно завершила реализацию федерального проекта «Обеспечение устойчивого сокращения непригодного для проживания жилищного фонда». Всего в регионе с участием средств Фонда необходимо расселить 729 тысяч квадратных метров аварийного жилья – жилищные условия должны улучшить почти 25 тысяч человек. Для выполнения первого этапа новой программы переселения из федерального бюджета в Сахалинскую область будет направлено 11 млрд рублей.

Новое оборудование для реабилитации

В Охинскую ЦРБ поступило оборудование для реабилитации пациентов. Восстанавливать здоровье пациентов после сосудистых катастроф - инсультов, инфарктов и травм - специалисты Охинской ЦРБ теперь смогут на самой современной аппаратуре. Специализированная техника поступила в медицинское учреждение в рамках программы «Борьба с сердечно-сосудистыми заболеваниями» национального проекта «Здравоохранение».



Восстановление здоровья после инсульта в вторые-третьи сутки – такой стандарт принят в современном здравоохранении. Чтобы помощь была максимально эффективной, специалисты прибегают к специализированному «умному» оборудованию. Такие аппараты с биологической обратной связью поступили в Охинскую ЦРБ.

- Оборудование тонко настраивается под конкретного человека, реагирует на импульсы, которые поступают из головного мозга, от конечностей, и выстраивает определенный алгоритм упражнений, – рассказала главный врач Охинской ЦРБ Татьяна Супрунова. - Это позволяет приступить к реабилитации в самые короткие сроки, когда утраченные функции еще поддаются коррекции и восстановлению.

Оборудование, поступившее в Охинскую ЦРБ, включает несколько роботизированных аппаратов для разработки верхних и нижних конечностей, подъемник для больных. В течение следующей недели технику подготовят к работе с пациентами. Приступить к медицинским про-

цедурам на новом оборудовании планируется с октября. До конца года в учреждении ожидается поставка еще одного аппарата – роботизированного велоэргометра.

- В рамках нацпроекта «Здравоохранение» реабилитационным оборудованием ранее были оснащены Холмская, Поронайская и Тымовская районные больницы, – прокомментировал министр здравоохранения Сахалинской области Владимир Кузнецов. - Это позволяет охватить специализированной помощью, без выезда в областной центр, сотни людей. В первичные сосудистые отделения, которые расположены на базе этих учреждений, поступают пациенты не только из этих районных центров, но и прилегающих муниципальных образований. Это позволяет сократить сроки маршрутизации и приступить к лечению как можно скорее.

Всего в рамках программы борьбы с сердечно-сосудистыми заболеваниями нацпроекта «Здравоохранение» в регионе в этом году выделено 133 миллиона рублей, из них 65 миллионов из областного бюджета.

В 85 домах завершён капитальный ремонт



В них привели в порядок крыши, фасады, внутридомовые сети водо-, тепло-, электро-, газоснабжения и водоотведения. Всего в этом году капремонт охватит 139 многоквартирных домов на Сахалине и Курилах.

Подрядчики ведут работы активными темпами. Согласно условиям договоров, основной объём сдадут в сентябре-октябре. Полностью запланированные работы завершены в Анивском и Ногликском районах.

Строительные компании ответственно подходят к выполнению задач, некоторые объекты сдадут раньше сроков, - подчеркнул исполняющий обязанности директора Фонда капитального ремонта многоквартирных домов Сахалинской области Игорь Бондарев. - В рамках реализации программы капремонта в этом году приоритет отдали инженерным сетям, значительная часть которых имеет большой процент изношенности.

На данный момент строители выполнили капремонт 82 инженерных сетей (водо-, тепло-, электро- и газоснабжения, а также водоотведения), 36 крыш, 11 фасадов, 4 подвалов. Работы по капремонту на сетях теплоснабжения практически полностью завершены - к началу

отопительного сезона они будут готовы к приему теплоносителя.

- В нашем доме отремонтировали в этом году кровлю, - рассказал Дмитрий, житель дома № 8 по улице Есенина в Южно-Сахалинске. - Сделали все быстро. Закончили ремонт пару месяцев назад. Жалоб от соседей не слышал ни во время проведения работ, ни после. Качество капремонта покажет предстоящая осень. Подрядчик всегда на связи, поэтому, если вдруг обнаружится какой-то дефект, мы знаем куда обращаться.

Отметим, за время действия программы капитального ремонта в 1852 многоквартирных домах обновили 4097 конструктивов на сумму свыше 18 млрд рублей.

Кроме того, губернатор Валерий Лимаренко поставил задачу - привести в порядок все подъезды и входные группы многоквартирных домов, которые нуждаются в косметических работах. В этом году текущим ремонтом охвачено 1090 подъездов и входных групп в 369 домах. Большая половина работ уже завершена. По решению главы региона управляющим компаниям на условиях софинансирования выделяются субсидии для проведения косметического ремонта многоквартирных домов.



В Макаровском районе завершили ремонт по программе «1000 дворов»

Полностью преобразились три придомовые территории по улицам Хабаровской, Ленина и Красноармейской в райцентре. Приемку каждого из дворов проводили представители министерства жилищно-коммунального хозяйства и местной администрации.

Во дворе дома № 28 по улице Красноармейской после полного демонтажа старого покрытия заменили бордюры, обустроили тротуары и ступени с перилами, засеяли газоны, установили скамейки и урны. После укладки нового асфальта организованы парковочные карманы, установлены уличные фонари и резиновое покрытие для детской площадки.

По улице Ленина, 11 наряду с таким же перечнем работ установлены и сушилки для белья. А во дворе домов №№ 14 и 20 по улице Хабаровской также установлены беседки, скамейки и урны, качели.

Макаровский район - один из немногих муниципалитетов, в структуре которого работает главный архитектор города, в чьи полномочия, помимо градостроительства, также входят вопросы благоустройства, - отметила руководитель регионального центра компетенций по вопросам городской среды Виктория

Доля. - Это, несомненно, влияет на качество выполняемых работ. Это можно отметить по таким, казалось бы, незаметным деталям, как обустройство второстепенных дорожек, когда-то вытопанных людьми, применяемым формам и материалам, общей эстетике проводимых работ.

Напомним, проект «1000 дворов на Дальнем Востоке» реализуется по инициативе вице-премьера - полномочного представителя президента РФ в ДФО Юрия Трутнева. В островном регионе в рамках проекта за счет средств федерального бюджета приведут в порядок 84 придомовые территории. Все работы должны быть завершены до 1 октября.

Помимо федеральной программы, капитально дворы ремонтируют и за счет средств областного бюджета. В этом году полностью преобразуют 75 придомовых территорий. Кроме того, на Сахалине и Курилах второй год подряд выполнялся беспрецедентный объем текущего ремонта. Работы завершены на более чем 950 дворовых территориях. В рамках текущих работ в порядок приводили не только проезды, но и входные группы, там, где это было необходимо. До конца года в регионе отремонтируют 1090 подъездов и входных групп в 369 домах.

Область входит в отопительный сезон



В северных районах он уже стартовал. Большинство муниципальных образований начнет подавать тепло в дома островитян с 1 октября. В случае изменения погодных условий даты могут быть скорректированы.

Раньше всех отопительный сезон начался в Охинском районе - с 17 сентября здесь уже приступили к подключению жилищного фонда. С 22 сентября теплее стало в квартирах жителей Ногликского района. Следующим должен войти в отопительный период Тымовский район. Заполнение систе-

мы теплоносителем начнется 26 сентября.

Отметим, что внутридомовые системы заполняются не одновременно, а постепенно. Традиционно первыми получают тепло социальные учреждения: детские сады, школы, поликлиники и больницы.

Жителям домов, подключенных к центральному отоплению, после старта отопительного сезона необходимо обращать внимание на внутриквартирные и подъездные сети. В случае обнаружения неисправностей необходимо незамедлительно обратиться в управляющую

компанию. Можно также звонить по номерам единых диспетчерских дежурных служб или на горячую линию ЖКХ по телефонам: *0065 или 8(800)3020065.

- В настоящий момент общий процент готовности объектов жизнеобеспечения составляет 99%, что опережает запланированный уровень в 95%, - отметила министр ЖКХ Сахалинской области Наталия Куприна. - За межотопительный период заменено более 62 км сетей тепло-, водоснабжения и водоотведения. Работа по подготовке к отопительному периоду находится на особом контроле губернатора Валерия Лимаренко.

Кроме того, на котельных частично обновлено оборудование, проведен ремонт котлов и замена дымовых труб, установлено и отремонтировано газоочистное оборудование.

Напомним, отопительный период по нормативам начинается, когда среднесуточная температура наружного воздуха установится на отметке ниже 8 градусов Цельсия в течение 5 суток подряд.

В регионе создают школьные театры

Сегодня в островных школах реализуются 26 программ, посвященных театральному искусству. В конце 2022 года их число вырастет в два раза. Всего до конца 2024 года в регионе появится свыше 150 школьных театров.

Сценические лаборатории и небольшие ученические студии получают методическую помощь от островных учреждений культуры. В театре кукол уже дали старт первому сезону школьных студий. Артисты и режиссеры станут наставниками для юных покорителей сцены.

- В регионе мы уделяем пристальное внимание ранней профориентации, - отметила министр образования Сахалинской области Анастасия Киктева. - И школьный театр - отличная возможность для ребенка найти своё призвание в творческих профессиях. Наша задача - раскрыть талант, дать школьнику понимание многообразия мира. Мы стремимся к тому, чтобы школа стала местом гармоничного развития личности ребенка. Местом, где



он может выбрать себе занятие по душе.

Чехов-центр продолжает давать мастер-классы для школьников в районах. Артисты Сахалинского международного театрального центра имени А.П. Чехова учат детей тонкостям актерского мастерства и сценического боя, приоткрывают тайны закулисья.

- Преподавать актерское мастерство детям очень волнующее, - поделилась мнением актриса Чехов-центра Елена Денисова. - Мы распределяем роли так, чтобы дети могли проявить себя рядом с про-

фессиональными артистами, показать собственное мастерство. Мы стремимся сделать комфортное пространство для работы, где ребята смогут почувствовать себя раскованно, пойти на контакт. Мы чувствуем большой интерес со стороны школьников.

В рамках проекта для юных сахалинцев запланирована серьезная учебная программа. Ребята продемонстрируют, чему научились, на первом областном фестивале школьных театров, который объединит вместе мастерские районных школ.

Более 1000 контейнеров для раздельного сбора отходов установили на Сахалине



К сортировке твердых коммунальных отходов приступили жители Охи и Поронайска. В Тымовском, Смирных и Невельске идет процесс установки сетчатых контейнеров для раздельного накопления. Работа по оснащению площадок специальными ёмкостями для пластика, металла и стекла проводится в рамках национального проекта «Экология».

Первыми к сортировке отходов в прошлом году приступили жители села Дальнего в Южно-Сахалинске. Затем

подключился и весь областной центр. На сегодня город является лидером по количеству установленных специальных контейнеров. Здесь было размещено более 500 емкостей для вторичного сырья.

- Работа не стоит на месте, количество контейнеров растет и в районах. Мы рады, что люди ответственно подходят к вопросу сортировки и интересуются, когда в их городе установят сетчатые контейнеры, - подчеркнул генеральный директор АО «Управление по обращению с отходами» Максим Федотов. - В целом сахалинцы готовы

к переменам в обращении с отходами. Многие обеспокоены состоянием окружающей среды и уверены, что раздельный сбор и переработка смогут значительно улучшить ситуацию.

Работа по сбору и вывозу раздельно собранных отходов полностью налажена в Аниве, Долинске, Корсакове, Ногликах и Холмске. Эти города обеспечены достаточным количеством сетчатых контейнеров для пластика, металла и стекла.

- Процесс сортировки отходов все быстрее продвигается на север. Теперь он станет доступен жителям еще



пяти районов Сахалина, - рассказала министр жилищно-коммунального хозяйства Сахалинской области Наталья Куприна. - Сейчас там устанавливается порядка 180 новых сетчатых контейнеров. На очереди и другие муниципальные образования.

Контейнерные площадки под специальные емкости для раздельно собранных отходов сегодня готовят также в Макарове, Томари, Александровске-Сахалинском и Углегорске. В этом году все районы острова будут обеспечены специальными сетчатыми контейнерами.

Отметим, сортировка отходов - важнейший этап для снижения количества мусора, который подлежит захоронению на полигонах. После разделения отходов на фракции часть из них отправляется на перерабатывающие заводы. Из вторичного сырья изготавливают новые вещи. Планируется, что к 2030 году на сортировку будут отправлять 100% бытовых отходов, благодаря чему вдвое снизится объем



захоронения на полигонах.

Напомним, в этом году на полигоне «Известковый» установили мобильный сортировочный комплекс. Твердые коммунальные отходы проходят сортировку в несколько этапов, в том числе и ручную. Их разделяют на фракции: пластик, алюминий, металл, стекло, картон и «хвосты». Часть отходов получают вторую жизнь: их отправляют на переработку на материк. «Хвостовые» фракции с помощью пресса укладывают в кипы и после захороняют на полигоне.

