

№11  
(1231)  
16 марта  
2022  
среда

# Телемир

TM

16+

Твоя любимая газета



**ООО ИК «ДЕНЬГИ ДЛЯ ВСЕХ»**  
**ЛИЗИНГОВАЯ КОМПАНИЯ**



**28%**  
годовых

**ПРИВЛЕКАЕМ**  
**ДЕНЕЖНЫЕ СРЕДСТВА**  
ОТ ФИЗИЧЕСКИХ И ЮРИДИЧЕСКИХ ЛИЦ  
ПОД ГАРАНТИРОВАННЫЙ ПРОЦЕНТ

Тел. 8(4242)

**72-54-86**

г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 248

ИНН 6501248109. ОГРН 1126501004486.

**НАША ЭНЕРГИЯ – ВАШЕМУ КАПИТАЛУ!**

**Ромен Дюрис:**

**«Я всегда надеюсь на лучшее»**

7



В российский прокат 5 марта вышла французская мелодрама «Эта безумная любовь», снятая Режиссом Руансаром по роману Оливье Бурдо «В ожидании Божанглза». В центре картины – Камилл и Жорж, чье случайное знакомство переросло в счастливый брак. Эффектная пара живет роскошно и ярко, они бегут от скуки и банальности, их игры эпатируют окружающих и даже кажутся безумными. Но однажды Камилл заболевает и перестает различать, где кончается игра и начинается реальное безумие. Роль любящего мужа, которому приходится подыгрывать Камиллу, исполнил популярный актер Ромен Дюрис. Он рассказал нам о погружении в образ, страсти к танцам и любви, ради которой можно вынести себя за скобки.

- О чем вы думали, узнавая ближе своего Жоржа?

- Что мы с ним похожи.

Как у каждого из нас, в его жизни радости идут рука об руку с печалью, но он не унывает. Такое отношение к жизни мне близко.

**Минеральная вода:**  
пить или не пить?

Подробности на стр. 12 и 13



**"Мега Транс Сервис"**  
Транспортно-экспедиционная компания

г. Южно-Сахалинск

**ОТПРАВКА**  
**ДОМАШНИХ ВЕЩЕЙ**  
во все города - от 1 кг  
России

**БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО**

ул. Пуркаева, 65

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

**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

**РЕАЛИЗУЕМ**

ИП Дзевисов Рамази Мерабович ИНН 121107373604  
ОГРН 314650923400030

**УГОЛЬ**



**СОРТИРОВОЧНЫЙ**  
**БУРЫЙ**

**ВЗВЕШИВАНИЕ НА ВЕСАХ**  
**САМОВЫВОЗ**

п/р. Новоалександровск, ул. 2-я Красносельская, 7А

**Т.: 8-914-757-08-48,**  
**27-08-48**

**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 № ЛО-65-01-001-257  
выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области



**ПРАЧЕЧНАЯ**  
**САМООБСЛУЖИВАНИЯ**  
с промышленным оборудованием

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

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



**СТОМАТОЛОГИЯ**  
**«ФУДЖИ»**

Полный комплекс услуг по доступным ценам

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

- Теряпия от 3 000 руб.
- Металлокерамика 9000 руб. - все включено
- Хирургия
- Изготовление всех видов ортопедических конструкций, включая новые технологии
- Профессиональная гигиена полости рта + фторирование - комплекс 6 000 руб.
- Полная диагностика полости рта
- Удаление от 2 500 руб.



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

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

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**

**Пр. Мира, 57, оф. 213. Тел.: 444-777**



КОМПАНИЯ  
**ДОМИНАНТА**  
НЕДВИЖИМОСТЬ

**ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДАЖА**  
**ВАШЕЙ КВАРТИРЫ**



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

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ САХАЛИНА

**НОВЫЙ**

**ACTV**

**ТЕПЕРЬ 24 ЧАСА**

ВО ВСЕХ СЕТЯХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ

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

Смотреть **НОВЫЙ ТЕЛЕКАНАЛ** уже можно в сетях крупнейших кабельных операторов Сахалина:

в сети кабельного оператора «Солнце Телеком» (65 канал);

в сети кабельного оператора «ТТК-Транстелеком» (65 канал);

в интерактивном телевидении ООО «Сайт» (22 канал);

в интерактивном телевидении «Ростелеком» (751 канал).

Кроме того, телеканал **ACTV** – первый и единственный на Сахалине – запустил стриминговое вещание в сети Интернет

- в том числе на портале **astv.ru** и в собственном мобильном

приложении ACTV, доступном для скачивания

в App Store и Google Play.

По вопросам настройки просмотра телеканала ACTV обращайтесь на телефон горячей линии **8 (4242) 49-16-16**.

[ ЗДОРОВЬЕ ]

**СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»**

**Детские неврологи мануальные терапевты, остеопаты**  
 Лечение последствий родовых травм, неврологических синдромов (гипотонус, гипертонус, гиперактивность, гиперинергия, плохой сон и т.д.), нарушений осанки (сколиоз, сутулость и т.д.)  
**735-999-42-00-30**  
Лин. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сак. обл. деп. здравоохран. Сак. обл.

**Программа АНТИТАБАК**  
 Помощь в избавлении от никотиновой зависимости методом иглотерапии.  
**735-999-42-00-30**  
Лин. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сак. обл. деп. здравоохран. Сак. обл.

**Неврологи, мануальные терапевты, остеопаты, массажисты**  
 Лечение различных болей в позвоночнике, мышцах и суставах, в том числе при грыжах и протрузиях дисков, головных болей, головокружений, невритов и др.  
**735-999-42-00-30**  
Лин. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сак. обл. деп. здравоохран. Сак. обл.

**Врач-онколог высшей категории**  
 Удаление образований кожи (папиллом, бородавок, сосудистых звездочек) новейшими лазерными технологиями.  
**735-999-42-00-30**  
Лин. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сак. обл. деп. здравоохран. Сак. обл.

**Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»**  
 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

**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

**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

**ТАТУАЖ**  
 губ, глаз, бровей, перделка старых работ, удаление татуажа  
**НИЗКИЕ ЦЕНЫ**  
 40-40-76, 8-962-580-40-76  
 ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

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

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

[ СТРОЙКА ]

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

**КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ**  
 САЛОН **Стиль Купе**  
 от дизайн-проекта до монтажа  
**РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА**  
 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  
 г. Южно-Сахалинск, ул. Железнодорожная, 27 (ТЦ «Караван»), 3-й этаж, тел. 5-000-88

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

**Услуги ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА**  
 Большой опыт работы  
**8-900-428-17-88**

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

# Повторно записаться к стоматологу стало проще

В областной стоматологии упростили запись на повторный прием к врачу. Теперь записаться на дальнейшее лечение зубов можно напрямую у врача во время первичного обращения. Организовать этот процесс поручил глава региона Валерий Лимаренко – с соответствующей просьбой сахалинцы обратились к губернатору через Центр управления регионом.



– Чаще всего пациент обращается по поводу одного конкретного зуба, но при осмотре выявляется, что человеку необходимо комплексное лечение, – рассказал главный врач областной стоматологической поликлиники Вячеслав Кучеренко. – Врач, видя полную картину, может составить план лечения. Пациенту не придется дополнительно обращаться в 1-300, чтобы записаться на прием.

Если пациент желает продолжить лечение у того же врача, к которому обращался на первичный прием, специалист предложит дату и время, исходя из наличия свободных ячеек.

Кроме того, пациенту предоставят возможность записаться к другому врачу – при наличии у специалиста «свободных окон». Также может быть рекомендовано лечение у другого специалиста в зависимости от диагноза, при наличии определенных патологических процессов.

Напомним, Валерий Лимаренко поручил держать на особом контроле вопросы, касающиеся оказания медицинской помощи в островном регионе. Все медицинские службы работают в штатном режиме, сформирован запас всех необходимых лекарств, поставка новых партий осуществляется по графику, минздрав в ежедневном режиме отслеживает их доступность и изменение цен.

# Пять тысяч островитян переедут из аварийного жилья

До конца 2022 года из аварийного жилья переедут более пяти тысяч сахалинцев. В рамках реализации соответствующей программы в островном регионе расселят 2,5 тысячи квартир. Лидерами в этой работе должны стать Охинский, Холмский и Корсаковский городские округа.

Сегодня стройки развернуты на всей территории Сахалинской области. Для переселения людей из аварийного жилья планируется возвести 84 многоквартирных дома.

– По инициативе губернатора Валерия Лимаренко в 2021 году нам удалось ликвидировать более 83 тысяч квадратных метров аварийного жилья, – комментирует министр строи-

тельства Сахалинской области Алексей Колеватых. – Прошлогодняя программа реализовывалась за счёт региональных средств. По состоянию на текущую дату фонд содействия реформированию жилищно-коммунального хозяйства уже направил на цели расселения аварийного жилого фонда из новой программы около двух миллиардов рублей.

Реализацию областной программы высоко оценили на федеральном уровне. Так, в рамках рабочего заседания заместителя председателя правительства Российской Федерации Марат Хуснуллин особо отметил Сахалинскую область, которая досрочно завершила программу расселения аварийного жилья, признанного таковым до 1 января 2017 года.

Это позволило региону претендовать уже на новую субсидию из федерального бюджета. Эти средства будут потрачены, чтобы улучшить качество жизни тех сахалинцев и курильчан, чьи дома были признаны аварийными уже после 1 января 2017 года.

– Сахалинская область набрала хорошие темпы расселения аварийного жилищного фонда уже в рамках новой программы, – добавил генеральный директор государственной корпорации – Фонда содействия реформированию ЖКХ Константин Цицин. – Работа по обеспечению людей современным и комфортным жильем в регионе продолжается. Сейчас необходимо сохранить положительную динамику, а также держать на контроле вопросы

качества строящихся в рамках программы домов.

Отметим, что Сахалинская область первой в России приступила к переселению из домов, признанных аварийными после 2017 года. В 2021 году в новое жилье были переселены четыре тысячи человек. Благодаря тому, что регион участвует в новой программе, в ближайшую пятилетку новоселье отметят всего почти 30 тысяч сахалинцев и курильчан. Для стимулирования развития жилищного строительства в регионе создаются собственные предприятия по производству стройматериалов. Активно участвует правительство Сахалинской области и в федеральных программах, используя предлагаемые ими преференции для стимулирования жилищного строительства на островах.

## В области пройдет «Урок цифры»

Сахалинских школьников и учителей приглашают на новый «Урок цифры» на тему квантового программирования, который проходит в школах России с 10 марта по 6 апреля 2022 года.

Госкорпорация «Росатом» проведет для школьников и учителей обучающее занятие по теме «Квантовый мир: как устроен квантовый компьютер». Все материалы размещены на сайте [www.урокцифры.рф](http://www.урокцифры.рф)

Новый урок будет состоять из теоретической части и блока с упражнениями. Десятиминутный фильм о принципах квантовой физики, устройстве нашего мира и практическом применении квантового компьютера поможет школьникам лучше понять растущий интерес к новому типу вычислительных устройств. В то же время игровые задания по обучению алгоритма и квантовому программированию позволят популяризировать науку среди учащихся 1-11 классов. Приступить к занятию можно в любое время: в школе с учителем или дома с родителями.

Образовательный проект для школьников «Урок цифры» стартовал в декабре 2018 года по инициативе министерства просвещения Российской Федерации, Министерства цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации и АНО «Цифровая экономика». Проект позволяет школьникам развить цифровые компетенции, помогает им определиться с профессией.

В течение последних трёх лет «Уроки цифры» проводят ведущие российские технологические компании, занятия проходят в формате интерактивных тренажеров. В прошлом учебном году Урок охватил более 10 млн российских школьников.

Партнеры проекта в 2021/2022 учебном году – VK, Яндекс, 1С, Лаборатория Касперского, Благотворительный фонд Сбербанка «Вклад в будущее».



**Филиалом ПАО «ДЭК» «Сахалинэнергосбыт» в 2021 году создана электроизмерительная лаборатория, для выполнения услуг по проведению электрических измерений и испытаний в электроустановках до 1000 В. Выполняемые услуги:**

1. Испытание изолирующих штанг до 1 кВ – 935,83 руб.
2. Испытание указателей напряжения до 1 кВ – 996,67 руб.
3. Испытание электроизмерительных клещей до 1 кВ – 945,00 руб.
4. Испытание (СИЗ) диэлектрических перчаток и галош – 949,17 руб.
5. Измерения сопротивления заземляющих устройств – 1 545,83 руб.
6. Измерения сопротивления петли фаз-нуль и тока КЗ – 1 473,33 руб.
7. Измерения сопротивления изоляции – 1288,33 руб.
8. Измерения сопротивления изоляции силовых и контрольных кабелей до 1 кВ – 1 168,33 руб.
9. Измерения сопротивления изоляции проводов и кабелей сети освещения – 1 288,33 руб.

г. Южно-Сахалинск, ул. Бумажная, 26А, наб. 101/3  
**Тел. 8 (4242) 49-37-40**



## АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



# В Южно-Сахалинске стартовали публичные слушания по Генеральному плану

В Южно-Сахалинске стартовали публичные слушания по Генеральному плану и Правилам землепользования и застройки (ПЗЗ). Мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин поставил задачу - максимально вовлечь в обсуждение генерального плана население города. Встречи проходят в формате диалога: у каждого участника слушаний есть возможность задать вопрос и получить на него исчерпывающий ответ.

### Начали с Ключей и Санаторного

Концепцию генерального плана Южно-Сахалинска представили жителям сел Ключи и Санаторное. Встреча с населением дала старт серии публичных слушаний, которые пройдут практически во всех населенных пунктах городского округа.

Главный архитектор Южно-Сахалинска Максим Ефанов, а также разработчики нового генплана – специалисты ГАУ «Институт Генплана Москвы» Григорий Мустафин, Татьяна Терехова и Анна Нуждова – представили гражданам ключевые моменты важнейшего стратегического документа, который определит развитие областной столицы на ближайшие 20 лет, а также подробно остановились на другом важном документе – проекте Правил землепользования и застройки на территории городского округа «Город Южно-Сахалинск».

Отдельная презентация была посвящена тем изменениям, которые коснутся непосредственно территории Ключей и Санаторного.

Как отметил Григорий Мустафин, который является главным архитектором проекта генерального плана Южно-Сахалинска, на сегодняшний день выполнен большой объем работы, который включал социологическое исследование предпочтений граждан, в том числе опросы, лекции, стратегические сессии, процедуры согласования с органами исполнительной власти разных уровней и др.

- Генеральный план описывает идею развития города, - объяснил Григорий Мустафин. - Это документ, который рассказывает о том, каким должен быть Южно-Сахалинск в будущем, куда он стремится, как будет выглядеть транспортная инфраструктура, где будут расположены новые жилые районы, социальные объекты и многое другое.

В рамках генплана предусмотрено несколько объездных дорог. Пересмыслено функциональное зонирование города, в частности, ключевой в нем стала тенденция смешанных функций, когда жилая застройка, социальные объекты – всё необходимое для жизни – расположено поблизости. Теперь для администрации важно получить обратную связь от жителей и конструктивные замечания, которые позволят учесть интересы всех социальных групп.

Среди моментов, которые волновали горожан, было обустройство пешеходной инфраструктуры на участке пр. Мира от ул. Больничной



[ ВАЖНО! ]

**СЛЕДУЮЩИЕ ВСТРЕЧИ ПРОЙДУТ:**  
**16 марта с 17.30 до 20.00 -**  
**администрация Хомутово;**  
**17 марта с 17.30 до 20.00 - ЦНК «Радуга»**  
**в Новоалександровске;**  
**18 марта с 17.30 до 20.00 - ДК «Родина».**

до района «Сити Молла». Несмотря на то что этот вопрос не относится напрямую к генеральному плану, на него также был дан развернутый ответ. Так, совместно с Центром развития городской среды администрация разрабатывает проект организации велосипедно-пешеходной связи на этом участке магистрали. Его реализация планируется после завершения строительства инженерных сетей в южной части города.

Также среди пожеланий горожан – чтобы в Ключах появились детский сад и школа. Отметим, потребность в учреждениях образования для этого района генеральным планом предусмотрена. Дальнейшие решения будут приниматься в рамках программ комплексного развития транспортной, инженерной и социальной инфраструктуры территории. В частности, как отметил Максим Ефанов, для строительства учреждений необходима определенная территория, соблюдение ряда других условий. Как один из вариантов, озвученных жителями, – школа, совмещенная с детским садом. Такие учреждения успешно функционируют в других районах.

- Детский сад и школа нашему населенному пункту очень нужны, хотя бы малокомплектные, - уверена жительница Ключей Галина Дубровина. - В селе проживает много многодетных семей. Ребятам было бы намного удобнее посещать занятия, ходить на

секции по месту жительства. Такие встречи нужно проводить чаще, не все пожилые люди могут легко разобраться в документах самостоятельно. А в очном формате имеют возможность задать все интересующие вопросы.

На встрече также звучали вопросы газификации села, ведения личного подсобного хозяйства, размещения социальных объектов. По каждому из них будут подготовлены развернутые ответы. Их отразят в итоговом заключении по итогам всех публичных слушаний.

### Продолжили в Синегорске и Старорусском

Следующими населенными пунктами, где прошли публичные слушания по Генеральному плану и Правилам землепользования и застройки (ПЗЗ), стали Синегорск и Старорусское.

Жителям подробно рассказали о планируемом развитии Синегорска и Старорусского.

- Сейчас наша основная задача - встретиться с жителями различных частей городского округа и получить обратную связь от людей, - отметил главный архитектор проекта Григорий Мустафин. - Все замечания и предложения граждан фиксируются для дальнейшей проработки и интегрирования в генплан. Важно мнение каждого.

Так, жителей Синегорска волновал вопрос жилищного строительства - в

последние годы в селе сносилось много аварийного жилфонда. Поэтому предложения разработчиков по вовлечению в перспективе новых территорий под застройку вызвали особый интерес и активно обсуждались.

Разработчики предлагают развивать Синегорск, в том числе в туристическом направлении. У населенного пункта большой рекреационный потенциал.

- Сегодня на слушаниях мы смогли обсудить множество моментов, о которых те, кто здесь не живет постоянно, знать не могут, - отметила жительница Синегорска Людмила Микрюкова. - Поэтому такие встречи очень полезны и важны. Нас услышали - это приятно.

Кроме этого, в ходе слушаний люди задавали вопросы, касающиеся строительства детских площадок, водоснабжения, объектов инфраструктуры. Все обращения зафиксированы и будут переданы в профильные структуры для детальной проработки.

Для жителей Старорусского также был представлен план развития. В частности, документ предлагает освоение территорий, которые находятся северо-восточнее села. Это бывшие земли министерства обороны. Здесь может появиться новый поселок с численностью жителей около 300 человек. С учетом еще одной площадки в районе Березняков, где активно развивается малоэтажная застройка, необходимо возведение детского сада и школы.