На Сахалине почти втрое увеличили объемы производства сыров

Впервые промышленное производство полутвердых сыров в Сахалинской области было запущено в мае этого года. Сегодня жители региона могут приобрести в магазинах 8 наименований полутвердых сыров местного производства.

Первой на Сахалине промышленное производство сыров запустила компания «Грин Агро-Сахалин». На рынок предприятие выпустило 6 видов этого продукта: «Гауда Премиум», «Тильзитер Премиум», «Голландский», «Российский Витязь», «Маасдам Премиум» и «Сметанковый».

Всего в Сахалинской области производством сыров занимается 9 молокопереработчиков. Например, молочный комбинат «Южно-Сахалинский» начал выпуск мягкого сыра «Адыгейский», а Южно-Сахалинский совхоз запустил сразу два сыра - «Чайный» и «Сливочный». Производители очень тщательно подходят к выбору сырья. Сыры производятся из натурального цельного молока с высоким содержанием белка.

- В нашем регионе за по-



следние годы не только вырос объем производства сырого молока, но и его качественные характеристики, - рассказала заместитель руководителя по производству и качеству АО «Молочный комбинат «Южно-Сахалинский» Раиса Реведнева. - А это, в свою очередь, дало нам возможность запустить производство сыра, ведь к качеству сырья для его производства особые требования. Пока начали производство только одного наименования, но, возможно, и дальше будем развивать это направление.

В министерстве сельского хозяйства, торговли и продовольствия региона отмечают,

добиться высоких результатов предприятиям удастся во многом благодаря серьезной поддержке из областного бюджета. За три года в отрасль вложено 7,7 миллиарда рублей из региональной казны. Число предприятий за это время возросло на 70 и сегодня составляет 429, в регионе более 200 крестьянско-фермерских хозяйств. Широкий комплекс мер поддержки позволяет производителям повышать качество пищевой продукции, разрабатывать и внедрять новые виды продукции, наращивать объемы производства и повышать уровень продовольственной безопасности Сахалина и Курил.

УТЦ «Восток» теперь в собственности области

Сохранить работу социально важного объекта, который уже завоевал популярность среди сахалинских спортсменов-любителей и профессионалов, поручил губернатор Валерий Лимаренко. УТЦ «Восток» продолжит своё развитие под управлением центра спортивной подготовки Сахалинской области (ЦСП) - подведомственного региональному министерству спорта учреждения.

- База «Восток» по праву называется «Территорией спорта», - подчеркнул Валерий Лимаренко. - Это уникальное место с широкими возможностями для всех и каждого. Современные тренировочные залы, детский отдых, проведение спортивных и культурно-массовых мероприятий различного уровня, фитнес, водно-оздоровительные процедуры говорят об огромном потенциале комплекса. Уверен, что с приобретением учебно-тренировочного центра островной спорт шагнёт далеко вперед, а приверженцев здорового образа жизни станет ещё больше.

Здесь будут проходить тренировочные мероприятия не только сахалинских атлетов, но и сборных команд России. По словам министра спорта Сахалинской области Артёма Подшивалова, на первом этапе в год в центре планируется проводить более 100 соревнований различного уровня по различным видам спорта. Продолжатся регулярные занятия, а также отбор и подготовка наиболее одарённых, перспективных ребят для пополнения сборных команд области и страны. Кроме того, на базе УТЦ «Восток» будут развиваться новые спортивные направления.



- Для сахалинской художественной гимнастики база «Восток» - это спасение, - отметила президент федерации художественной гимнастики Сахалинской области Ольга Лукина. - Гимнастам нужен зал с определенной высотой потолков, площадью и покрытием. Раньше у нас не было помещения, которое бы соответствовало требованиям нашего вида спорта. Теперь мы сможем тренироваться на полноценной площадке и показывать еще более высокие результаты.

Кроме того, детский загородный лагерь «Восток», который ежегодно пользуется большим спросом не только у юных сахалинцев, но и ребят из других регионов России, теперь будет работать не только в летнее время, но и в период новогодних каникул.

В онлайн-кинотеатре START идет сериал «Ева, рожай!» – история о 38-летней преподавательнице танцев, сильной и независимой женщине, которой то и дело кто-то из родственников, друзей или случайных знакомых норвит сказать о том, что часики-то тикают. А тут еще и бывший Евы стал счастливым отцом семейства, которое создал с ее же психотерапевтом. Ева решительно настроена изменить свою жизнь. Режиссером сериала выступил Никита Грамматиков, с которым мы поговорили о давлении на женщин, разрушении «четвертой стены» и танцах Елены Подкаминской, которая исполнила в сериале главную роль.

[КИНО-ТЕАТР.РУ]

- В вашей фильмографии уже есть достаточно разнообразные сериалы – от детективов «Проклятые спящих» и «Документалист» до комедий «Фемида видит», драм типа «Учителей» и даже подросткового триллера, каким была «Моя большая тайна». И, кажется, нет среди них ни одного проходного. Как вы выбираете, над чем будете работать?

- Когда я заканчиваю проект, у меня обычно долгая пауза, когда я выбираю следующий. Мне вроде и хочется уже работать – я восстановился, но я всегда жду проект, который будет откликаться внутри меня. И пока не найдется то, что меня задевает, я за работу не берусь. Я давно понял, что если у меня нет желания рассказывать ту или иную историю, то я не смогу ни актеров, ни оператора, ни художников, ни гримеров на нее зарядить. Поэтому если у меня холодный нос и холодное сердце, я говорю «нет». А те проекты, за которые я берусь, которые меняют меня и расширяют мой кругозор, становятся моими любимыми.

- Чем вас в таком случае зацепил проект «Ева, рожай!»?

- Если в двух словах, то профессионализмом написанного пилота, его внятностью. Я сразу понял, про что будет история, как развивается главная героиня, какие у нее проблемы, какую тему затрагивает сериал. Для этого стоило только прочитать самый первый монолог нашей героини, которая стоит перед зеркалом и общается сама с собой. Еще важно, что наши сценаристки Юля Клименко и Дарья Воротынцева придумали, что у героини есть определенное количество кандидатов, из которых она выбирает, а не так, что в каждой серии появляется новый персонаж. Благодаря этому я смог проработать каждый характер, погрузиться во всех героев и понять, как каждый из них раскрывает нашу героиню, провоцирует ее на что-то или открывает внутренние вибрации. И это было здорово.

- В сериале при этом присутствует элемент разрушения «четвертой стены». Он тоже изначально был прописан в сценарии?

- Это, скорее, коллективная история. В первой сцене пилота актриса общается сама с собой перед зеркалом и тем самым общается и со зрителем. Это был очень хороший сценарный ход, актерский и режиссерский. Также в конце первой серии есть сцена, где героиня извиняется вроде бы в лицо психологини, а вроде бы и зрителя. Во время подготовительного периода у нас было определенное количество референсов. Один из них – «Дрянь», которая частично по характеру подходит нашей героине. А второй – «Меломанка» с Зои Кравич, где она вообще ведет двухминутные диалоги со зрителем. И во время знакомства с Леной Подкаминской, когда у нас были читки, мы обсуждали сцены, я рассказал ей про эти референсы и попросил обратить внимание на общение со зрителем – закадровым либо внутрикадровым голосом. В итоге мы договорились, что снимаем закадровый текст и, соответственно, Лена отыгрывает его молча, а потом делаем дубль, где она общается со зрителем. И потом, на монтаже, мы выбрали, что лучше работает.

- Елена Подкаминская была утверждена на роль вами или продюсерами?

- Она была утверждена еще на пилоте, который снимал Клим Шипенко. На мой взгляд, Лена идеально подходит для этой героини, поэтому я даже не поднимал вопроса, менять актрису или нет. Она оставалась с нами безоговорочно. Также из пилота у нас остались Галина Александровна Польских – прекрасная актриса, которая играет нестарющую бабушку нашей главной героини. Восхитительная Наташа Ноздрина, исполнившая



I На съемках сериала «Ева, рожай!»

Никита Грамматиков: «Тема с «часики-то тикают» актуальна для всех»

роль психологини, и Лиза Мартинес, которая сыграла подругу Евы.

- В «Ева, рожай!» показано, какое давление оказывает общество на женщин за 30. А есть ли в этом смысле какое-то общественное давление на мужчин сходного возраста?

- Думаю, тема с «часики-то тикают» актуальна для всех – не только для женщин, которые еще не родили. Мужчин, конечно, этот вопрос тоже в какой-то степени касается. Если нет спутницы жизни, родители же говорят: «Когда найдешь? Мы уже хотим внука, у нас часики тикают, мы скоро не сможем внуков нянчить и вам помогать, а их все еще нет». Да и жена или девушка тоже могут говорить, что пора заводить ребенка и расширять семью. Так что такие вопросы есть у каждого, и все их решают по-своему.

- В сериале есть фраза о том, что женские обиды – мощнейшее топливо для развития страны. Согласны ли вы с этим утверждением?

- Все обиды могут быть двигателем. Если тебя задела, ты, конечно, будешь менять себя или что-то делать, чтобы доказать в первую очередь самому себе, что ты можешь. Так что в какой-то степени да, но, думаю, не так глобально, как говорит наша героиня.

- Вообще, насколько мужчине тяжело снимать про женщин? Тем более «Ева, рожай!» не первый ваш такой опыт.

- Действительно, в «Учителях», «Фемиде», «Моей большой тайне» главными являются женщины. Для меня какой-то сложности в этом нет. Ты берешь материал, изучаешь героиню – все ее сильные и слабые стороны, разбираешь сцены, находишься в диалоге с актрисами и получаешь хороший результат. Очень важно – выбрать правильную актрису под героиню. Я уже несколько лет работаю с одним кастинг-директором Катей Малютиной, и наш творческий тандем – настоящий подарок. Она меня хорошо знает и понимает, чего я хочу и какие актеры или актрисы будут меня слышать и лучше воспримут материал.

- В такой связи главным остается режиссер или все-таки актриса много диктует своей героине?

- Тут все зависит от личности. Я всегда за диалог. С учетом того, что мы обсуждаем исключительно сериальное производство, рассказать и наполнить актера или актрису на 100% мне физически не хватает времени. Я могу лишь направить, а дальше уже актер должен внутри все переработать, освоить, услышать, что я хочу, добавить свой взгляд на сцену или на персонажа, и уже непосредственно в дублях и репетициях и завершать наш диалог. В такой форме получает-

ся прекрасное сотворчество. Но бывали у меня случаи, когда я полностью загружал актрису информацией, она с ней полностью соглашалась, и мы с ней шли в отличное плавание.

- А с Подкаминской как складывалось ваше сотрудничество?

- Мы спорили, общались. Это было не суперлегко ни для Лены, ни для меня, но к согласию мы приходили. Для нас обоих это был непростой проект, и я буду очень рад, если Лену как-то отметят, похвалят. Ни Лена, ни я не создавали эту героиню спустя рукава. Как и авторы сценария. Тут опять же был симбиоз работы. Периодически бывало, что мы заканчивали съемки и по пути домой созванивались с Леной и обсуждали, что мы снимаем завтра, что важно показать в этих сценах. Эта роль была для Лены на сопротивлении. В жизни она прекрасный, добрый, нежный человек, но ее героиня – дама с характером. И этот характер ей иногда мешает определиться, тот мужчина или не тот, нужен он или нет. В этом ее постоянном внутреннем кипении она дает комичные ситуации, драматические сцены, заставляет зрителей сопереживать, что, мне кажется, очень круто.

- Я так понимаю, что Елену перед съемками вы еще отправили заниматься танцами.

- Это была одна из обязательных вещей, потому что каждый танец у нас со своей историей, своим взглядом, фантазией, определенным характером. И если Лена до этого танцевала и заняла первое место в «Танцах со звездами», то у меня никогда не было практики в постановке танцев. Я сначала немного боялся того, как все будет происходить, но потом понял, что у нас работает постановщик танцев Саша Могилев, и сосредоточился на совместной с ним работе. Я давал ТЗ, рассказывал, какой танец, какое у него настроение, что нам нужно получить от него драматургически, и Саша очень внимательно слушал меня. Да, были сложности, потому что ставить танец в танцевальном зале – это одно, а снимать его на определенном объекте – совсем другое. Поэтому мы наперед старались выбирать объекты, снимать на видео траекторию движения, как у нас будет двигаться камера. Потом Саша в зале делал сцену этого танца примерно, как это будет на улице, и затем мы уже встречались непосредственно на площадке, где были доработки. В том числе нужно было отзеркалить некоторые движения – и тут уже было непонятно Лене, потому что мышечная память подсказывает, что здесь нужно крутиться налево, а нам для того, чтобы это правильно снять, нужно было, чтобы она крутилась направо. Но Лена со всем справилась, и у нас в сериале происходят

даже танцевальные диалоги. Мой любимый танец – в шестой серии. Мы сняли его практически однокадрово, и это был как раз тот случай, когда тщательная подготовительная работа дала отличный результат.

- Это оказалось самым сложным на проекте?

- На самом деле самым сложным было то, что у нас было большое количество ночных смен, и это порой выбивало творческую группу из колеи. Зато мы видели большое количество рассветов. И это прекрасное ощущение, когда ты все отснял и ранним утром без пробок едешь домой, довольный проделанной работой.

- Считаете ли вы себя сейчас востребованным режиссером?

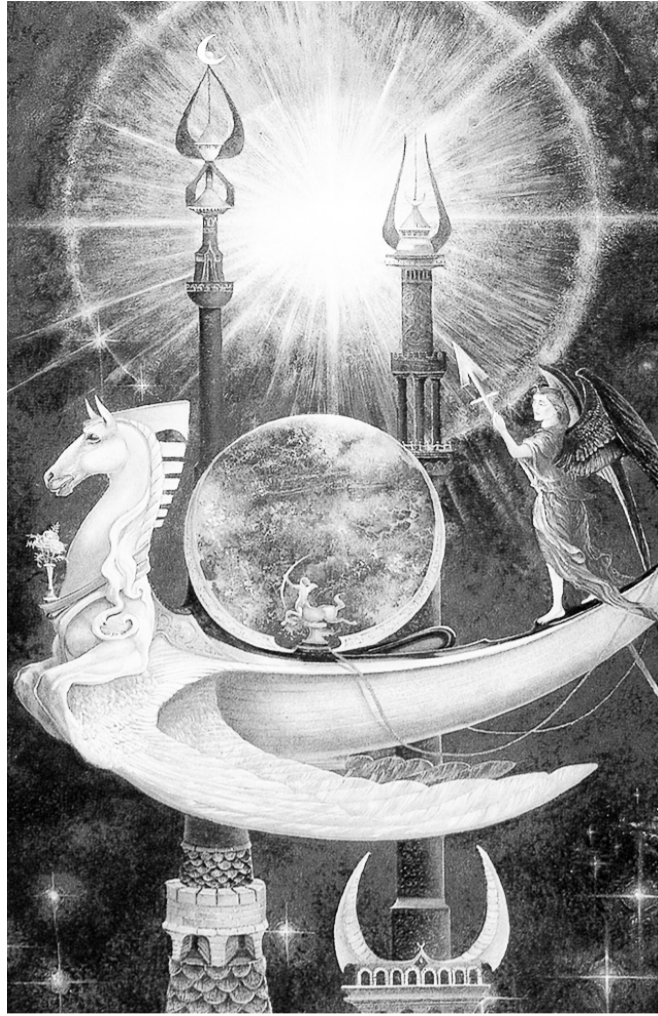
- Все в сравнении. Есть режиссеры, которые закончили снимать проект и потом сразу идут снимать другой. Есть режиссеры, которые снимают не каждый год проекты. В данный момент у меня выходит новый сериал, и это прекрасно, а что будет дальше – посмотрим. У меня есть предложения и главное – есть что читать.

- Стриминги в плане материала помогли режиссерам или теперь просто стало больше одинаковых сериалов?

- В платформенных историях, мне кажется, есть чуть больше возможностей экспериментировать, рассказывать сцену так, как хочет режиссер, оператор-постановщик. Мы захотели снять динамичную сцену с большим количеством деталей, договорились, со всеми обсудили, в вызывной лист заложили, что мы снимаем много кадров и так и делаем. Захотели мы снять какую-то замороченную сцену, пусть даже короткую, но атмосферную, также все подготовили и сняли. В этом проекте очень многое было придумано мной, оператор-постановщик Федор Стручев все мои идеи доработал, и мы их реализовали на площадке. Это просто счастье, когда ты представил сцену, а потом видишь, что она и впрямь получилась именно такой. Производство кино – это же совмещение большого количества техники, а это уже физика, и порой, когда ты представляешь сцену, то о физике не думаешь. Но в этом проекте я горжусь тем, что есть сцены, которые в этом смысле получились идеально. Например, в первой серии героиня Лены собирается на свидание, она в черном сексуальном платье рассуждает, как нужно себя вести на первом свидании, и камера грациозно облетает вокруг героини. А следующая сцена – уже монтажная, – где героиня Лены немного подзажалась и изменила свой взгляд на то, в чем идти и как общаться с мужчиной на первом свидании.

- Чего, на ваш взгляд, не хватает сейчас российскому кино?

- Наше кино развивается, начинает приносить деньги продюсерам, пользуется популярностью у зрителей. Так что нам нужно не останавливаться, а развиваться и идти дальше. Для меня в российском кино, наверное, не всегда хватает подготовительного периода, когда ты обсуждаешь, придумываешь, выбираешь, чтобы выйти на съемочную площадку подготовленным на все 100%. Всегда есть что-то, что не успели найти, доработать, выбрать, и это большой минус. Во время подготовки к «Ева, рожай!» у нас с Федором Стручевым была очень плотная папочка раскадровок. И утром мы встречались на площадке, я доставал наши раскадровки, мы их смотрели и расходились каждый в свой цех делать свою работу. Что-то, может, и видоизменялось на площадке, но у нас был фундамент, мы знали, от чего будем отталкиваться или от чего отказываться. И всегда на этой основе можно было придумать запасной вариант. И это самое важное в работе. Надеясь, это оценят и зрители.



Гороскоп на неделю

с 3 по 9 октября



Овен. Неделя может оказаться весьма напряженной, но зато и многообещающей. Проявите активность, если хотите выйти на новый уровень. Есть опасность, что старые стереотипы помешают реализации грандиозных планов.



Весы. Удачная неделя для новых знакомств. Вас ждет много романтики. Желательно избегать ненужных деловых встреч и разговоров. Неплохо проверить партнера на надежность, чтобы не чувствовать ревности.



Телец. Для творчества вам нужна фантазия и отсутствие ограничений. Но если вы будете слишком бескомпромиссны, то вероятны конфликты на работе и в семье. Защищайте и отстаивайте свои интересы.



Скорпион. Неделя в целом располагает к размеренному ведению дел, движению вперед в профессиональной сфере, укреплению своих позиций. Личная жизнь тоже важна. Будьте скромнее в притязаниях.



Близнецы. Вы можете с головой погрузиться в осуществление самой важной для вас мечты. Именно сейчас для вас откроются ранее казавшиеся невозможными пути к успеху. Постарайтесь контролировать эмоции.



Стрелец. Во вторник будьте осторожны, общаясь с посторонними, в этот день желательно контролировать не только действия и слова, но и мысли. Не стоит поддаваться унынию и негативу.



Рак. Грозят усложниться отношения на работе. Возможно, вам придется искать компромисс между семейными и профессиональными обязанностями. В середине недели обстановка на работе станет более конструктивной.



Козерог. Осторожность и мудрость очень пригодятся вам в понедельник, когда придется разгладить некий конфликт. В деловых отношениях следует избегать непродуманных действий.



Лев. Поменьше суеты и стресса. Вам важно почувствовать, что события развиваются в нужном направлении. Жизнь преподнесет на этой неделе массу подарков в виде приятных контактов.



Водолей. Не исключены перегрузки на работе. На этой неделе лучше не предпринимать рискованных действий. Ближе к выходным вам доставит искреннюю радость встреча со старыми друзьями.



Дева. Умерьте ваш бойцовский пыл и внимательнее относитесь к деловым проектам. Каких-либо непредвиденных проблем неделя не сулит. Реализация намеченных планов должна пройти на хорошем уровне.



Рыбы. На этой неделе вы рискуете потерять нечто важное. Не исключен разрыв и развод. Во вторник вы сможете проявить себя во многих областях. В среду же лучше сосредоточиться на чем-то одном.

понедельник, 3 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.00 «Доброе утро» 09.00, 12.00, 15.00, 17.00, 20.00 Новости 09.10 «АнтиФейк» (16+) 09.50 «Жить здорово!» (16+) 10.40 «Великие династии. Долгоруковы» (12+) 11.30 «Великие династии. Шереметевы» (12+) 12.10 «Великие династии. Шереметевы» (12+) 12.35 «Левчик и Вовчик. Полвека дружбы» (16+) 14.15 «ArtMasters» (12+) 15.10 «ArtMasters» (12+) 16.10 Т/с «Убойная сила» (16+) 17.30 Т/с «Убойная сила» (16+) 18.45 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 В честь 350-летия Петра Великого. Большое кино: «Собор» (16+) 22.45 «Голос 60+» 00.55 «Большая игра» (16+) 01.55 Информационный канал (16+)</p>	<p>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 «Чайки» (12+) 22.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.20 Т/с «Морозова» (16+) 03.15 Т/с «Срочно в номер!-2» (16+)</p>	<p>05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Лесник» (16+) 11.35 Т/с «Лесник» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 23.00 Т/с «Балабол» (16+) 01.00 Т/с «Балабол» (16+) 01.20 Т/с «Мёртв на 99%» (16+) 04.35 Т/с «Мент в законе» (16+)</p> <p>УСЛУГИ Ремонт стиральных и посудомоечных машин, духовых шкафов, варочных панелей и водонагревателей. Т. 8-984-136-84-89.</p>	<p>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 Фэн-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+) 05.53, 06.53 Зарядка АСТВ (12+)</p>	<p>06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 07.00 Мультфильмы (0+) 08.15 Т/с «Гардемарины, вперед!» (12+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.45 Новости 11.10 «Белорусский стандарт» (12+) 11.20 Т/с «Гардемарины, вперед!» (12+) 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+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.05 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.40 «Назад в будущее» (16+) 23.35 «Осторожно, вирус!» (12+) 00.25 Т/с «Гаишники» (16+) 03.10 «Наше кино. История большой любви» (12+) 04.05 «Культличности» (12+) 04.20 Т/с «Развод» (16+)</p>	<p>05.25 Х/ф «Взрыв на рассвете» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Т/с «Государственная граница» (12+) 10.55 Д/с «Москва фронту» (16+) 11.20 Д/с «Оружие победы» (12+) 11.35 Д/с «Зафронтовые разведчики» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Т/с «Русские амазонки» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 Д/с «На грани возможного. История НПП «Звезда» имени академика Г.И. Северина» (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 «Государственная граница» (12+) 00.50 Х/ф «Инспектор уголовного розыска» (12+) 02.20 Х/ф «Беспокойное хозяйство» (12+) 03.45 Д/с «Оружие победы» (12+) 03.55 Т/с «Русские амазонки» (16+)</p>	<p>07.30 «6 кадров» (16+) 07.45 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.15 «Давай разведемся!» (16+) 11.10 «Тест на отцовство» (16+) 13.15 «Понять. Простить» (16+) 14.15 «Порча» (16+) 14.45 «Знахарка» (16+) 15.15 «Верну любимого» (16+) 15.50 Т/с «Старушки в бегах-2» (16+) 20.00 Т/с «С кем поведёшься...» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.50 «Знахарка» (16+) 01.25 «Верну любимого» (16+) 01.55 «Понять. Простить» (16+) 02.50 «Тест на отцовство» (16+) 04.30 «Давай разведемся!» (16+) 05.20 «Женская консультация» (16+) 06.10 «6 кадров» (16+) 06.20 «По делам несовершеннолетних» (16+)</p>	<p>06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.40, 07.30, 08.15, 09.10 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+) 10.30 Т/с «Крепкие орешки-2. Эта замечательная жизнь» (16+) 11.20 Т/с «Крепкие орешки-2. Паранормальное явление» (16+) 12.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Шпионские игры» (16+) 13.05 Т/с «Крепкие орешки-2. Апокалипсис сегодня» (16+) 13.55, 14.30 Т/с «Крепкие орешки-2. Лжец, лжец» (16+) 15.15 Т/с «Крепкие орешки-2. Рыбка по имени Ванда» (16+) 16.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Бойцовский клуб» (16+) 16.55 Т/с «Крепкие орешки-2. Пьяный мастер» (16+) 17.45, 19.00 Т/с «Крепкие орешки-2. Сладкая жизнь» (16+) 19.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Мстители» (16+) 20.05 Т/с «Крепкие орешки-2. Старикам тут не место» (16+) 20.50 Т/с «След. Пугало» (16+) 21.40 Т/с «След. На побывку едет пожилой маньяк» (16+) 22.25 Т/с «След. Лишняя рюмка» (16+) 23.20 Т/с «След. Красавцы и чудовище» (16+) 00.10 Т/с «Свои-5. Давние счёты» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Домой!» (16+) 02.20 Т/с «След. Первобытный человек» (16+) 03.05 Т/с «След. Смерть на карантине» (16+) 03.40 Т/с «След. Тайное общество редких растений» (16+) 04.20 Т/с «Детективы. А что было вчера» (16+) 04.50 Т/с «Детективы. Потеряшка» (16+) 05.20 Т/с «Детективы. Инкунабула» (16+)</p>

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

Солнце ТВ
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»

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31



вторник, 4 октября

Table of TV programs for Tuesday, October 4th, featuring channels 1, Россия 1, ТВ, АСТВ, МИР, Звезда, D, and Пятый Канал with their respective schedules.

Advertisement for the advertising department of TeleMir, including a phone number 49-16-31 and an image of a laptop and coffee.