- Люди приходят, интересуются. Много вопросов, которые касаются их непосредственной жизни в селе, - рассказал главный архитектор проекта Григорий Мустафин. - Несмотря на то что мы как разработчики собрали объемный свод информации, жители приносят нам сведения, которые понимают и знают, как никто другой. Это все очень ценно и интересно.

Если часть поступивших от населения вопросов касалась историй от-

дельных семей, то несколько человек подняли проблемы, которые беспокоят многих. Например, из-за частной застройки жители лишаются выхода к местной речке. Для того чтобы «отдохнуть или сходить на рыбалку», придется добираться в самый конец села. Люди волнуются, что развернутое жилищное строительство также может привести к еще одной неприятности: нередко собственники участков засыпают водоотводные каналы, пересекающие всю территорию Старорусского. Проблема с водоотведением села, расположенного на болотистой местности, в будущем может привести к целому ряду негативных последствий. Жителей предупредили, что обо всех случаях нарушений в работе водоотводных каналов необходимо уведомлять администрацию города.

Селян также беспокоит сохранность речки, куда заходит на нерест лосось. Разработчики проекта Генплана подчеркнули, что эта зона в проекте обозначена как рекреационная, то есть любое строительство здесь исключено.

Все поступившие предложения и комментарии зафиксированы в протоколе. Они будут учитываться в дальнейшей работе.

Жительница села Галина Суковатина высказала свое отношение к состоявшимся слушаниям.

- Интересуюсь планом города, - сказала она. - Когда приезжаю в Южно-Сахалинск, вижу много изменений. Где-то согласна, где-то и нет. Но молодежь растет, надо новое строить.

### Будь в курсе

Предложения и замечания по проектам можно направить до 28 апреля включительно несколькими способами:

- письменно или устно в ходе встречи, все обращения будут запротоколированы;

- письменно или в форме электронного письма с понедельника по пятницу с 10.00 до 17.00, перерыв с 13.00 до 14.00, в департамент архитектуры и градостроительства Южно-Сахалинска, ул. Амурская, 88, 7 этаж, отдел подготовки документации по территориальному планированию и территориальному зонированию, на электронную почту [uaig@yuzhnosakh.ru](mailto:uaig@yuzhnosakh.ru) (с пометкой «публичные слушания по проекту ПЗЗ и ГП»);

- до 28 апреля включительно в книге (журнале) учета посетителей экспозиции проекта.

Проект Генплана размещен в свободном доступе на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска. Также на портале опубликован проект Правил землепользования и застройки на территории городского округа.

Для удобства граждане могут ознакомиться с интерактивной картой по проекту генплана, а также с интерактивной картой ПЗЗ.

Кроме того, получить детальную консультацию специалистов можно и сразу после слушаний – при необходимости на месте специалисты с помощью карты рассмотрят все интересующие вопросы.

# Губернатор отправил Сергея Байдакова в Ноглики

В Ногликах по поручению Валерия Лимаренко с рабочим визитом побывал первый заместитель губернатора Сахалинской области Сергей Байдаков. Такую практику (посещения руководителями правительства районов области) ввел глава региона. Это позволяет лучше контролировать ситуацию в районах, а также лучше узнавать о проблемах на местах за счет прямого диалога с муниципальными властями и жителями.

## Школа на 300 мест

Первым делом Сергей Байдаков посетил с инспекцией строительную площадку новой школы на 300 мест. Учебный процесс в новой школе планируется начать уже в первом квартале следующего года. Современное образовательное учреждение строят на месте старой деревянной школы № 2. Новое здание состоит из четырех блоков. В двух из них разместятся 11 учебных классов, в другом – комфортный спортивный зал с раздевалками, душевыми, снарядной и тренерской. В четырехэтажном блоке предусмотрены столовая, актовый зал, библиотека.

Объект очень важный, и фронт работ до конца года остается обширным, – подчеркнул Сергей Байдаков. – Региональному министру и районной администрации необходимо держать ход работ на особом контроле. Если нужно, взаимодействуйте с подрядчиком и поставщиками в ручном режиме. Жители Ноглик ждут комфортную современную школу.

Для юных ногликцев оборудуют 10 специализированных учебных классов – для занятий информатикой, естественными науками, лингафонный кабинет. Появится отдельный класс для изучения нивхского языка и кабинет-мастерская для занятий декоративно-прикладным творчеством коренных малочисленных народов Севера.

В блоке начальной школы предусмотрены спальни, игровые комнаты, кабинет логопеда, универсальный зал для занятий оздоровительной гимнастикой и проведения мероприятий.



На территории новой школы появится универсальная спортивная площадка с резиновым покрытием для игровых видов спорта, спортплощадка для начальных классов и площадка для сдачи норм ГТО.

– Сейчас идет устройство внутренних перегородок, монтаж системы отопления, подготовка к черновой отделке, – рассказал главный инженер компании-подрядчика Александр Хлебников. – Мы в полном объеме закупили керамогранитный фасад. Контрактовались с поставщиками в прошлом году, поэтому цены удалось сохранить на прежнем уровне.

Напомним, по инициативе Валерия Лимаренко на Сахалине и Курилах развернута программа по строительству школ. В прошлом году сдали большую школу на 800 мест в Макарове, на 132 места в селе Рейдово на Итурупе и на 295 мест в селе Кировском Тымовского района. В этом году должно начаться строительство школы в Южно-Курильске.

## Дом-интернат

Следующим строящимся объектом, который посетил первый заместитель губернатора, стал дом-интернат. Возведение социального объекта началось в феврале 2020 года, сдать объект должны в ноябре этого года.

60 пенсионеров и инвалидов переедут в новый просторный дом-интернат из старого здания 1969 года постройки.

В трехэтажном корпусе площадью три тысячи квадратных метров предусмотрены двухместные комнаты с прихожей, санузел и лоджией. В комнатах на первом этаже будут проживать маломобильные постояльцы. В здании разместят пассажирский лифт, спортивный и актовый залы, библиотеку, парикмахерскую, столовую, медицинский кабинет.

В учреждении будут созданы условия, максимально приближенные к домашним. Социальные работники каждому из постояльцев помогут найти занятие по душе и овладеть новыми навыками. В новом корпусе появится больше возможностей для создания бытового комфорта для пенсионеров и людей с ограниченными возможностями здоровья.

Работы должны завершиться в ноябре этого года – в срок, обозначенный в контракте, – отметил Сергей Байдаков. – Финансирование выделено. Все оборудование закуплено, никаких замен на отечественные аналоги не потребуется.

Объект готов уже на 85 процентов. Возведены жилой и административный корпуса, устроены системы отопления, сети газоснабжения, водоснабжения и водоотведения. Ведутся отделочные работы.

Отметим, что строительство нового дома-интерната на севере Сахалина – один из важных пунктов нацпроекта «Демография», который реализуется



по инициативе президента России Владимира Путина.

На Сахалине строится также дом-интернат для престарелых и инвалидов в Шахтерске. В новом корпусе социального учреждения разместятся 50 постояльцев, в старом здании могут принять только 30. Сдать объект планируется в этом году. Кроме того, должно завершиться строительство пансионата в Корсакове. Там будут жить 60 ветеранов.

## Очистные запуская к Новому году

Далее Сергей Байдаков отправился на строительную площадку по возведению новых очистных сооружений. Современная система водоотведения заменит устаревший комплекс, построенный в 70-е годы прошлого века. К сегодняшнему дню строительство завершено более чем на 80 процентов.

– Это очень важный объект, благодаря которому мы полностью закроем вопрос качественного водоотведения в Ногликах, – заявил Сергей Байдаков. – Запуск комплекса позволит положительно повлиять на экологическую обстановку в муниципальном образовании, а значит, лучшим образом скажется на здоровье и качестве жизни сахалинцев. В декабре объект необходимо ввести в эксплуатацию. Будем за этим следить.

Система водоотведения предусма-

тривает полный комплекс биологической очистки канализационных стоков. Мощность первого комплекса очистных сооружений – 1000 кубометров в сутки, второго – 4200 кубометров в сутки.

Сегодня специалисты занимаются внутренними работами, а в мае приступят к монтажу наружных сетей. Пусконаладочные работы на объекте начнутся летом.

Объект включает в себя основной блок, административно-бытовое здание, площадку складирования, резервуары с отстойниками, а также сопутствующую инфраструктуру – трансформаторную подстанцию, дизельную электростанцию. Предусмотрены две станции биологической очистки стоков и две канализационно-насосных станции.

Отметим, что глава региона поставил задачу – комплексно модернизировать систему водоотведения в островном регионе. В этом году планируется завершить реконструкцию очистных сооружений в Южно-Сахалинске. Приступили к строительству и до 2024 года должны ввести в эксплуатацию комплексные системы очистки канализационных стоков в Корсакове, Аниве, Поронайске и селе Троицком Анивского района. Их запуск позволит существенно улучшить экологическую обстановку в островном регионе, в первую очередь решив проблему загрязнения залива Анива.

## Дорогу ремонтируют досрочно

Дорогу в селе Томаринского района досрочно ремонтируют в рамках нацпроекта. На участке трассы Невельск – Томари – аэропорт Шахтерск протяженностью 5,9 км в границах села Белинского появится асфальтовое покрытие.

На сегодня демонтировано существующее полотно, обустроены объездные пути, построены новые водопропускные трубы. Подрядчик занимается устройством земляного полотна, укреплением кюветов, строительством новых мостовых переходов через реки Белинская, Каменушка.