среда, 5 октября

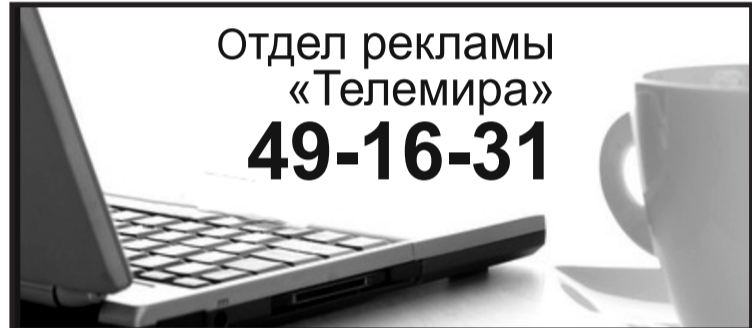
Table of TV programs for Wednesday, October 5th, featuring channels 1, Россия 1, ТВ, АСТВ, МИР, Звезда, D, and Пятый Канал with their respective schedules.

Advertisement for a dating service: 'Женщина 40 лет познакомится с мужчиной старше 40 лет. Для встреч. 600-969'.

Advertisement for a bakery: 'В кулинарный цех требуются пекари повары. 62-05-22, 62-05-35'.

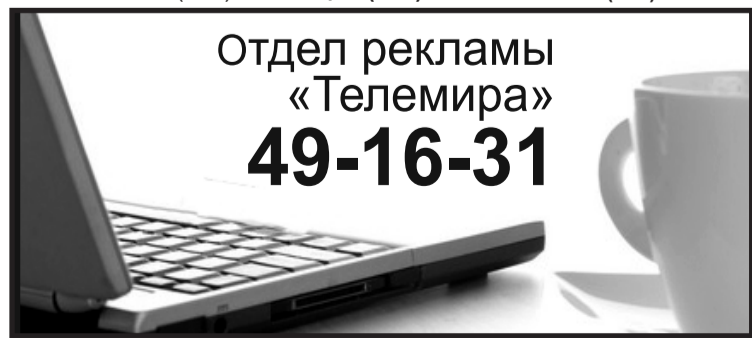
четверг, 6 октября

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
05.00 «Доброе утро» 09.00, 17.00, 20.00 Новости 09.05 «АнтиФейк» (16+) 09.40 «Жить здорово!» (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.20 Информационный канал (16+) 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 «Время» 21.45 Большое кино: «Собор» (16+) 22.55 «Большая игра» (16+) 23.55 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 «Чайки» (12+) 22.20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+) 01.00 Т/с «Морозова» (16+) 02.55 Т/с «Срочно в номер! На службе закона»	05.55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.30 «Утро. Самое лучшее» (16+) 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.35 «Сегодня» 09.25 Т/с «Лесник» (16+) 11.35 Т/с «Лесник» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «За гранью» (16+) 18.50 «ДНК» (16+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 23.00 Т/с «Балабол» (16+) 01.00 Т/с «Балабол» (16+) 01.20 «Поздняков» (16+) 01.35 «Мы и наука. Наука и мы» (12+) 02.30 X/ф «Всем всего хорошего» (16+) 04.20 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Наши в Ютуб (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55 Зарядка АСТВ (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+) 08.00 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 08.50 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 09.40 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.35 Новости 11.10 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 12.00 «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+) 16.10 «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+) 20.30 «Игра в кино» (12+) 21.05 «Игра в кино» (12+) 21.50 «Слабое звено» (12+) 22.40 «Назад в будущее» (16+) 23.35 «Осторожно, вирус!» (12+) 00.25 Т/с «Гаишники» (16+) 03.10 «Наше кино. История большой любви» (12+) 03.55 «Специальный репортаж» (12+) 04.10 Т/с «Развод» (16+)	05.20 Т/с «Русские амазонки» (16+) 07.00 «Сегодня утром» (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Т/с «Государственная граница» (12+) 10.55 Д/с «Москва фронту» (16+) 11.20 «Открытый эфир» (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Т/с «Русские амазонки-2» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 «Специальный репортаж» (16+) 18.50 Д/с «На грани возможного. История НПП «Звезда» имени академика Г.И. Северина» (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 «Государственная граница» (12+) 00.50 X/ф «Белорусский вокзал» (12+) 02.25 Т/с «Тормозной путь» (16+) 05.30 Д/ф «Победоносцы» (16+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.15 «Давай разведёмся!» (16+) 11.10 «Тест на отцовство» (16+) 13.15 «Понять. Простить» (16+) 14.15 «Порча» (16+) 14.45 «Знахарка» (16+) 15.15 «Верну любимого» (16+) 15.50 Т/с «Сколькое живёт любовь» (16+) 19.45 «Спасите мою кухню» (16+) 20.00 Т/с «С кем поведёшься...» (16+) 23.45 «Порча» (16+) 00.50 «Знахарка» (16+) 01.25 «Верну любимого» (16+) 01.55 «Понять. Простить» (16+) 02.50 «Тест на отцовство» (16+) 04.30 «Давай разведёмся!» (16+) 05.20 «Женская консультация» (16+) 06.10 «6 кадров» (16+) 06.55 «По делам несовершеннолетних» (16+)	ПЯТНИЦА! 06.00 «Пятница News» (16+) 06.30 «Кондитер-5» (16+) 07.40 «Кондитер-5» (16+) 09.00 Т/с «Комиссар Рекс» (16+) 10.00 Т/с «Комиссар Рекс» (16+) 12.10 «Четыре свадьбы» (16+) 13.10 «Любовь на выживание» (16+) 15.10 «Четыре свадьбы» (16+) 16.50 «Четыре свадьбы» (16+) 18.20 «Четыре свадьбы-4» (16+) 20.00 «Новые Пацанки» (16+) 23.00 «Оторвы» (16+) 00.10 «Детектор» (16+) 01.20 X/ф «Охотники за разумом» (16+) 03.00 «Пятница News» (16+) 03.20 «Кондитер-4» (16+) 04.30 «Пятница News» (16+) 05.00 «Черный список-2» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25, 07.10, 08.00, 08.55, 10.30, 10.55, 11.55, 12.55 Т/с «Герты майора Соколова» (16+) 09.35 «День ангела» (0+) 14.30 Т/с «Крепкие орешки-2. Переговорщик» (16+) 15.20 Т/с «Крепкие орешки-2. Город грехов» (16+) 16.15 Т/с «Крепкие орешки-2. Приговор» (16+) 17.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Бросок кобры» (16+) 17.55, 19.00 Т/с «Крепкие орешки-2. Отпетые мошенники» (16+) 19.15 Т/с «Крепкие орешки-2. Красотка» (16+) 20.10 Т/с «Крепкие орешки-2. Славные парни» (16+) 21.00 Т/с «След. Женщина с огоньком» (16+) 21.45 Т/с «След. Расплата за смайлик» (16+) 22.35 Т/с «След. Незнание - Сила» (16+) 23.20 Т/с «След. Надежное плечо» (16+) 00.10 Т/с «Свои-5. Последняя слеза графини» (16+) 01.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+) 01.30 Т/с «След. Стимулянт» (16+) 02.15 Т/с «След. Мимикрия с отягчающими» (16+) 03.00 Т/с «След. Повелитель мук» (16+) 03.40 Т/с «След. Предел возможностей» (16+) 04.15 Т/с «Детективы. Удар в голову» (16+) 04.50 Т/с «Детективы. Черный пистолет» (16+) 05.20 Т/с «Детективы. Потеряшка» (16+)



пятница, 7 октября

7	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 Информационный канал (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 «Человек и закон» (16+) 19.45 «Поле чудес» 21.00 «Время» 21.45 Фантастика (12+) 00.05 К годовщине полета первого киноэкипажа (12+) 01.30 Т/с «Судьба на выбор» (16+) 02.30 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 «Ну-ка, все вместе!» (12+) 23.45 «Улыбка на ночь» (16+) 00.50 X/ф «Ветер в лицо» (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» 10.25 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 11.35 Т/с «Морские дьяволы» (16+) 12.05 Т/с «Морские дьяволы. Северные рубежи» (16+) 14.25 «Чрезвычайное происшествие» 15.00 «Место встречи» (16+) 17.45 «ДНК» (16+) 18.55 «Жди меня» (12+) 21.00 Т/с «Лихач» (16+) 23.00 Т/с «Балабол» (16+) 00.55 «Своя правда» 02.40 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+) 03.05 «Квартирный вопрос» (0+) 04.00 «Таинственная Россия» (16+) 04.40 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день (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, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.50, 06.50 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 Новостята (12+) 01.20, 03.20, 05.20 Наши в Ютуб (12+) 01.25, 03.25, 05.25 Сахалин в цифрах (12+) 05.53, 06.53 Зарядка АСТВ (12+)	06.00 Т/с «Развод» (16+) 08.00 «Дела судебные. Деньги верните!» (16+) 08.50 «Дела судебные. Битва за будущее» (16+) 09.40 «Дела судебные. Новые истории» (16+) 11.00, 14.00, 17.00, 19.30, 03.35 Новости 11.10 «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+) 16.10 «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 X/ф «Человек с бульвара Капуцинов» (16+) 22.40 X/ф «Зита и Гита» (16+) 01.20 X/ф «Алые паруса» (12+) 02.40 X/ф «Подкидыш» (12+) 03.50 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	05.50 Т/с «Русские амазонки-2» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.30 X/ф «В небе «ночные ведьмы» (12+) 11.30 X/ф «Большая семья» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 X/ф «Большая семья» (12+) 14.00 Т/с «Русские амазонки-2» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.40 «Время героев» (16+) 19.00 Д/ф «Легенды госбезопасности. Павел Судоплатов. Начало» (16+) 19.55 X/ф «Без права на ошибку» (16+) 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+) 23.00 «Музыка+» (12+) 23.55 X/ф «Змеелов» (16+) 01.35 X/ф «Суровые километры» (12+) 03.10 X/ф «Белорусский вокзал» (12+)	07.30 «По делам несовершеннолетних» (16+) 10.40 «Давай разведёмся!» (16+) 11.40 «Тест на отцовство» (16+) 13.45 «Понять. Простить» (16+) 14.45 «Порча» (16+) 15.15 «Знахарка» (16+) 15.50 «Верну любимого» (16+) 16.25 Т/с «Горная болезнь» (16+) 20.00 Т/с «Моя сестра лучше» (16+) 00.00 «Порча» (16+) 01.05 «Знахарка» (16+) 01.40 «Верну любимого» (16+) 02.10 «Понять. Простить» (16+) 03.05 «Тест на отцовство» (16+) 04.45 «Давай разведёмся!» (16+) 05.35 «Женская консультация» (16+) 06.25 «6 кадров» (16+) 06.40 «По делам несовершеннолетних» (16+)	ПЯТНИЦА! 06.00 «Пятница News» (16+) 06.30 «Кондитер-5» (16+) 07.40 «Кондитер-5» (16+) 09.10 «Кондитер-5» (16+) 10.30 «Новые Пацанки» (16+) 14.10 «Новые Пацанки» (16+) 17.10 «Новые Пацанки» (16+) 20.30 X/ф «Эйс Вентура: розыск домашних животных» (16+) 22.10 X/ф «Эйс Вентура-2: когда зовет природа» (16+) 00.00 X/ф «Десять ярдов» (16+) 01.50 X/ф «Прочь» (16+) 03.30 «Пятница News» (16+) 03.50 X/ф «Мистер Черч» (16+) 05.30 «Пятница News» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30 «Известия» (16+) 06.25 X/ф «Командир счастливой «Щуки» (12+) 08.05, 08.55, 09.55, 10.30, 11.20, 12.15, 13.15, 14.30, 14.40, 15.35, 16.35, 17.30 Т/с «Три капитана» (16+) 19.00 Т/с «След. Красавцы и чудовище» (16+) 19.45 Т/с «След. Агата» (16+) 20.40 Т/с «След. Все решает фортуна» (16+) 21.30 Т/с «След. Самый умный» (16+) 22.20 Т/с «След. Ангелы и демоны» (16+) 23.15 Т/с «След. Ребенок розмаринова» (16+) 00.10 «Светская хроника» (16+) 01.10 «Они потрясли мир. Адриано Челентано. Угрошение строптивого» (12+) 01.55 Т/с «Свои-5. Давние счёты» (16+) 02.40 Т/с «Свои-5. Подарок судьбы» (16+) 03.25 Т/с «Свои-5. Нить ариадны» (16+) 04.00 Т/с «Свои-5. Последняя слеза графини» (16+) 04.40 Т/с «Свои-2. Лифт в преисподнюю» (16+) 05.15 Т/с «Свои-2. Рок-клубная прогулка» (16+) 05.50 Т/с «Филин» (16+)



суббота, 8 октября

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 «Видели видео?» (0+) 14.45 «Космическая Одиссея. Портал в будущее» (0+) 15.50 Т/с «А у нас во дворе...» (12+) 18.00 Вечерние новости 18.20 «Сегодня вечером» (16+) 21.00 «Время» 21.35 «Клуб веселых и находчивых» (16+) 23.40 «Мой друг Жванецкий» (12+) 00.40 «Марина Цветаева. Предсказание» (16+) 01.45 «Камера. Мотор. Страна» (16+) 03.05 «Россия от края до края» (12+)	05.00 «Утро России. Суббота» 08.00 «Вести.Сахалин-Курилы» 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 «По секрету всему свету» 09.00 «Формула еды» (12+) 09.25 «Пятеро на одного» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00, 20.00 Вести 12.00 «Доктор Мясников» (12+) 13.05 Т/с «Сердце матери» (16+) 18.00 «Привет, Андрей!» (12+) 21.00 Х/ф «Доченьки» (12+) 00.45 Х/ф «Мне с вами по пути» (12+) 03.55 Х/ф «Нинкина любовь» (12+)	06.10 «Спето в СССР» (12+) 06.55 Т/с «Инспектор Купер» (16+) 08.30 «Смолт» (0+) 09.00, 11.00, 17.00 «Сегодня» 09.20 «Поедем, поедим!» (0+) 10.20 «Едим дома» (0+) 11.20 «Главная дорога» (16+) 12.00 «Живая еда» (12+) 13.00 «Квартирный вопрос» (0+) 14.00 «Секрет на миллион» (16+) 16.00 «Своя игра» (0+) 17.20 «ЧП. Расследование» (16+) 18.00 «Следствие вели...» (16+) 20.00 «Центральное телевидение» 21.10 Оригинальное музыкальное «Шоу Аватар» (12+) 23.50 «Ты не поверишь!» (16+) 00.50 «Международная пилорама» (16+) 01.30 «Квартирник НТВ у Маргулиса» (16+) 02.50 «Дачный ответ» (0+) 03.45 «Таинственная Россия» (16+) 04.40 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. 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, 07.25, 09.27, 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, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.50, 06.50 Опрос дня (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 05.53, 06.53 Зарядка АСТВ (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+) 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 Новости (12+) 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+) 07.00 «Всё, как у людей» (16+) 07.15 Мультфильмы (0+) 08.10 Х/ф «Неисправимый лгун» (16+) 09.40 «Исторический детектив с Николаем Валуевым» (12+) 10.10 «Слабое звено» (12+) 11.10 Х/ф «Двенадцать стульев» (12+) 14.10 Х/ф «Мама-детектив» (12+) 17.00, 19.30 Новости 17.15 Х/ф «Мама-детектив» (12+) 19.45 Х/ф «Мама-детектив» (12+) 02.50 Х/ф «Сердца четырех» (12+) 04.25 «Наше кино. История большой любви» (12+) 04.50 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	04.50 Т/с «Русские амазонки-2» (16+) 07.10 Х/ф «Ссора в Лукашах» (12+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 Х/ф «Ссора в Лукашах» (12+) 09.20 «Легенды телевидения» (12+) 10.05 «Главный день» (16+) 10.55 «Война миров» (16+) 11.40 «Не факт!» (12+) 12.10 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 «Легенды музыки» (12+) 13.45 «Морской бой» (16+) 14.45 Т/с «Разведчики» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 Т/с «Разведчики» (16+) 21.00 «Легендарные матчи» (12+) 00.00 Х/ф «Мерседес уходит от погони» (12+) 01.20 Х/ф «Ссора в Лукашах» (12+) 02.50 Д/с «Хроника победы» (16+) 03.20 Х/ф «Суровые километры» (12+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.50 Т/с «Сваты» (16+) 08.50 Т/с «Как известить любовницу за 7 дней» (16+) 12.30 Т/с «Пленница» (16+) 20.00 Т/с «Ветреный» (16+) 23.30 Т/с «Сколько живет любовь» (16+) 03.10 Т/с «Психология любви» (16+) 06.20 «Женская консультация» (16+) 07.10 «6 кадров» (16+)	06.00, 06.30, 07.05, 07.45, 08.25, 09.15 Т/с «Филин» (16+) 10.00 «Светская хроника» (16+) 11.10 «Они потрясли мир. Прохор Шаляпин. В поисках идеальной женщины» (16+) 11.55 Х/ф «Медвежья хватка. 1 серия» (16+) 12.55 Х/ф «Медвежья хватка. 2 серия» (16+) 13.55 Х/ф «Медвежья хватка. 3 серия» (16+) 14.45 Х/ф «Медвежья хватка. 4 серия» (16+) 15.45, 16.45, 17.40, 18.40 Т/с «Беги!» (16+) 19.40 Т/с «След. Бывший» (16+) 20.30 Т/с «След. Очень дикая расправа» (16+) 21.35 Т/с «След. Чужая жизнь» (16+) 22.25 Т/с «След. Холм мертвецов» (16+) 23.20 Т/с «След. Мгла» (16+) 00.10 Т/с «След. Трасса» (16+) 01.00 «Известия. Главное» (16+) 01.55 Т/с «Прокурорская проверка. Мир не без добрых людей» (16+) 03.00 Т/с «Прокурорская проверка. Курочка Ряба» (16+) 03.55 Т/с «Прокурорская проверка. Щелочные металлы» (16+) 04.50 Т/с «Прокурорская проверка. Кровавое ЖХХ» (16+)

воскресенье, 9 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.05 Х/ф «Егерь» (12+) 06.00, 10.00, 12.00 Новости 06.10 Х/ф «Егерь» (12+) 07.00 «Играй, гармонь любимая!» (12+) 07.40 «Часовой» (12+) 08.15 «Здоровье» (16+) 09.20 «Мечталлион» (12+) 09.40 «Непутевые заметки» (12+) 10.10 «Жизнь других» (12+) 11.05 «Повара на колесах» (12+) 12.15 «Видели видео?» (0+) 14.45 Т/с «Убойная сила» (16+) 16.45 «Романовы» (12+) 18.50 «Поем на кухне всей страной» (12+) 21.00 «Время» 22.35 Что? Где? Когда? 23.45 «Романовы» (12+) 00.45 «И примкнувший к ним Шепилов» (16+) 03.25 «Россия от края до края» (12+)	05.35 Х/ф «Кузнец моего счастья» (12+) 07.15 «Устами младенца» 08.00 Местное время. Воскресенье. «Вести. События недели» 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 09.25 «Утренняя почта с Николаем Басковым» 10.10 «Сто к одному» 11.00, 17.00 Вести 12.00 «Большие перемены» 13.05 Т/с «Сердце матери» (16+) 18.00 «Песни от всей души» (12+) 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым» (12+) 01.30 Х/ф «Миллионер» (16+) 03.15 Х/ф «Кузнец моего счастья» (12+)	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 «НашПотребНадзор» (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 «Ты супер!» 00.00 «Звезды сошлись» (16+) 01.30 «Основано на реальных событиях» (16+) 04.20 Т/с «Мент в законе» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день. Итоги (16+) 07.20, 09.20, 11.20, 13.20, 15.20, 17.20, 19.20, 21.20, 23.20 Наши в Ютуб (12+) 07.25, 09.25, 11.25, 13.25, 15.25, 17.25, 19.25, 21.25, 23.25 Сахалин в цифрах (12+) 07.28, 08.27, 09.28, 10.27, 11.28, 12.27, 13.28, 14.27, 15.28, 16.27, 17.28, 18.27, 19.28, 20.27, 21.28, 22.27, 23.28, 00.27, 01.28, 02.27, 03.28, 04.27, 05.28, 06.27 Фэн-шуй прогноз (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53, 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 Опрос дня (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53 Зарядка АСТВ (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+) 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Новости (12+) 00.00 Наш день (16+) 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Чернобелый Сахалин (12+) 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день. (16+) 00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 ДВ-блиц (12+)	06.00 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+) 06.05 Мультфильмы (0+) 08.10 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов» (16+) 10.00 «Рожденные в СССР» (12+) 10.30 «ФанендаЛайф» (16+) 11.00, 17.00 Новости 11.15 Х/ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен» (12+) 12.40 Х/ф «Старик Хоттабыч» (6+) 14.10 Х/ф «Покровские ворота» (16+) 17.15 Х/ф «Двенадцать стульев» (12+) 19.30 «Вместе» 20.30 Х/ф «Двенадцать стульев» (12+) 20.45 Х/ф «Зита и Гита» (16+) 23.35 Х/ф «Неисправимый лгун» (16+) 01.00 Итоговая «Вместе» 02.00 Х/ф «Я шагаю по Москве» (12+) 03.15 Мультфильмы (0+) 03.40 Х/ф «Близнецы» (16+) 05.05 Т/с «Школа выживания от одинокой женщины с тремя детьми в условиях кризиса» (16+)	04.50 Т/с «Русские амазонки-2» (16+) 07.10 Х/ф «Без права на ошибку» (16+) 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+) 12.20 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+) 13.05 «Специальный репортаж» (16+) 13.45 Д/с «Освобождение» (16+) 14.15 Т/с «На рубеже. Ответный удар» (16+) 18.00 Главное с Ольгой Беловой (16+) 19.45 Д/с «Легенды советского сыска» (16+) 23.00 «Фетисов» (12+) 23.45 Х/ф «Здесь твой фронт» (16+) 01.10 Х/ф «Правда лейтенанта Климова» (12+) 02.40 Х/ф «Мерседес уходит от погони» (12+) 03.55 Д/ф «Легендарные самолеты. И-16. Участник семи войн» (16+)	07.30 «6 кадров» (16+) 07.50 Т/с «Сваты» (16+) 08.50 Т/с «Горная болезнь» (16+) 12.10 Т/с «Моя сестра лучше» (16+) 16.05 «Пять ужинов» (16+) 16.20 Т/с «Ветреный» (16+) 23.20 Т/с «Как известить любовницу за 7 дней» (16+) 03.00 «Девичник» (16+) 06.05 «Женская консультация» (16+) 06.55 «6 кадров» (16+)	06.00 Х/ф «Медвежья хватка. 1 серия» (16+) 06.45 Х/ф «Медвежья хватка. 2 серия» (16+) 07.30 Х/ф «Медвежья хватка. 3 серия» (16+) 08.10 Х/ф «Медвежья хватка. 4 серия» (16+) 09.05, 10.00, 10.55, 11.50 Т/с «Взрыв из прошлого» (16+) 12.45, 13.45, 14.45, 15.50 Т/с «Батальон» (16+) 16.55 Т/с «След. Разновидности любви» (16+) 17.45 Т/с «След. Волшебный мир моделей» (16+) 18.35 Т/с «След. Очень дикая расправа» (16+) 19.40 Т/с «След. Худшая версия» (16+) 20.30 Т/с «След. Отравляющее существо» (16+) 21.25 Т/с «След. Зов онги» (16+) 22.05 Т/с «След. Гейша онлайн» (16+) 23.00 Т/с «След. Аватар» (16+) 23.50 Т/с «След. Стая товарищей» (16+) 00.45 Т/с «След. На посылку едет пожилой маньяк» (16+) 01.30 Т/с «След. Детолобы» (16+) 02.15 Т/с «След. Пугало» (16+) 03.05, 03.50, 04.35, 05.20 Т/с «Охотники за головами» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31

Отдел рекламы «Телемира»

49-16-31

Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». ТВ-программа содержит признаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей.

0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей.

Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».

Священная трава базилик

Обширные полезные свойства базилика известны давно, в Индии он считается священной травой, почитаемой наравне с лотосом. Современные исследования подтверждают большинство предполагаемых целебных свойств этого растения, а ряд лечебных качеств базилика уже сегодня широко используется в клинической практике.

[EDAPLUS.INFO]

Полезные свойства

Свежий базилик содержит в 100 г:

- калории - 23 ккал;
- белки - 3,15 г;
- жиры - 0,64 г;
- углеводы - 2,65 г;
- вода - 92 г;
- зола - 1,49 г.

Кроме витаминов и микроэлементов, в листьях базилика содержится несколько биологически активных соединений, в том числе эвгенол, урсоловая кислота, β- кариофиллен, линалоол, 1,8-цинеол и др. Эвгенол из них считается основным биологически активным метаболитом, хотя фитохимический состав базилика очень сложен и может варьироваться в зависимости от целого ряда условий. Кроме того, базилик включает и множество других потенциально активных вторичных метаболитов – фенилпропаноиды (метилуленол, розмариновая кислота), монотерпены (озимен), сесквитерпены (гермакрин), – которые могут как сами по себе, так и синергически улучшать терапевтические характеристики базилика.

Лечебные свойства

В системе традиционной медицины Южной Азии базилик применяется не менее трёх тысячелетий. За это время он приобрёл репутацию многофункционального целебного растения, которую в современном мире проверяют и перепроверяют исследователи и практикующие врачи. За последнее десятилетие были подтверждены множественные терапевтические эффекты базилика: адаптогенные, антимикробные, противовоспалительные, кардио- и гепатопротекторные, иммуномодулирующие, метаболические противораковые, антиоксидантные, радиозащитные, антидиабетические, спазмолитические.