Сдача объекта по проекту должна состояться в октябре 2024 года, но подрядчик намерен завершить работы досрочно, уже в этом году. С вводом участка будет обеспечено движение по асфальту между селами Белинским и Парусным

в Томаринском районе. На дороге обустроят тротуары с перильным ограждением, автобусные остановки, заездные карманы, пешеходные переходы, предусмотрено уличное освещение.

Всего в этом году на Сахалине и Курилах в порядок приведут более 30 километров дорог, в том числе – в рамках национального проекта «Безопасные качественные дороги». В перечень объектов нацпроекта вошли трассы, которыми каждый день пользуются тысячи водителей, пассажиров и пешеходов. В их числе – участок дороги Лиственничное – Охотское до поворота на карьер «Лиственничный», улица Авиационная от проспекта Мира до улицы Ленина, улица Зеленая в селе Березняки, улица Комарова от улицы Дружбы до улицы 2-й Набережной.

В этом году завершится капитальный ремонт дорог в Новосибирском, на северо-западном обьезде Южно-Сахалинска. Будет сдан долгожданный для областного центра участок по улице Украинской. Приведут в нормативное состояние мост через реку Кострому в Костромском.

## Антитеррористические меры усилят

В Сахалинской области усилят меры антитеррористической защищенности объектов топливно-энергетического комплекса. Этот вопрос стал одним из ключевых на заседании антитеррористической комиссии Сахалинской области, которое провел губернатор Валерий Лимаренко. В совещании приняли участие руководители органов исполнительной власти и правоохранительных ведомств.

– В связи с нынешними событиями на особом контроле будем держать ситуацию на объектах топливно-энергетического комплекса, – подчеркнул Валерий Лимаренко. – Следует выполнить все необходимые проверки, провести учения, профилактические мероприятия, усилить безопасность. Также в тесном взаимодействии нужно следить за объемами продовольствия, работой транспорта и объектов ЖКХ

в регионе, особенно в тех случаях, когда необходимо пресечь угрозы жизнеобеспечения региона.

О состоянии безопасности и антитеррористической защищенности объектов топливно-энергетического комплекса региона доложили представители Управления Росгвардии, минэнерго и островных энергокомпаний.

На мероприятии также обсудили работу по противодействию идеологии терроризма в молодежной среде. С этой целью на островах ведется информационная кампания. Борьба идет с радикальными идеологиями, движениями и субкультурами, которые пропагандируют насилие среди молодежи. Во время заседания выработаны дополнительные меры по повышению эффективности этой работы.

Валерий Лимаренко подчеркнул, главная цель комплексного плана противодействия идеологии терроризма, который утвердил президент РФ, – снижение уровня радикализации, непринятие идеологии терроризма, экстремизма и любой противоправной деятельности.

# Власти будут бороться с ростом цен в регионе

На заседании регионального правительства губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко заслушал доклады руководителей органов власти о мерах реагирования на санкции против России. В сфере особого внимания – сферы сельского хозяйства и торговли, здравоохранения, строительства, транспорта, ЖКХ.

## Мониторинг ведется

Во всех районах ведется ежедневный мониторинг цен в оптовой и розничной продуктовой сети. Как рассказала министр сельского хозяйства и торговли Сахалинской области Инна Павленко, отпускная стоимость продукции сахалинских производителей остается стабильной и не менялась за последние недели.

На островах работает обширная торговая сеть экономформата, где наценка на многие товары не превышает 15 процентов. Сдерживать рост цен позволяют меры поддержки местных сельхозтоваропроизводителей и торгового бизнеса. Предпринимателям оказывается помощь по 43 направлениям, в том числе возмещаются транспортные расходы на доставку продуктов питания с материка.

На особом контроле министерства – наличие социально значимой продукции в торговой сети региона. В оптовом звене создан достаточный запас по всем необходимым позициям. Сахалинская область практически полностью обеспечивает себя тепличными овощами, картофелем, яйцами.

В островном регионе создан также достаточный запас лекарственных препаратов. Поставки медикаментов в государственную аптечную сеть происходят в еженедельном режиме. Медицинские учреждения обеспечены лекарствами в необходимом объеме. Их поставки производятся в рамках заключенных долгосрочных контрактов.

- Мы давно работаем в условиях импортозамещения, - сообщил министр здравоохранения Сахалинской области Владимир Кузнецов. - У всех зарубежных препаратов есть отечественные аналоги. Как правило,

цена таких аналогов намного ниже, чем у иностранных препаратов, где переплата может идти только за счет известного бренда и маркетинговых расходов. Российские изготовители работают по международным стандартам GMP, которые определяют высокие требования к производству лекарств.

60 процентов лекарственных препаратов относятся к жизненно необходимым. Цены на эту группу товаров регулируются на государственном уровне и остаются неизменными.

На заседании областного правительства обсудили также ситуацию в других значимых отраслях. На объектах энергетики и ЖКХ создан необходимый запас твердого и жидкого топлива.



Зампред Сергей Олонцев заверил, что все стройки, начатые в рамках адресной инвестиционной программы, обеспечены финансированием и будут завершены. Зарубежные материалы и оборудование в случае необходимости заменят на доступные аналоги.

По словам министра транспорта и дорожного хозяйства островного региона Валерия Спиченко, авиаперевозки по Сахалинской области и по России выполняются в штатном режиме. Действуют федеральные и региональные программы субсидирования, благодаря чему цены на билеты сохранены на прежнем уровне по всем маршрутам.

## А что с «Тепличным»?

Позже Валерий Лимаренко обсудил с руководством совхоза «Тепличный» вопросы продовольственной безопас-



ности. В настоящий момент совхоз полностью обеспечивает жителей региона огурцами и намерен увеличить производство томатов с вводом в эксплуатацию первой очереди нового тепличного комплекса, который запланирован на этот год.

- Совхоз динамично развивается уже несколько лет, - отметил Валерий Лимаренко. - Вместе с руководством предприятия мы прикладываем к этому большие усилия. Наша общая задача – сделать так, чтобы обеспеченность сахалинцев и курильчан местным продовольствием была как можно выше, а необходимость завоза продуктов с материка минимальной.

За несколько лет совхоз «Тепличный», являясь резидентом ТЕР «Южная», реализовал масштабный проект по строительству в несколько этапов теплиц, создав условия для отказа от завоза на острова овощей закрытого грунта из Китая или других регионов страны. Проведена большая работа

по созданию в Южно-Сахалинске крупнейшего в регионе и на Дальнем Востоке предприятия по производству овощной продукции с применением современных разработок в области защищенного грунта. Автоматизированный комплекс заменил 6 гектаров морально устаревших теплиц, построенных в середине 1980-х годов.

Сегодня на площади 10 гектаров здесь круглый год выращивают более 8 тысяч тонн овощей защищенного грунта, на площади 86 гектаров – 4 тысячи тонн овощей открытого грунта, на площади 105 гектаров – более 3,7 тысячи тонн картофеля.

- В этом году планируем ввести в эксплуатацию первую очередь нового тепличного комплекса по производству овощей площадью 2,9 гектара, - рассказал генеральный директор предприятия Виктор Бутков. - Проект обеспечен объектами инфраструктуры - газовой котельной, водопроводом и газопроводом. Реализация проекта на первом этапе позволит увеличить валовой объем производства свежих овощей до 10 тысяч тонн в год.

- Особенно важно, что совхоз «Те-

пличный» ведет социально ответственную ценовую политику, - прокомментировала министр сельского хозяйства, торговли и продовольствия Сахалинской области Инна Павленко. - К примеру, цены на томаты и огурцы сейчас остаются на уровне марта прошлого года. У предприятия есть своя фирменная стационарная торговая сеть и автомагазины, совхоз принимает активное участие в ярмарках. Всё это также позволяет реализовывать продукцию по доступной для населения стоимости.

Большие перспективы на предприятии видят и в увеличении роста выращивания цветов. Сегодня совхоз выращивает 2,5 миллиона роз в год. Объем намерены увеличить вдвое за счет строительства нового тепличного комплекса.

Отметим, сегодня Сахалинская область сохраняет лидирующую позицию среди дальневосточных регионов по самообеспеченности овощами, уровень превышает 65 процентов. Основной объем составляют овощи защищенного грунта, прежде всего томаты и огурцы.

# Бизнес тоже поддержат

Губернатор Валерий Лимаренко провел заседание штаба по повышению устойчивости экономики. Новое оперативное звено укрепляет обратную связь бизнеса и власти и дает возможность руководителям сахалинского правительства сразу же принимать решения о мерах поддержки предпринимателей.

Сельхозтоваропроизводители и торговые предприятия попросили предусмотреть возможность авансирования мер государственной поддержки. Решение этого вопроса лежит на федеральном уровне. В островном регионе же сокращаются сроки предоставления субсидий. Заявки будут рассматриваться в течение 2-5 дней. Сахалинские власти приняли решение увеличить объем поддержки предпринимателей, которые обеспечивают регион продовольствием. На эти цели направят 3 млрд рублей. Увеличены субсидии на приобретение комбикормов и техники, содержание крупного рогатого скота, возмещение процентной ставки по кредитам. Этот комплекс мер призван повысить продовольственную безопасность региона, обеспечив стабильность работы агрокомплекса и сферы торговли.

- Сегодня одна из главных задач – исключить необоснованное

удорожание социально значимых товаров, - отметил заместитель председателя правительства Сахалинской области Антон Зайцев. - Создается цифровая платформа, с помощью которой можно будет отслеживать формирование стоимости на каждом этапе. В зоне особого внимания – сахар, мука, растительное масло, рис, гречка. При необходимости перечень важных продуктов будет расширяться.

На заседании оперативного штаба разобрали ситуацию в одном из социальных магазинов Томари. Сахар там продавался по 110 рублей, в то время как в оптовом звене его цена составляет 75 рублей. Сахалинское министерство сельского хозяйства и торговли поможет томаринскому предпринимателю сформировать оптимальную цепочку поставок и урегулировать цены. Кроме того, представители минсельхозторга напомнили, что сахар является одним из социальных товаров, а значит, для розничных сетей на него рекомендована наценка, не превышающая 15 процентов.

Строительные компании выразили обеспокоенность по поводу повышения стоимости зарубежных строительных материалов и оборудования. По словам заместителя председателя регионального правительства Сергея Олонцева, ведется адресная

работа со всеми застройщиками. По каждому объекту принимаются решения о применении отечественных и других доступных аналогов.

Сахалинское правительство приняло решение поддержать островных застройщиков на фоне существенного роста цен на строительные материалы – были повышены лимиты на стоимость государственных контрактов. В первую очередь пересчет предусмотрен на строительство жилых домов по программе переселения из аварийного фонда и социально значимых объектов. Благодаря этой возможности застройщики будут защищены от рисков резкого удорожания стройматериалов, а регион получит новые объекты социальной инфраструктуры, сохранит высокие темпы ввода жилья и рабочие места в строительной сфере.

- Большинство проблем, волнующих предпринимателей, мы разбираем в ручном режиме с руководителями органов власти, - сказал уполномоченный по защите прав предпринимателей в Сахалинской области Андрей Коваленко. - Недавно мы рассматривали вопросы по обеспечению продовольствием и доставке грузов и сняли обеспокоенность бизнеса по этим направлениям.

Глава региона подчеркнул, что сейчас как никогда важно эффективное взаимодействие бизнеса и власти. Обращения от бизнеса принимаются и оперативно рассматриваются на портале Сахалин.онлайн для бизнеса. Работает горячая линия в центре «Мой бизнес»: 8-800-222-0123.

# 140 лет в объятиях Сусуная

В Южно-Сахалинском городском округе одним из мероприятий, посвященных празднованию 140-й годовщины областного центра, является восхождение на десять вершин Сусунайского хребта. В предыдущих номерах нашей газеты публиковалась информация об условиях акции, также были подробно рассмотрены шесть из десяти вершин. И в завершение рассказа об этих десяти вершинах Сусуная будут рассмотрены оставшиеся четыре.

[ КОНСТАНТИН ЧЕПУРНЫЙ ]

## Пара «домашних» вершин

Российская и Московская – эти две горы видит каждый житель нашей столицы. Названия этим двум вершинам даны после освобождения южной части острова в память о нашей стране и ее столице.

Обе они находятся на ближайших к городу западных отрогах Сусунайского хребта, «подковой» охватывающих долину реки Еланки. Основные вершины, расположенные в этой «подкове», — это горы Большевик, Российская, Красная и Московская. Чуть восточнее от них отстоят две высоты поменьше – выше ледового дворца «Кристалл» гора Плоская и восточнее торгового комплекса «Сити-Молл» гора Покровская. Горы Большевик и Красная в представлении не нуждаются, тем более в зимнее время. Расположенные на их склонах горнолыжные трассы известны далеко за пределами области.

На гору Российскую общегородские восхождения организовывались ежегодно последние семь лет в июне ко Дню России. Из центральной части города вершину не видно в связи с тем, что ее закрывают соседние сопки, но она хорошо различима из южной части города. Вершина характерная, и спутать ее с другими сложно, представляет собой скальный треугольный пик, резко выделяющийся на хребте.

Летний подъем не сложен, тем более что пешая часть начинается с вершины горы Большевик и составляет около трех километров в одну сторону. Зимой гора по-своему прекрасна: зелень бамбука и стланика скрыта снегом и преобладают черно-белые тона: острый клык вершины, голые черно-серые скалы, с наброшенными на каменные полки сугробами на фоне ярко-синего неба.

С вершины можно вернуться обратно к подъемникам, но можно спуститься в долину реки Еланки, именуемую в народе «долина Туристов», и выйти к перекрестку улиц Больничной и Горького. Но в ходе зимних походов необходимо помнить, что в случае перехода горнолыжных трасс следует быть внимательным, чтобы не спровоцировать столкновение с лыжниками и сноубордистами. Также стараться минимально использовать для движения поверхность трасс, чтобы их не портить.

Гора Московская тоже известна многим – вдоль ее западных склонов расположен городской район Земляничные холмы. От одноименной конечной остановки автобусов и начинается традиционный маршрут на вершину протяженностью чуть менее пяти километров. Название горы относится к южной вершине высотой 571,5 метра. В километре севернее, за неглубокой седловиной, находится вторая, очень редко посещаемая вершина, высотой 536,8 метра.



Когда-то на южной вершине находилась отдельная радиолокационная рота войсковой части радиотехнических войск ПВО страны, но в ходе массового сокращения армии в 1980-90-е роту ликвидировали. И теперь об этом напоминают лишь круглые фундаменты-основания радиопрозрачных куполов, укрывавших антенны РЛС на верхней площадке, да остатки бетонных укрытий пункта боевого дежурства на нижней площадке. С тех времен к вершине сохранилась дорога, по которой на гору летом поднимаются подготовленные к бездорожью джипы, а зимой снегоходы. Подъем несложный, зимой и весной маршрут зачастую настолько накатан снегоходами, что можно подниматься в обычной обуви, без использования снегоступов. Раньше в январе на гору Московскую совершались массовые восхождения студентов Южно-Сахалинского педагогического колледжа, посвященные Дню студента, но в последние годы традиция забывается.

Те, кто хочет разнообразить маршрут, возвращаются с вершины в северо-западном направлении либо по тропинке, ведущей к ручью Московскому и далее вдоль его правого берега, либо по тропе, идущей по середине отрога. На русле ручья в его среднем течении любителями зимнего плавания оборудована купальня: ручей перегороден плотиной, на берегу построены мостки и ведущая в запруду лесенка. А на пути по отрогу неподалеку от тропы лежит хвостовая часть и детали разбившегося здесь истребителя МиГ-17. Сахалинское отделение «Поискового движения России» ведет работу по выяснению времени и обстоятельств катастрофы.

## Самый северный тысячник Сусуная

Гора Августиновича является самой северной вершиной Сусунайского хребта — она выше тысячи метров, ее западные склоны хорошо видны из района Новоалександровска. На этих склонах берут начало ручьи Лиговка и Мга, которые, сливаясь, образуют речку Красносельскую. В связи с тем, что подходы к вершине обильно заросли курильским бамбуком, а сама вершина густо заросла кедровым стлаником, предпочтительное время восхождения на нее – зимнее, когда растительность закрыта снегом, пре-

вращенным гуляющими здесь ветрами в крепкий наст. Вершина представляет собой плоскую площадку размером с футбольное поле, плавно поднимающуюся к востоку, где и находится ее самая возвышенная часть. Когда-то там находилась деревянная пирамидка знака отечественной геодезической сети, в настоящее время развалившаяся, также там лежат остатки знака японской геосети.

Вершина трудна в достижении из-за своей удаленности. Наиболее короткий маршрут к вершине проходит от дачных участков у реки Красносельской, затем вдоль ее течения и вдоль ее левого притока ручья Мга, выходя на южные склоны западного отрога горы. Длина этого маршрута от дачных участков до вершины — чуть более десяти километров. Также можно пройти семь километров от Буреинского карьера на гору Лугу, откуда до вершины останется пять километров. Лыжники часто кроме горы Августиновича проходят дальше на вершину горы Капустин Яр высотой 877 м, расположенную в трех километрах севернее, и, повернув по отрогу на запад, через гору Свирь возвращаются к окраине Новоалександровска. Есть и более сложный маршрут: от лесовозной дороги, идущей на юг от горы Быкова. Таким образом, в любом случае протяженность маршрута составляет более 20 км.

Вершина названа по имени врача Фомы Матвеевича Августиновича, работавшего в комиссии по обследованию каторжных работ на Сахалине под руководством В.И. Власова. Фома Матвеевич родился в Виленской губернии Российской империи в 1809 году. Сейчас большая часть бывшей Виленской губернии это территория Республики Беларусь, а меньшая — Литва, включая ее современную столицу Вильнюс, бывший русский губернский город Вильно. В 21 год он поступил на медицинский факультет Виленского университета, который окончил в 1835 году. Служил военным врачом, участник Крымской войны 1853-1856 гг. В 1871 году, после нескольких лет в отставке, перешел на службу в департамент МВД, тогда и отправился на Сахалин. Девять месяцев работал на посту Дуэ, и после возвращения в 1874 году в столицу были выпущены его заметки «Жизнь русских и инородцев на острове Сахалин».

Но это было не последнее посещение острова: Фома Матвеевич вновь посетил Сахалин в 1879 и 1880 году, в ходе сопровождения заключенных на судах Добровольного флота. Во время поездок вел дневники, собирал различные коллекции. Богатую коллекцию растений Дальнего Востока и Сибири в количестве около 40 тысяч образцов он передал Ботаническому саду Санкт-Петербурга. О поездке на Сахалин в 1880 году опубликованы «Заметки об острове Сахалин». Обе книги находятся в свободном доступе в национальной электронной библиотеке, а книга «Жизнь русских и инородцев на острове Сахалин» переиздана в 2007 году в Южно-Сахалинске.

Кроме вершины Сусунайского хребта его именем назван вид осоки.