Базилик, благодаря уникальной комбинации фармакологических характеристик, способен справляться со стрессом различной природы:

- физическим – снимая напряжение от продолжительных физических нагрузок, воздействия холода и чрезмерного шума;
 - химическим – защищая органы и ткани от промышленных загрязнителей и тяжёлых металлов;
 - метаболическим – нормализуя уровень глюкозы в крови, артериальное давление и уровень липидов;
 - психологическим – положительно влияя на память и когнитивные функции, снимая тревожность, проявляя антидепрессантные свойства.
- Систематическое употребление базилика снижает риск острого нарушения кровообращения в головном мозге и предотвращает его возможные осложнения.
- Трава защищает нейроны от повреждений, предотвращает их гибель, восстанавливая поведенческие и когнитивные функции. Благодаря листьям базилика активизируются познавательные процессы и укрепляется память, улучшается нервно-мышечная координация.

Экстракты базилика препятствуют образованию тромбов, оказывая сосудорасширяющее действие, что можно эффективно использовать в лечении сердечно-сосудистых заболеваний. Также они предупреждают поражение клеток миокарда при инфаркте.

Масло растения проявляет антибактериальную активность в отношении стафилококка, сальмонеллы, кишечной палочки, усиливая действенность антибиотиков. Также базиличное масло способно подавлять активность трихомонад (возбудителей трихомоноза) и лямблий.

В эксперименте «in vitro» (в пробирке) обнаружена антивирусная активность в отношении возбудителя вирусной диареи, а также в отношении ДНК- РНК-вирусов, энтеровируса 71 (EV71)



вируса герпеса (HSV), гепатита В, аденовируса (ADV). Эффективность демонстрируют как очищенные водные и этанольные экстракты базилика, так и выделенные составляющие: апигенин, линалоол и урсоловая кислота.

Благодаря действию жасминовой и арахидоновой кислот, базилик проявляет противовоспалительные свойства. За последние десятилетия хорошо (с учётом сортовых различий) изучена «в пробирке» антиоксидантная активность спиртовых экстрактов растения. Благодаря способности защищать клетки печени от повреждения базилик проявляет себя как гепатопротектор. Эксперименты на животных показывают, что эфирное масло растения останавливает цирроз печени, блокируя влияние гепатотоксинов.

Содержащаяся в базилике бетулиновая кислота проявляет противоопухолевые свойства. Благодаря ей, а также ещё десятку компонентов эфирное масло растения в лабораторных пробирках уничтожает раковые клетки шейки матки, клетки эпителиальной карциномы гортани человека, а водно-спиртовые экстракты растения демонстрируют антимеланомную активность в экспериментах на мышах.

Масло базилика устраняет спазм бронхов и проявляет умеренный седативный эффект, снижая возбудимость кашлевого центра нервной системы. С учётом того, что масло базилика также обладает противовоспалительным, секретолитическим (отхаркивающим), антисептическим действием, демонстрирует антигрибковую и антивирусную активность в отношении аденовирусов, вызывающих острые респираторные заболевания, растительный компонент рассматривается как комплексное и многофункциональное средство в избавлении и от симптомов, и от причин болезней дыхательных путей у детей.

Уже сегодня исследователи рассматривают возможность использовать выраженный антиоксидантный потенциал базилика для создания многоцелевого лекарства от диабета, ожирения и окислительного стресса.

В медицине

Масло базилика входит в состав «Бронхолин-тина» как дополнительный компонент. Основное действие препарата, направленное на расслабление гладкой мускулатуры бронхов, снятие отёка слизистой и угнетение кашлевого центра, обусловлено наличием главных компонентов (глауцина и эфедрина), но и масло базилика действует как усиливающее эффект средство.

Один из ключевых компонентов эфирного

масла базилика – эвгенол – давно и широко применяется в стоматологии. Он входит в состав цинкоксидэвгенольного цемента и в этом качестве используется в изолирующих прокладках, временных пломбах, оттискном материале. Также эвгенол включён в состав ряда обезболивающих и антисептиков.

Поскольку эфирные масла вообще и базилика в частности оказывают активное влияние на деятельность нервно-психической и сердечно-сосудистой систем, их применяют в ароматерапии при лечении детей с вегетативной дисфункцией (в случаях ваготонии). В дифференцированном подборе масла базилик рекомендуется в варианте вегетативной дисфункции, сопровождающейся гипотонией, страхами (тревожностью), трудностями при засыпании и при умственных перегрузках.

В народной медицине

В рецептах народной медицины базилик появился ещё в Древних Индии, Египте и Греции. Не все врачи того времени признавали целебный потенциал базилика – например, древнегреческий фармаколог и военный врач Педаний Diosкорид не видел в нём особой медицинской ценности. Однако, за редким исключением, представители древней медицины активно включали эту траву в различные снадобья. Причём самым эффективным в терапии тогда считался базилик волосистый, хотя в рецептах встречаются и другие виды растения (мелколистый, огородный, волокнистый).

Применяли растение разными способами (питание, ароматерапия, компрессы) и в разных формах (сырая трава, настой, сок, кашлица, смеси, порошок сухих заготовок).

Употребление травы в пищу. При самом распространённом варианте применения базилика он должен был помогать с нарушениями сердечно-сосудистой системы (причиной которых стали слизь и чёрная желчь), а также – с проблемами головы и нервной системы: унимать боль, открывать закупорки мозга и придавать ему силу.

Ароматерапия. Вдыхание запаха травы тоже должно было улучшать работу мозга, избавлять от страхов и неврозов, выводить из состояния опьянения. Таким же способом облегчали состояние больного при насморке.

Компрессы из кашицы. Считалось, что такие компрессы способствуют созреванию опухоли селезёнки, при введении во влагалище – ускоряют месячные, а в сочетании с маковыми семенами – лечат воспаления тестикул.

Сокотерапия. Пили сок базилика (иногда с сахаром) для того, чтобы улучшить работу сердца, снизить избыточное слюноотделение, нормализовать работу лёгких. При наружном применении в виде глазных капель он мог помочь в восстановлении зрения, а при закапывании в нос – в остановке носовых кровотечений и лечении эпилепсии (падучей). При этом надо отметить, что сегодня эпилепсия, как правило, попадает в перечень заболеваний, при которых базилик противопоказан.

Лечение порошком базилика. В смеси с мёдом порошок сухого базилика считался отличным средством для быстрого заживления синяков и кровоподтёков. Иногда в бане в комбинации с хной его прикладывали к голове для снятия болевых ощущений. А смесью растительного порошка с воском и маслом в виде компрессов лечили и боль в половых органах, и заболевания лёгких.

На стыке первого и второго тысячелетий нашей эры знаменитый Авиценна смесью базилика и уксуса спасал от подагры, а компрессом той же смеси устранял местные воспаления после укусов скорпионов. Полтысячелетия спустя прославившийся армянский врач Амирдовлат Амасиаци при дворе турецкого султана использовал семена базилика в лечении зубных болей, язвы кишечника и поносов. Для профилактики зубной боли семена растения нужно было просто жевать несколько раз в год – желательнее в период прохождения Солнцем зодиакального знака Овна. А в качестве скрепляющего и противоязвенного средства лучше подходили жареные семена, запитые водой. При этом злоупотреблять таким средством, по мнению целителя, не следовало, поскольку это приводило к проблемам с памятью у пациента.

Современная народная медицина в некоторой степени сохранила древние традиции применения базилика. Сегодня чаще всего его включают в состав средств для заживления ран (в том числе – кровотокающих дёсен), устранения грибковых поражений, проявлений насморка, а также для лечения органов дыхательных путей (при простуде, бронхите, астме).

В Центральной Азии траву в виде дистиллята применяют при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. В тюркской народной медицине для тех же целей используют листья растения.

У некоторых народов Европы (например, в болгарской целительской практике) соком базилика путём закапывания снимают воспаления наружного и среднего уха. Там же сок растения при ежедневном употреблении (в объёме 2 ст.



л.) считается действенным противозачаточным средством.

В разных частях мира средствами на основе базилика корректируют различные расстройства ЖКТ: поносы, воспаления слизистой кишечника и др. А вяжущие и ветрогонные свойства этого растения востребованы в лечении метеоризма.

Отвары, настои и дистилляты

В домашнем лечении базилик чаще всего используется в различных концентрированных формах.

Настои рекомендуют готовить в термосах со стеклянными колбами. Для более слабого настоя сухую траву – в пропорции 1 ч. л. на 250 мл кипятка – выдерживают в термосе в течение получаса. Для более насыщенного – в течение часа при закладывании 1 ст. ложки сырья. Таким настоем затем полощут горло при ангине (2-3 раза в день), пропитывают марлю для компрессов в случае отита, пьют по четверти стакана 3-4 раза в день при кашле и воспалениях мочевыделительной системы.

Отвар базилика получают из стакана свежих листьев базилика, залитых литром воды. После того, как вода закипит, сырьё выдерживается на медленном огне ещё четверть часа и настаивается в течение 30-60 минут. После остывания и процеживания отвары применяются для протирания инфицированных ран, полоскания ног при повышенной потливости, приёма успокаивающей ванны при стрессах и бессоннице. В случае мочекаменной болезни отвар базилика пьют по полстакана трижды в день.

Базиликоевое масло в домашних условиях готовят путём смешения сока растения и оливкового масла в равных долях с последующим медленным кипячением смеси для выпаривания воды. Такое масло наносят на тело при параличах, вдыхают при мигренях, закапывают в глаза при возникновении гнойных воспалений.

Дистиллят растения известный как «базиличная водка» (в Центральной Азии его называют «Араки райхон») готовится из свежего сока или из густого насыщенного настоя. Сырьё заливают в пароварку и кипятят, а затем, после охлаждения, собирают конденсированные базиличные пары (в Азии для получения дистиллята обычно пользуются мантоварками). Собранную жидкость пьют 2-3 раза в день по 1-2 ч. л. для замедления учащённого сердцебиения, выравнивания ритма и в целом для лечения различных сердечных заболеваний.

В восточной медицине

Ключевым лекарственным растением базилик считается в древней терапевтической системе народов Индии – аюрведе, объединяющей физические и духовные практики сохранения и восстановления здоровья. В рамках этого учения базилик способен значительно увеличивать жизненную энергию человека (Прану) за счёт влияния на три фундаментальных изменяющихся доша (первичных элемента, отвечающих за распределение энергий) – Питту, Капху и Вату. Считается, что:

- базилик позволяет сбалансировать дошу Огня и Воды, но людям этого типа он не рекомендован, поскольку может привести к избытку энергии;

- растение снижает энергию Капхи, удаляя её из дыхательных путей, и тем самым выводит

простуды, астму, кашель;

- употребление базилика избавляет от излишков энергии Ваты органы ЖКТ, улучшает процесс пищеварения и всасывания питательных веществ. При явном дисбалансе Ваты базиликом лечат кандидоз и геморрой. При увеличении этой энергии – рекомендуют применять отвары и порошки для вдыхания. Но повышенная концентрация растительного средства может привести к возбуждению и спровоцировать жажду.

Сложное регулирование баланса энергий со временем привело к созданию развёрнутой терапевтической практики, в которой базилик представлен в качестве многофункционального целебного средства. Сегодня экстрактами листьев растения лечат бронхит, ревматизм, гипертермию, эпилепсию, астму, одышку, икоту, кашель, гематологические заболевания, паразитарные инфекции, невралгии, головные боли, раны, воспаления, заболевания полости рта. Сок листьев закапывают при болях в ушах. Травяной настой используют для лечения желудочных и печёночных расстройств, а корни и стебли – для лечения укусов комаров и змей.

Для похудения

Влияние базилика на здоровье людей с избыточным весом изучалось в различных исследованиях. Недавно появились работы, в которых оценивалась степень воздействия пищевых добавок с базиликом на изменение массы тела.

Например, исследование индийских учёных продемонстрировало положительный эффект базилика на показатели веса и ожирения у 30-ти людей (мужчин и женщин) в возрасте от 17 до 30 лет с индексом массы тела, превышающим 23 кг/м². Учёные постарались максимально исключить сторонние факторы в виде сопутствующих заболеваний, алкоголя, табака, лекарств и т.п. Все участники эксперимента получали добавки с капсулами базилика два раза в день в течение 8 недель.

В ходе эксперимента учёные оценивали множество связанных с ожирением характеристик (от уровня холестерина различной плотности и состояния ферментов печени до показателей инсулина и глюкозы в крови). Но в данном случае принципиально то, что диета с базиликовыми добавками привела к значительному снижению массы тела у участников эксперимента по сравнению с представителями контрольной группы.

В диетическом питании, направленном на снижение веса, базилик популярен как способ уменьшения количества потребляемой соли и как низкокалорийный продукт (всего 20-25 ккал/100 г) в составе салатов. В Азии распространены диеты с включением в рацион семян базилика тайского. Особенность семян базилика в том, что они поглощают жидкость, накапливая её вокруг себя в своеобразной желеобразной капсуле. При попадании в ЖКТ такие семена становятся природным абсорбентом, наполняя желудок, улучшая пищеварение и очищая организм.

Залитые водой семена имеют слабый травянистый привкус и аромат, зато оболочка после набухания выглядит необычно и эстетично. Поэтому нередко, чтобы приготовить вкусные и красивые десерты, к семенам базилика добавляют сок, сахар, фрукты. Однако поскольку такие десерты часто делают слишком сладкими (недиетическими), в программах по снижению веса обычно используют либо залитые нежирным кефиром семена, либо вообще сухие

семена, которые потом заправляют чаем или нежирным молоком.