## Имени героя-партизана

В семи километрах севернее горы Августиновича находится еще одна примечательная гора, хорошо видимая от села Березняки, — это гора Быкова. Пологая вершина высотой 954 метра, вытянутая с севера на юг, из-за отсутствия вблизи нее деревьев, зимой хорошо выделяется в хребте своей белизной. От села Березняки же проходит основной пешеходный маршрут восхождения на нее, начинающийся возле детского оздоровительного лагеря «Юбилейный». Этот маршрут облюбовали коммерческие фирмы, организующие снегоходные поездки на вершину. Путь идет вдоль правого притока реки Колки — ручья Косиха, и далее по отрогу горы. Расстояние до вершины — девять километров. На вершину ведет и лесовозная дорога, начинающаяся в четырех километрах севернее Новоалександровска и идущая вдоль ручья Колка на северных склонах отрога хребта. Летом по дороге можно полюбоваться симпатичным водопадом на ручье Колка, находящимся непосредственно возле дороги. Этим маршрутом ездят велосипедисты, расстояние от федеральной трассы до вершины — чуть более 16 километров.

Название горы призвано воскрешать в памяти трагические события Русско-японской войны 1904-1905 гг., пришедшей на русскую землю, которой являлся Сахалин. Капитан Василий Петрович Быков был одним из 12 офицеров, имеющих боевой опыт, приобретенный в боях с японцами в Маньчжурии, откомандированных в феврале 1905 года на Сахалин для организации боевой подготовки и командования партизанскими отрядами, сформированными для защиты острова. В столице острова на посту Александровского офицеров принял губернатор острова генерал-лейтенант Ляпунов М. Н. В марте 1905 г. из поста Александровский капитан Быков вместе с капитаном Полуботко Я.В. и штабс-капитаном Гротто-Слепиковским Б.В. и Дайрским И.Д. верхом отправились в пост Корсаковский. Всего в группе было шесть офицеров. Путь через сахалинскую тайгу протяженностью около шестисот километров был преодолен за две недели.

В посту Корсаковский Василий Петрович Быков начальником обсерватории Южного Сахалина полковником Арцишевским И. А. был назначен начальником 1-й партизанской дружины 5-го партизанского отряда, который дислоцировался в районе селения Найбучи, расположенного при устье реки Найбы. Дружина насчитывала около двухсот человек, включая тех,

кто находился на постах вдоль побережья острова, выставленных для поимки бродяг. На вооружении дружинников состояло несколько винтовок Мосина, но в основном были винтовки системы Бердана. Также у дружины имелось 12 вьючных лошадей.

23 июня 1905 года с Крильона был замечен идущий в Корсаковский пост японский флот, о чем оповестили отряд Быкова. Через сутки, 25 июня, полковник Арцишевский извещает Быкова о прекращении с ним связи, без отдачи указаний и постановки задач. Дружина, действуя из засад, наносит поражение японским войскам, 1 июля в районе села Романовского уничтожает разведывательный отряд противника численностью около 20 кавалеристов, а 9 июля в долине реки Найбы группу японской пехоты около 150 человек.

18 июля, в условиях накопления противником живой силы, Быков принимает решение уходить на север. Перевалив из долины Найбы через хребет, отряд вышел к селению Отосан (Фирсово), где уничтожил обстрелявшую их из плывущего кунгаса группу японцев. Когда отряд прибыл в селение Сирароко (Взморье), где находился телеграф, то узнали, что телеграф уничтожен, а трое дружинников отправленные ранее с телеграммами, были убиты здесь айнами. Отряд отправился дальше. В Найро узнали, что отправленная на усиление отряда команда штабс-капитана Сомова в количестве более 100 дружинников получила распоряжение генерала Ляпунова возвращаться и сдаться в плен японцам без боя, что и было ей выполнено. Капитан Быков принял решение уходить на материк. В посту Тихменевском, захватив восемь кунгасов и вельбот, всей дружиной прошли морем вдоль северного берега залива Терпения, перетащив плавсредства в узком месте через мыс Терпения, следовали далее севернее. На восьмые сутки пути, попав в шторм, дружинники вошли в озеро. После шторма, оставив кунгасы и наняв проводника из гиляков, через тайгу и горные хребты, в течение семи суток отряд шел к мысу Погиби. Там защитники острова встретились с группой русских из шести офицеров и около 20 дружинников под командованием исполняющего обязанности военного прокурора на Сахалине полковника Новосельского, которые так же не собирались сдаваться в плен. Объединившись, отряды прошли еще 60 километров на север от мыса Погиби, где наняли гиляка доставить пакет и дружинников в Николаевск. Через несколько дней, 23 августа, за ними пришло судно. Всего, пройдя около 900 км по Сахалину, капитан Василий Быков вывел более 200 человек, потеряв в боях и умершими около пятидесяти.

Кроме этой вершины его именем назван мыс, лежащий в 13 км восточнее, а также когда-то шахтерский поселок, а ныне село в Долинском районе.

Итак, в трех материалах были рассмотрены десять вершин ближайшего горного соседа Южно-Сахалинска — Сусунайского хребта. Не надо забывать, что за каждым названием стоит история: история наших соотечественников, нашей области, нашей Родины. Походы в горы закаляют волю, укрепляют здоровье, дарят незабываемые виды и впечатления. Всем желающим совершить восхождение — удачи и хорошей погоды, и пусть вершины станут ближе!



В российский прокат 5 марта вышла французская мелодрама «Эта безумная любовь», снятая Режисом Руансаром по роману Оливье Бурдо «В ожидании Божанглаза». В центре картины – Камилл и Жорж, чье случайное знакомство переросло в счастливый брак. Эффектная пара живет роскошно и ярко, они бегут от скуки и банальности, их игры эпатажируют окружающих и даже кажутся безумными. Но однажды Камилл заболевает и перестает различать, где кончается игра и начинается реальное безумие. Роль любящего мужа, которому приходится подыгрывать Камилл, исполнил популярный актер Ромен Дюрис. Он рассказал о погружении в образ, страсти к танцам и любви, ради которой можно вынести себя за скобки.

[КИНО-ТЕАТР.РУ]

**- О чем вы думали, узнавая ближе своего Жоржа?**

- Что мы с ним похожи. Как у каждого из нас, в его жизни радости идут рука об руку с печалью, но он не унывает. Такое отношение к жизни мне близко. Какие бы неприятности меня не одолевали, я всегда надеюсь на лучшее. Видя, как его жена постепенно сходит с ума, Жорж старается сделать всё, чтобы она продолжала верить во что-то реальное. Он толкает её к любви, к жизни, наполняя ее весельем. Но это более тонкое и продуманное веселье, чем то, что обычно заставляет нас смеяться, – это его выбор. Я проникся.

**- Вы читали книгу Оливье Бурдо?**

- Нет. Обычно я чувствую необходимость прочесть оригинал перед съемками, мне кажется, это хорошо для фильма и помогает мне лучше вжиться в образ моего героя. Но роман «В ожидании Божанглаза» я читать не захотел. И дело не в отсутствии интереса или любопытства. А в том, что изучая сценарий, я видел Жоржа свободным человеком, которому скорее присуще играть со своей природой и радостью. В романе я бы не нашел ответы на свои вопросы, а лишь загнал бы себя в рамки. Мне предстояло придумать свои собственные коды к этой роли.

**- Из радостного, беззаботного и болтливого парня, каким он был вначале, Жорж превращается в своего рода телохранителя Камилл.**

- Потому что и это тоже любовь! Ради любви мы готовы вынести себя за скобки. Это благородно, опасно и, к счастью, происходит не всегда. В случае Жоржа он жертвует собой, предлагая Камилл заведомо искусственное счастье. И стремится дать своему сыну самую красивую жизнь, сохранив его беззаботность и детские мечты. «Твоя мама не такая, как все, – сказал он ему. – Она особенная и тебя не должны пугать её выходки». Он пытается найти слова, чтобы успокоить ребенка. Этот диалог между отцом и сыном очень трогательный.

**- Солан Мачадо Гранер, маленький мальчик, который играет Гэри, присоединился к съемкам в последний момент.**

- Мы знали, что у Режиса были проблемы с поиском ребенка на роль Гэри, и мы слегка волновались. Но как только он нашел Солана, все

# Ромен Дюрис: «Я всегда надеюсь на лучшее»

мои опасения тут же улетучились. Режис сказал мне: «Вот увидишь, вы отлично поладите», и оказался прав. Мы с Соланом моментально сблизились. В этом есть не только заслуга режиссера, но и магия кино. Вам «выдают» возлюбленную, сестру, ребенка и тут же, волшебным образом, между вами устанавливаются особые, трепетные отношения. В идеале, конечно. С Соланом всё оказалось еще круче, потому что он особенно умен, обладает отличными актерскими данными и умением слушать. На съемочной площадке он был бесподобен.

**- Расскажите нам о своей партнерше Виржини Эфире.**

- Я всегда заранее рад всем своим партнерам, у меня нет предубеждений; я знаю, что магия кино сделает свое дело. Еще до начала съемочного процесса, Виржини и я часто виделись на репетициях танцевальных сцен с нашими замечательными хореографами Марион Мотин и Мехди Керкушем. Искра между нами пробежала сама собой. Виржини очень страстно и прилежно относится к работе. Видно, что она всегда крайне требовательна к своей игре и выкладывается по максимуму, без каких-либо ограничений.

**- В фильме танец, кстати, занимает важное место. А в жизни вы танцуете?**

- Моя мать была танцовщицей, это у меня в крови. Танец – искусство, которое меня очаровывает и которое я очень уважаю. Я знаю, что такое отработать хореографию; ребенком я отдавался этому процессу с жадностью, но понастоящему никогда танцами не занимался. Я разучивал движения для определенных ролей, но вообще танцевать люблю и всегда делаю это с удовольствием. Помимо страсти к танцам, мне нравится возможность практиковаться для роли в чем-то новом. Эта параллельная деятельность словно подхватывает меня и переносит в другое место, укореняя в моем персонаже и отдаляя от себя самого.

**- Большую роль в фильме играет сцена вечеринки. Какие у вас сохранились о ней воспоминания?**

- Мы снимали ее несколько дней. Режис как большой любитель музыки выбрал очень заводные произведения. Мы все были в отличном настроении. Эта вечеринка должна была стать апогеем радости и счастья этой пары до того, как на них обрушится печаль. Нам нужно было выглядеть счастливыми, чуть ли не дурачками, и не бояться этого.

**- В фильме есть волнующий эпизод, когда Камилл абсолютно голая, в одной лишь шапке, уходит «купить устриц». Жорж, ваш персонаж, устремляется за ней, тоже голый, чтобы придать ее выходке видимость нормальности и превратить ее в акт любви. От этой сцены одновременно и радостно, и жутко.**

- Это очень мощная сцена. Играть в ней было невероятно, потому что она еще сильнее подчеркивает глубину чувств в этой паре. «Да, любимая, ты прекрасна, смотри, я совершенно голый перед тобой», – как бы говорит Жорж Камилл. Но глубоко внутри ему страшно: «Каким, черт возьми, будет ее следующее безумство?» Но чтобы хорошо сыграть эту сцену, нужно докопаться до ее сути, осознать ее скрытый смысл; в ней нет места фальши. И потом, как красиво герой скрывает свою тревогу, оборачивая всё в невинную шалость.

**- Помимо танцев, как еще вы готовились к роли?**

- Режис дал мне посмотреть несколько фильмов, но после сказал, что смотреть их было не обязательно, они мне не нужны, что я могу в большей степени опираться на то, что уже знаю о 60-х годах и свой собственный опыт. Играя Жоржа, я действительно черпал вдохновение в том, как мне самому удавалось обрести оптимизм и радость после выхода из сложных ситуаций. А потом Жорж очень сосредоточен на других. Иногда я приходил на съемочную площадку и включал режим созерцания: я смотрел на сына, на жену, на своего друга л'Ордюра – и делал это с любовью. Я словно поглощал их энергию и состояния, чтобы потом направить к радости.

**- Расскажите о л'Ордюре, которого играет Грегори Гадебуа?**

- Грегори – мой друг. Он великий актер. Я наслаждаюсь каждым его словом и движением. Мне сложно отделить его от л'Ордюра, столько в нем великодушия. О таком друге можно только мечтать, находясь в отношениях: он всегда рядом, и в счастье, и в беде.

**- Насколько вам был важен стиль одежды в этом фильме?**

- Всегда интересно, каким «соусом» меня приправят, но я полностью доверяю режиссеру. Я проникаюсь его идеями и атмосферой, которую он хочет создать. Я актер, важно оставаться на своем месте.

**- Как вам в целом работало с Режисом Руансаром?**

- Он позволяет своим актерам проживать сцены и вмешивается только в том случае, если хочет добавить какую-то идею или у него другое видение последовательности. К рабочему процессу Режис подходит очень серьезно. Но каким бы дотошным и щепетильным он ни был, у него есть понимание, что мы не роботы и рано или поздно должны впустить в игру жизнь.

**- Вы снимались в первом полнометражном фильме Режиса «Любовь на кончиках пальцев». Это ваша вторая совместная работа. Похоже, вам нравится сниматься у дебютантов (Тони Гатлиф, Седрик Клапиш) и далее следовать по их творческому пути.**

- Вы правы. Мне очень повезло встретить этих людей на начальном этапе их режиссерской карьеры. Я нахожу что-то трогательное в «первых шагах». И мне нравится видеть их снова: для меня каждый раз большая честь, когда они перезванивают. Мы знаем друг друга, а когда не нужно притираться, дела идут быстрее.

**- Вы также наблюдаете их развитие...**

- Да. Я видел, что Режис полностью вложил в съемки «Любовь на кончиках пальцев». Он был буквально одержим своей историей, она полностью им завладела. Он не упускал ни одной детали, это было приятно видеть.

**- Вы постоянно снимаетесь. Что это, совпадение графиков или жадность?**

- Я бы сказал, здоровый аппетит. Я везунчик: мне предлагают роли, от которых я не могу отказаться, поэтому снимаюсь. Большая роль или маленькая – совершенно неважно, принимая решение, я никогда не думаю о карьере.



# Гороскоп на неделю

с 21 по 27 марта



**Овен.** Звезды даруют Овнам приятные домашние хлопоты перед приходом гостей. Хозяйки-Овны могут поэкспериментировать в области кулинарии и приготовить новое вкуснейшее блюдо.



**Весы.** В данный период у вас формируется новый взгляд на нормы общественного поведения и общественной морали. Взрослые будут экспериментировать со своими друзьями и родственниками.



**Телец.** Для вас это неделя встреч с родственниками, приезда кого-то издалека, получения срочных сообщений, междугородних телефонных звонков. Сейчас следует обезопасить свою семью от заболеваний.



**Скорпион.** В данный отрезок времени вами приобретается способность «выходить сухим из воды», ловко лавировать, умело пользоваться своими силами и принципами психологической атаки.



**Близнецы.** Для вашего знака наступает «великое время знакомств», можно сказать – «братаний», так как приближается самое важное для вас событие следующего пятилетия.



**Стрелец.** Стрельцы сейчас живут не сегодняшним днем, они даже могут не замечать, во что одеты, что едят, с кем живут. В данное время они стремятся к своей заветной цели.



**Рак.** На этой неделе покоряйте своих возлюбленных, дарите им цветы и пикантные подарки, исполняйте романсы под их окнами. Все поссорившиеся могут сейчас помириться.



**Козерог.** На этой неделе у женщин-Козерогов проявятся эстетические дарования, обострится чувство прекрасного – вы ощутите себя модельером или дизайнером. Не бойтесь новых встреч.



**Лев.** В данное время благоприятны занятия физкультурой на свежем воздухе, водные процедуры. Многие Львы должны сейчас почувствовать прилив свежих сил, правда, через одну достаточно конфликтную ситуацию.



**Водолей.** Несмотря на мировые проблемы, вашу душу терзают внутренние сомнения и противоречия: правильно ли вы поступаете, имеете ли вы право так говорить и переделывать окружающий мир?



**Дева.** Звезды сподвигнут вас сейчас на решение вопросов социальной защищенности: вы будете обращаться в суды, в ЖЭК, требовать повышения оплаты труда, обращаться в профсоюзы.



**Рыбы.** Будьте осторожны в личных делах и любви. «То густо, то пусто». Сейчас немного пусто, но не беспокойтесь – данное время быстро пройдет, так что готовьтесь к значительным событиям в вашей жизни!