В косметологии

В древности смешанным с уксусом базиликом смазывали лицо, чтобы эффективнее выводить веснушки и пигментные пятна. Этой же смесью протирали тело, чтобы избавиться от запаха пота.

Сегодня в косметологии чаще используется эфирное масло. Такое масляное средство снимает воспаления, заживляет повреждения, оказывает омолаживающий эффект путём разглаживания мелких морщин. Но, кроме лосьонов и кремов для кожи, масло базилика душистого можно встретить в составе ополаскивателей для волос, поскольку этот растительный ингредиент помогает ускорить их рост и устранить тусклость.

Опасные свойства и противопоказания

В числе главных опасных свойств базилика, как правило, называют его токсичность, обусловленную содержанием в растении солей ртути. Особенно часто в этом обвиняют фиолетовый базилик. Несмотря на распространённость такого утверждения, вопрос о том, есть ли ртуть в базилике, до сих пор вызывает активные споры.

Индийские исследователи в своей работе оценили количество и степень распределения тяжёлых металлов в разных растительных частях трёх видов базилика (сладкого, чёрного и карликового), собранных в Центральной Индии. Для анализа они брали порошковые препараты (после сушки) и лекарственные настои на основе базилика после экстракции. Причём перед изучением все образцы тщательно промывались дистиллированной водой.

Учёные действительно обнаружили, что концентрация ртути (Hg) и свинца (Pb) в листьях некоторых растений превышала допустимый уровень: на 0,05 мг/кг и 1,2 мг/кг соответственно. Причём тяжёлые металлы переходили при экстракции в водные настои базилика. В зависимости от вида растения, показатели концентрации ртути варьировались, однако всегда количество тяжёлых металлов в листьях растения превышало их количество в цветках, стеблях и особенно корнях. То есть корни растения в этом отношении оказались самыми безопасными.

По результатам работы в среднем содержание ртути в цветках базилика разных видов (в мг на 1 кг сухого веса) составило 0,17-0,21 мг, а в листьях – 1,2-2,1 мг. Для свинца эти показатели находились в пределах 5,3-15,3 мг (цветки) и 8-18,5 мг (листья). Но исследователи отметили, что основными источниками поступления тяжёлых металлов следует считать загрязнение ими почвы, грунтовых вод, пыли. А, значит, в экологически чистых условиях риск токсического заражения будет минимален.

Польские учёные, оценивая разные факторы, влияющие на накопление ртути в лекарственных растениях, проанализировали 20 видов различного лекарственного сырья, собранного на севере Польши. Как и индийские исследователи, они обнаружили максимальное содержание ртути в листьях собранных образцов. Но, кроме этого, они отметили ещё ряд факторов, способствующих повышению концентрации ртути:

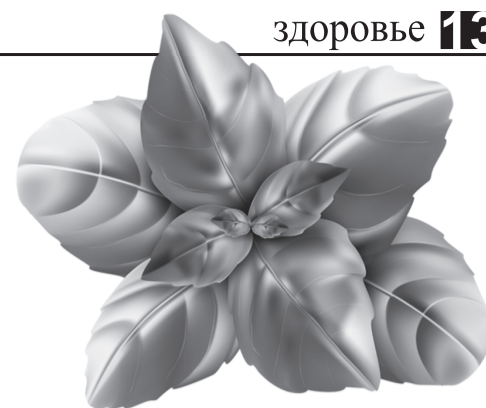
- близость к дороге. Приблизённость к проезжей части существенно увеличивает содержание ртути;

- время сбора. В образцах, собранных весной, ртути меньше, чем в образцах, собранных осенью;

- тип онтогенеза. В однолетних растениях ртути меньше, чем в многолетних. В связи с этим приобретает значение, какой именно вид базилика рассматривается в конкретном случае в качестве сырья, поскольку род Базилик представлен примерно 70 видами однолетних и многолетних трав и кустарников. К слову, самый распространённый у нас базилик обыкновенный – он же душистый, огородный и камфорный – относится к однолетним травам, то есть более безопасен.

Таким образом, степень загрязнённости базилика тяжёлыми металлами – это в большей степени вопрос условий выращивания, экологической обстановки, места и времени сбора сырья.

Широко в интернете распространено и ограничение для беременных на употребление базилика в пищу. Связывают ограничение то с содержанием ртути в составе, то с возможным повышением тонуса матки. При этом не даются



ссылки на какие-либо исследования, демонстрирующие побочные эффекты умеренного употребления базилика в пищу. Поэтому жёсткая запретительная позиция вызывает обоснованную критику.

Тем не менее составляющие базилика в концентрированном лекарственном виде потенциально могут вызвать ряд осложнений в ходе протекания беременности. Так, например, масло базилика (особенно базилика эвгенольного) содержит до 70-80% эвгенола, который может оказывать негативное воздействие на развитие плода. Семена растения (и особенно их отвары и экстракты) могут усилить кровоток и замедлить свёртывание крови, что повышает риски кровотечения уже не только у беременных, а у всех людей с нарушениями свёртываемости крови.

Таким образом, сейчас принято считать безопасным умеренное введение свежих листьев базилика в рацион беременных и кормящих женщин и небезопасным – применение семян растения и их концентрированных форм: настоев, отваров, экстрактов, масел и лекарственных средств.

Из-за способности экстрактов базилика снижать артериальное давление, их не советуют употреблять гипотоникам.

Потенциальная опасность заразиться паразитарными организмами сохраняется при употреблении плохо вымытого базилика. В частности, описаны вспышки циклоспороза, возникшие в Швеции, США и Канаде после экспорта из эндемических стран базилика, салатного лука и малины, заражённых паразитом *Cyclospora saueyensis*. Заболевание проявляется водянистой диареей, метеоризмом, болями в животе, лихорадкой и потерей аппетита.

Выбор и хранение

Для выбора свежего и ароматного базилика следует обращать внимание на растения с равномерно насыщенной окраской листьев. Цвет листьев может варьироваться в зависимости от сорта (бывает зелёным, фиолетовым, синим, коричневым), но ни наростов, ни пятен (серых, белых, зелёных), ни жёлтых прожилок на них быть не должно. Пятна могут говорить о загрязнении химикатами в процессе выращивания, наросты – о заболевании, а прожилки – о начавшемся высыхании растения. Отдельные вялые листья в пучке базилика – тоже повод отказаться от покупки, потому что высока вероятность того, что и остальные растения в пучке начали портиться.

Перед покупкой базилика желательно оторвать один листок, чтобы убедиться, что он не липкий (признак нарушения правил выращивания или хранения), и чтобы понюхать его. Запах лучше раскрывается, если растереть лист в руках. Насыщенный и сильный аромат без гнилостных ноток говорит о свежести растения.

Чем моложе растение, тем нежнее и слаще его вкус, чем старше, тем он грубее и резче. Кроме того, листья перезрелой травы начинают сильно горчить, поэтому перед покупкой желательно не только понюхать, но и попробовать базилик. Сложность в том, что для дегустации растение нужно обязательно помыть, а в магазине или на рынке это удаётся далеко не всегда. Поэтому свежесть базилика чаще оценивают только по внешнему виду и аромату.

Хранить базилик можно разными способами:

1. Разместить пучок в воде, предварительно подрезав стебли.

2. Поместить базилик в холодильник, обернув пищевой плёнкой (в этом и предыдущем случаях – на срок до недели).

3. Поместить вымытый и подсушенный пучок в морозилку (в целом или нашинкованном виде) в стеклянной банке на длительный срок.

4. В сухом виде – для этого трава собирается в небольшие пучки и подвешивается в тёмном проветриваемом помещении.

Сахалинец выращивал в квартире коноплю и теперь пойдет под суд

Следственным отделом ОМВД России по Холмскому городскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 44-летнего местного жителя, обвиняемого в незаконном сбыте и культивировании наркотических растений.

Установлено, что в июне минувшего года фигурант приобрел у третьего лица, уголовное дело в отношении которого выделено в отдельное производство, смесь частей табака и масла каннабиса. Помимо этого, фигурант вырастил в своей квартире наркосодержащее растение рода конопля.

Вышеуказанную приобретенную смесь обвиняемый намеревался сбывать частями - кому-то за денежное вознаграждение, а кому-то на безвозмездной основе.

Так, фигурант позвонил своему знакомому и попросил вызвать на свой адрес такси,



чтобы передать ему наркотик путем пересылки. Для этого злоумышленник положил в карман кофты сверток с дозой, а саму одежду в пакет и, не посвящая водителя такси, передал его на адрес доставки.

После этого у обвиняемого оставалась часть смеси наркотического средства массой 4,4 грамма, которую он также намеревался сбыть. Однако довести до конца свои преступные намерения обвиняемый не

смог, поскольку его незаконные действия были в тот же вечер пресечены сотрудниками полиции.

По пути следования автомобиля такси был остановлен оперативниками, которые в результате обследования транспортного средства обнаружили и изъяли пакет с закамуфлированным наркотиком. Затем, при обыске квартиры фигуранта, сотрудниками были также изъяты кусты выращенной конопля

и наркотическое средство.

Таким образом, обвиняемый совершил преступления, предусмотренные п. б ч. 3 ст. 228.1, п. б ч. 3 ст. 228.1, ч. 1 ст. 228.1, ч. 3 ст. 30 п. б ч. 3 ст. 228.1, ч. 1 ст. 231 - незаконный сбыт наркотических средств, совершенный в значительном размере; незаконная пересылка наркотических средств; покушение на незаконный сбыт наркотических средств, совершенный в значительном размере, то есть умышленные действия лица, непосредственно направленные на совершение незаконного сбыта наркотических средств, совершенный в значительном размере, если при этом преступление не было доведено до конца по независящим от этого лица обстоятельствам; незаконное культивирование в крупном размере растений, содержащих наркотические средства.

Уголовное дело по 5 эпизодам будет рассмотрено в суде.

Две кражи с перерывом в 10 лет

Следственным отделом ОМВД России по Холмскому городскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 47-летнего ранее неоднократно судимого сахалинца, обвиняемого в хищении чужого имущества.

Установлено, что 1 июля текущего года обвиняемый, приехав в город Холмск. Поскольку гражданин вел асоциальный образ жизни и не имел постоянного места жительства, то ночевал где придется и злоупотреблял алкогольными напитками.

Вечером 6 июля, находясь в районе улицы Лесозаводской, злоумышленник вспомнил, что десять лет назад уже обкрадывал один из домов, расположенный в этом районе, и решил снова обокрасть ту же потерпевшую. Проверив с высоты сопки, что в доме не горит свет, он прошел через незапертую калитку на территорию, разбил стекло в оконной раме и проник в комнату. Там мужчина собрал различный текстиль и продукты питания, после чего покинул место преступления. Украденным имуществом обвиняемый распорядился по своему усмотрению.

Таким образом, фигурант совершил преступление, предусмотренное п. «а» ч. 3 ст. 158 УК РФ - кража, то есть тайное хищение чужого имущества, совершенная с незаконным проникновением в жилище.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Кража из такси

Следственным отделом ОМВД России по Корсаковскому городскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 31-летнего местного жителя, обвиняемого в хищении денежных средств.

Установлено, что в ночь на 2 марта обвиняемый, уезжая от гостей, решил вызвать такси. Вскоре к нему подъехал автомобиль, мужчина сел в салон на переднее пассажирское сиденье. Когда фигурант устраивался в авто, то почувствовал, что сел на что-то. На ощупь мужчина понял, что это портмоне. Вместо того чтобы сообщить об этом таксисту, он незаметно спрятал его в карман.

По дороге обвиняемый решил изменить маршрут, чтобы водитель не знал адреса, по которому он проживает, поэтому вышел раньше конечного пункта назначения поезда. Когда такси уехало, злоумышленник проверил содержимое бумажника и обнаружил там 7 000 рублей. Купюры мужчина забрал себе, а кошелек выкинул.

Похищенными средствами гражданин распорядился по своему усмотрению.

Таким образом, обвиняемый совершил преступление, предусмотренное п. «в» ч. 2 ст. 158 УК РФ - кража, то есть тайное хищение чужого имущества, совершенная с причинением значительного ущерба гражданину.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Сахалинец пойдет под суд за сломанные ребра

Следственным отделом ОМВД России по Томаринскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 21-летнего жителя села Черемшанка, обвиняемого в умышленном причинении тяжкого вреда здоровью.

Установлено, что 10 декабря 2021 года в вечернее время обвиняемый пришел домой, будучи в состоянии алкогольного опьянения.

Между ним и его сожительницей возник словесный конфликт. На почве вспыхнувших неприязненных отношений фигурант ударил потерпевшую кулаком в грудную клетку, а потом стацил за ноги на пол. Противоправные действия злоумышленника пресекли сотрудники полиции, которых вызвала потерпевшая, когда вспыхнула ссора. Полицейские задержали фигуранта и вызвали женщине скорую медицинскую помощь.

Согласно заключению эксперта, потерпевшей были причинены телесные повреждения в виде закрытой тупой травмы грудной клетки с переломом двух ребер и осложнившимся развитием пневмоторакса.

Таким образом, обвиняемый совершил преступление, предусмотренное ч. 1 ст. 111 УК РФ, - умышленное причинение тяжкого вреда здоровью, опасного для жизни человека.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Помог знакомой и по пути обокрал

Следственным отделом ОМВД России по Холмскому городскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 39-летнего жителя села Костромского, обвиняемого в краже с причинением значительного ущерба.

24 июня фигурант приехал в село Чехов в гости к своим знакомым. Хозяйка дома попросила его подвезти ее подругу до Холмска. Фигурант ответил согласием, и они

отправились на его машине в райцентр. На полпути женщина вспомнила, что оставила пакет с вещами и попросила обвиняемого вернуться назад.

Обвиняемый развернул машину, и они поехали обратно. По пути следования он обратил внимание, что потерпевшая положила на панель салона свой мобильный телефон. Тогда у него возник умысел, направленный на хищение данного девайса.

Когда они доехали до дома его знакомых, и заявительница зашла внутрь, чтобы забрать вещи, фигурант сразу уехал вместе с оставленным в салоне чужим телефоном. Знакомым он решил сказать, что уехал по срочным делам, а если будут спрашивать про телефон, то ответить, что не видел его и что, скорее всего, женщина его где-то потеряла.

Похищенным имуществом гражданин впоследствии распорядился по своему усмотрению, а именно продал третьему лицу.

Таким образом, обвиняемый совершил преступление, предусмотренное п. «в» ч. 2 ст. 158 УК РФ, - кража, то есть тайное хищение чужого имущества, совершенная с причинением значительного ущерба гражданину.

Гости с последствиями

Следственным отделом ОМВД России по Невельскому городскому округу завершено расследование уголовного дела в отношении 30-летнего местного жителя, который обвиняется в краже денежных средств.

Установлено, что обвиняемый, зашел в гости к своим соседям на застолье. Гражданину стало холодно, и хозяин дал ему свою куртку, чтобы согреться. Надев ее, злоумышленник нашел в кармане кошелек. Улучив момент, когда его действий никто не увидит, он осмотрел содержимое кошелька и обнаружил там 7 500 рублей, которые забрал себе.

Спустя некоторое время фигурант ушел домой, вернув куртку законному владельцу. Украденные денежные средства в тот же вечер были изъяты у злоумышленника сотрудниками полиции, прибывшими по сообщению потерпевших о совершении кражи.

С учетом того, что ранее гражданин неоднократно привлекался к уголовной ответственности и не встал на путь исправления, решением суда он был приговорен к одному году и восьми месяцам лишения свободы с отбыванием наказания в исправительной колонии строгого режима.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД РФ по Сахалинской области

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

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

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

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

Отдел рекламы «Телемира»
49-16-31

ТМ
Отдел рекламы
49-16-31



Просто вкусно!

Блюда на каждый день

Гедлибже

Ингредиенты: курица - 1 шт., сметана - 4 ст. л., лук репчатый - 1-2 шт., чеснок - 1-2 зуб., вода или куриный бульон - 200 мл, масло подсолнечное - 2 ст. л., мука пшеничная - 0,5 ст. л., паприка молотая - 1 ч. л., базилик сушеный - 1 ч. л., соль, перец чёрный молотый, укроп или петрушка - по вкусу.

Приготовление: курицу промойте и разберите на порционные кусочки.

Сковороду раскалите и выложите куски курицы кожей вниз. Если курица домашняя, кожа даст достаточное количество жира. В противном случае лучше раскалить сковороду с маслом, и на неё уже обжарить курицу. Итак, обжарьте куски курочки с двух сторон до румяной корочки. Добавьте нарезанный маленькими кусочками лук, обжарьте курицу с луком пару минут, затем добавьте измельчённый чеснок.

Пока куриное мясо жарится, приготовьте соус - в кипятке или курином бульоне разведите сметану и муку. Комочков быть не должно. Залейте курицу сметанным соусом и доведите его до кипения. Всыпьте соль, чёрный молотый перец, сушеный



базилик и молотую паприку. Перемешайте и тушите курицу в сметанном соусе под крышкой до готовности, примерно 20 минут (для домашней курицы понадобится больше времени).

Готовое блюдо посыпьте измельчённой зеленью. Гедлибже можно подавать! На гарнир предложите рис, картофель или макароны.

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

630 рублей.

- Курица – 420 руб.
- Сметана – 100 руб.
- Лук репчатый – 20 руб.
- Приправы – 45 руб.
- Зелень – 45 руб.

Чеснок, масло подсолнечное, мука, соль и перец – из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательный сертификат

Минтай, тушенный в сметане

Ингредиенты: филе минтая - 600-700 г, сметана 20%-ная - 200 мл, морковь - 1 шт., лук репчатый - 1 шт., масло растительное - 2 ст. л., мука пшеничная - 1 ст. л., мускатный орех молотый - 1 ч. л., соль, перец чёрный молотый - по вкусу.

Приготовление: филе минтая хорошо промываем, обсушиваем бумажным полотенцем и нарезаем на порционные кусочки.

Перекладываем рыбу в миску. Солим, перчим по вкусу и оставляем на 15-20 минут.

Лук и морковь очищаем. Лук мелко нарезаем. Морковь трем на крупной терке.

В сковороде на растительном масле обжариваем лук с морковью 4-5 минут.

Снимаем сковороду с нагрева. Посыпаем морковь с луком мукой и быстро перемешиваем, чтобы не образовались комки. Туда же вливаем воду и тщательно перемешиваем.

Возвращаем сковороду на нагрев, доводим содержимое до кипения и добавляем сметану.



Солим, перчим, всыпаем мускатный орех и перемешиваем.

В получившийся соус выкладываем куски минтая. Накрываем сковороду крышкой. Тушим рыбу в сметане до готовности (20-25 минут).

Минтай, тушенный в сметане, готов.

Коктейль

для повышения иммунитета

Ингредиенты: лимоны - 2 шт., имбирь свежий - 5 см корешка, гранат - 1/2 шт., сахар - 2 ст. л., мята свежая - 1 жменька, корица (по желанию), гвоздика (по желанию).

Приготовление: лимоны хорошо моем и рубим на кусочки. Отправляем в кастрюлю с 2-мя литрами воды.

Доводим до кипения и уменьшаем до среднего огня. Добавляем сахар.

Имбирь чистим и мелко режем. Отделяем зернышки граната.

Имбирь и гранат насыпаем в варевое после сахара. Потом добавляем мяту.

Вариться будет не меньше двух часов. Мята совсем станет непрезентабельной, и ее нужно выловить.



Вкус должен быть весьма насыщенный. Важный момент: лимонная корочка должна стать мягкой - очень хорошо провариться.

Очень хорошо в холодное время года пить горячим - от простуды и для повышения иммунитета. Можно 1:1 мешать со спрайтом, и получается очень вкусный напиток. Можно 1:1 мешать с холодной водой, и получится неплохой компот.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

Тема следующего номера - блюда на каждый день

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



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

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

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



— Изя, ви когда-нибудь видели Рабиновича в драке?
— Таки нет...
— Ой взй, если бы вы видели, как красиво его бьют!

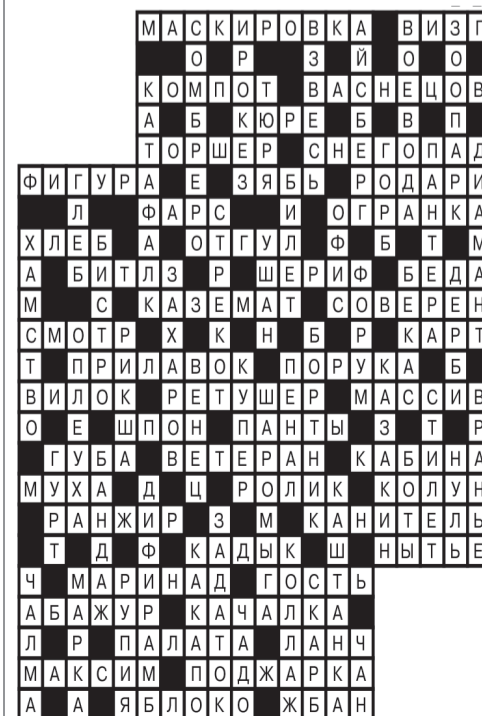
Рабинович — начальнику ОВИРа:

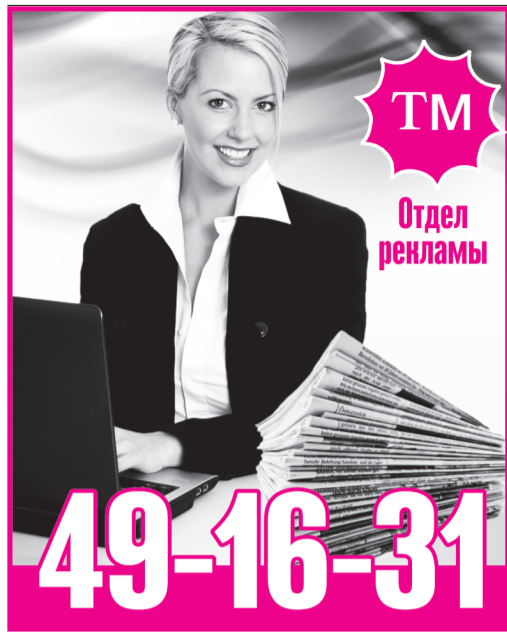
- Скажите, я таки могу выехать в Израиль?
- Можете.
- А в Америку?
- И в Америку можете.
- И таки в Германию?
- Можете, можете!
- Скажите, а если я никуда не поеду, мне будут какие-нибудь льготы?

— Моня, ты знаешь, шо Яша присутствовал при Сонечкиных родах и таки даже сам перерезал пуповину! А ты бы смог?
— Фаечка, таки с моей слабой нервной системой я могу присутствовать только при зачатии!

Гольдберг должен Мордуховичу 100 долларов, а тому напоминать неудобно. Встретились они. Мордухович:
— Изя, какой нынче мороз!
— И не говори, Шлема, градусус двадцать!
— А таки помнишь, какой был жаркий день, когда я тебе одолжил деньги?

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16





Автобус с черной "ватерлинией"	Конспиративный грим	Отбрасывающая тень шляпа латиноса	Индеец, "подаривший" панкам прическу	"Портретист" трех богатырей	Суспензия с медленным оседанием частиц	Опасный попутчик ледокола	Реакция трусики на подброшенного ужа	Славянский "генерал"	"Тюрьма" для диких зверей
	Ягодное ассорти для запивки	Католический священник		Хлебная каша на воде		Зимнее бедствие для дорожных служб	Уродующий спину нарост	Немецкий танк с "кошачьей грацией"	Типографский шрифт
				Пропуск в зал ожидания					
		"Длинноногий" светильник	"Оратория" кузнециков			Придумывал приключения для Чиполлино			
Поведение грубияна, не следящего за речью	Пешка на доске Продукция пекарни	Имя Жеглова	"Лицемерие" на сцене	Поле под яровье	Летучая мышь с большими "локаторами"	Преобразование алмаза в бриллиант			
		Парижская закусочная	"Тот самый Мюнхгаузен", режиссер			Квартира, переделанная под контору	Собрание ученых со всего света	Кулик с длинным клювом	Престижные состязания для скакунов
Ливерпульская четверка			Выходной за хорошую работу	Блюститель порядка на Диком Западе			Она не приходит одна		
Проверка генералом строевой подготовки	Пощечина от руки плебея	Быстроногий японский таксист				Конкурент топтыгина по добыче меда			
			Подземелье для бунтовщика	Диадема из лаврушки	"Звезбой", автор	Футляр, где гремят карандаши	Английская старинная золотая монета	Болид для юниора Полукафтан на крючках	
"Разделочная доска" продавца в гастрономе					Взаимокрывательство Мелкий жулик			Кинжал в рукаве камзола	Сочиненная на ходу отмазка
			Художник при фотоателье				Лес жилых многоэтажек		
Количество капусты в списке покупок	Древесина для отделки		Неокостевшие рога пятнистого оленя				"Опочивальня" дальний бойщика	Резики поверх промокающих сапог	Цифровое обозначение меридиана в Гринвиче
Перегоняемое стадо Пухляшка под усами			"Песня" подхалима				Знаменитая чеховская собачка		
		Пояс для беременной	Убеленный сединами победитель	Материальная гарантия будущей сделки				Топор-"тяжеловес"	
Заложница в паутине Построение по росту					Совиный попугай	Рекламная короткометражка	Нудное дело без конца и края		
Головной убор старика Хоттабыча	Гашеный раритет в классе	Денежная единица Индии	Выступ на мужской шее				Аппликация из фоток Пожитки в узелочке	Занудство плаксивого капризы	
	"Бальзамизирующий" корншонный раствор				Долгожданный визитер Любимое дитяtko				
			Усыпляющее кресло					Китайский актер Джеки ...	
Съемная деталь ночника		Грановитый зал Московского Кремля				Овсянка через 2 часа после утреннего кофе			
			"Холестериновая" заправка для супа						
Имя фигуриста Маринина	Отрава для "мертвой царевны"					Кувшин большой вместимости			