## понедельник, 21 марта

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 Доброе утро 09.35 Информационный канал (16+) 17.00 Новости 17.25 Информационный канал (16+) 20.00 Новости 020.15 Информационный канал (16+) 22.00 Сериал «Янычар» (16+) 22.55 Большая игра (16+) 23.55 Документальное расследование 01.00 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 Вести 11.30 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Кто против? (12+) 17.00 Вести 17.30 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Елизавета» (16+) 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 01.00 Сериал «Годунов. Продолжение» (16+) 02.05 Сериал «Земский доктор» (12+) 03.30 Сериал «Семейный детектив» (16+)	06.35 Сериал «Возвращение Мухтара» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч судьбы» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч судьбы» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня 21.00 Сериал «Порт» (16+) 00.15 Сегодня 00.40 Сериал «Пёс» (16+) 04.35 Сериал «Береговая охрана» (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, 22.00, 22.30, 23.00, 00.00, 00.30, 01.00, 02.00, 02.30, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Сахалин в цифрах (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 блин (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, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 21.30, 23.30, 01.30, 03.30, 05.30 Спичка 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Новостя (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Наши в YouTube (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Yandex всплески (12+)	06.00 Наше кино. История большой любви. «Пираты XX века» (12+) 06.10 Сериал «Нюхач-2» (16+) 11.00 Новости 11.10 Белорусский стандарт (12+) 11.20 Сериал «Нюхач-2» (16+) 14.00 Новости 14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 15.10 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 16.05 Дела судебные. Новые истории (16+) 17.00 Новости 17.15 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 18.10 Мировое соглашение (16+) 19.05 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.10 Игра в кино (12+) 21.55 Слабое звено (12+) 22.55 Слабое звено (12+) 23.55 Назад в будущее (16+) 00.50 Сериал «Свои» (16+) 03.00 Фильм «Частная жизнь Петра Виногорова» (16+) 04.25 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 05.10 Дела судебные. Новые истории (16+) 05.50 Сериал «Экспроприатор» (16+)	05.20 Сериал «На безымянной высоте» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Специальный репортаж (16+) 09.35 Фильм «Первый троллейбус» (12+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.30 Не факт! (12+) 14.05 Сериал «Высший пилотаж» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.20 «Оружие Победы». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (16+) 18.50 «Война миров». Док. сериал (16+) 19.40 Скрытые угрозы (16+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня (16+) 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Сериал «Закон & порядок. Отдел оперативных расследований-3» (16+) 01.35 Фильм «Первый троллейбус» (12+) 03.00 «Особый отдел. Контрразведка». Док. фильм (12+) 03.40 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 03.50 Сериал «Высший пилотаж» (16+)	07.30 Предсказания. 2022 (16+) 07.50 По делам несовершеннолетних (16+) 09.55 Давай разведемся! (16+) 10.55 Тест на отцовство (16+) 13.10 Понять. Простить (16+) 14.15 Порча (16+) 14.45 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 15.55 Сериал «Радуга в небе» (16+) 20.00 Сериал «Акварин» (16+) 00.05 Сериал «Женский доктор-2» (16+) 02.00 Эффект Матроны (16+) 07.05 По делам несовершеннолетних (16+)  <b>ПЯТНИЦА!</b> 06.00 Сериал «ИП Пирогова» (16+) 06.20 Сериал «ИП Пирогова» (16+) 06.50 Сериал «ИП Пирогова» (16+) 07.10 Сериал «ИП Пирогова» (16+) 07.40 Пятница News (16+) 08.00 На ножах (16+) 09.10 На ножах (16+) 10.10 На ножах (16+) 11.20 На ножах (16+) 13.00 Адская кухня (16+) 15.20 На ножах (16+) 16.30 На ножах (16+) 17.30 На ножах (16+) 18.40 На ножах (16+) 19.40 На ножах (16+) 20.40 На ножах (16+) 21.50 На ножах (16+) 22.50 На ножах (16+) 23.00 Детектор (16+) 00.10 Сериал «Две девицы на мели» (16+) 00.50 Сериал «Две девицы на мели» (16+) 01.20 Сериал «Две девицы на мели» (16+) 01.50 Сериал «Две девицы на мели» (16+) 02.20 Пятница News (16+) 02.50 Адская кухня (16+) 04.20 Пятница News (16+) 04.40 Зов крови (16+) 05.10 Зов крови (16+) 05.40 Пятница News (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Глухарь» (16+) 06.35 Сериал «Глухарь» (16+) 07.20 Сериал «Глухарь» (16+) 08.05 Сериал «Глухарь» (16+) 09.00 Сериал «Глухарь» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Бирюк» (16+) 12.15 Сериал «Бирюк» (16+) 13.05 Сериал «Бирюк» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Батальон» (16+) 15.25 Сериал «Батальон» (16+) 16.25 Сериал «Батальон» (16+) 17.25 Сериал «Батальон» (16+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.55 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.45 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «След» (16+) 03.05 Сериал «След» (16+) 03.40 Сериал «След» (16+) 04.20 Сериал «Детективы» (16+) 04.50 Сериал «Детективы» (16+) 05.20 Сериал «Детективы» (16+)

**ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА»**  
49-16-06

**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

**ОБЪЯВЛЕНИЯ**  
НЕДВИЖИМОСТЬ

**ПОКУПКА**

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

- Куплю 2-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю 3-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю частный дом. Тел. 44-77-30.
- Куплю 2-комн. квартиру (брежневку) в 9 мкрн. Тел. 44-77-30.
- Куплю 3-комн. квартиру в 11

но-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

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

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

**Женщина 40 лет познакомится с мужчиной (русским или корейцем) старше 40 лет. Для встреч.**  
**600-969**





четверг, 24 марта

Table with 8 columns (channels: 1, Россия 1, НТВ, АСТВ, МИР, Звезда, D, 5 Пятый Канал) and rows of program schedules for Thursday, March 24. Includes program titles, times, and ratings.

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

В ТЦ «Панорама» сдаются в аренду торговые помещения от 10 кв. м и торговые павильоны. 488-424

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

пятница, 25 марта

Table with 8 columns (channels: 1, Россия 1, НТВ, АСТВ, МИР, Звезда, D, 5 Пятый Канал) and rows of program schedules for Friday, March 25. Includes program titles, times, and ratings.

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06

Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31. Includes image of a laptop and a mug.

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

суббота, 26 марта

Table with 8 columns representing TV channels: 1, РОССИЯ 1, НТВ, АСТВ, МИР, ЗВЕЗДА, D, ПЯТЫЙ КАНАЛ. Each column lists program titles, times, and ratings.

Advertisement for 'Отдел рекламы «Телемира»' with phone number 49-16-31 and an image of a woman.

воскресенье, 27 марта

Table with 8 columns representing TV channels: 1, РОССИЯ 1, НТВ, АСТВ, МИР, ЗВЕЗДА, D, ПЯТЫЙ КАНАЛ. Each column lists program titles, times, and ratings.

Advertisement for 'Отдел рекламы «Телемира»' with phone number 49-16-31 and an image of a woman.

# Минеральная вода:

Сегодня мы подробно рассмотрим напиток, который настоятельно рекомендуют употреблять на регулярной основе. Выясним, чем полезна минеральная вода, что у нее за состав, как она помогает лечить те или иные заболевания, какой вред она может нанести организму. Вопрос побочных эффектов особенно важен, ведь в красочной рекламе не говорят об «обратной стороне медали».

Продается она сегодня буквально везде, от супермаркетов до аптек. Включать ее в свой ежедневный рацион советуют фитнес-тренеры, ее по рецепту выписывают врачи. А уж сколько народных средств придумано на ее основе, и некоторым из них приписывают чуть ли не чудодейственную силу. Так ли правы все эти специалисты, верна ли молва? Давайте разбираться, обращая внимание как на очевидные плюсы, так и на возможные минусы ее употребления.

## Откуда берется?

Это напиток природного происхождения (исходно), причем именно подземного. По своей сути это жидкость, которая проходит через слои земной коры и насыщается микроэлементами.

И вот здесь есть интересный парадокс: с одной стороны, чем глубже она залегает, тем богаче может быть ее состав, хотя бы в теории, ведь она способна охватить больше пластов по пути наружу. С другой, забор со скважины в 25 м на практике оказывается гораздо чище, чем с источника в 5 м, потому что основные загрязнители – это химические отходы, стоки и прочие побочные продукты человеческой деятельности, а они сосредоточены ближе к поверхности.

## Химический состав и калорийность

У чистой  $H_2O$ , взятой из природного источника, практически нет белков, углеводов или жиров, поэтому количество ккал у нее стремится к нулю.

Но есть компонент, в значительной степени определяющий свойства, которыми обладает минеральная вода: польза и вред для организма зависят от характера солей, содержащихся в напитке. Катионы  $Ca^{2+}$  приносят один эффект,  $K^+$  – уже другой,  $Mg^{2+}$  – третий. Поэтому те же врачи, при грамотном и ответственном подходе, при разных болезнях рекомендуют различные ее виды (или даже конкретные бренды вроде Боржоми или Ессентуки).

Естественно, какие-то элементы присутствуют в любом случае: это частицы железа, магния, натрия, кальция, гидрокарбоната, сульфата, фторида, хлорида – просто потому, что они так или иначе содержатся в земле. Вопрос в их концентрации, а это уже зависит от бассейна, то есть от места залегания жидкости (если она природного происхождения), от того, сколько по времени она находится под землей и через какие породы протекает по пути наружу.

## Чем отличается

Прежде чем говорить о ее пользе или вреде, нужно сравнить ее с другими питьевыми вариациями  $H_2O$ . Этим и займемся, так в чем же отличие от:

- артезианской. Этот тип добывается из скважин, характеризуется особенной чистотой и считается ценным естественным ресурсом. Находится в «карманах», расположенных между водоупорными пластами (которые вскрываются бурением) и поэтому содержит так мало примесей. Разница в том, что она необязательно насыщена солями – в ее составе может вообще не быть магневых, железистых или других соединений. Но пить ее обычно допустимо прямо в первозданном виде;

- газированной. Основная особенность данной вариации понятна уже из ее названия – она содержит  $CO_2$  (в допустимой концентрации), а вот нужных микроэлементов у нее может уже и не быть. В то время как вся польза минеральной воды для организма человека основывается именно на том, что она насыщена важными для



нас веществами. А уж обогатить ее газом вообще не проблема (чем и занимаются многие бренды); - обычной. В банальной пресной  $H_2O$  нет вообще никаких «добавок» от природы – ни карбонатных или сульфатных, ни биологически активных. Хотя сегодня можно ввести их искусственным путем, что и делают в промышленных условиях. В таких случаях на первый план выходит качество контроля производства, соблюдение межгосударственных и отраслевых стандартов, уровень заботы о потребителях. И это еще одна причина, по которой следует с настороженностью относиться к новым маркам на рынке и отдавать предпочтение именно тому напитку, который рекомендовал личный врач или диетолог (если специалист выписал рецепт).

## Лечебные свойства

Еще в XVII-XVIII веке русские дворяне традиционно ездили на различные курорты, которые базировались возле природных источников. Что уж говорить о современности: сегодня тот эффект, который может дать насыщенная микроэлементами  $H_2O$ , используется для борьбы с многочисленными заболеваниями. Рассмотрим основные случаи.

**При сахарном диабете.** Это системная и хроническая проблема, которую в настоящий момент пока нельзя устранить, но можно по крайней мере не давать ей развиваться. Поддерживать стабильный обмен веществ вполне реально при помощи вдумчивого питания. И обязательной частью ежедневного рациона в таких условиях становится напиток без сахара или углекислоты, но зато богатый нужными солями – он позволит:

- нормализовать уровень глюкозы;
- повысить выработку инсулина;
- снизить холестерин;
- вывести лишние жидкости;
- активизировать выделение желудочного сока;
- улучшить пищеварение и работу ЖКТ.

**При панкреатите.** При сбоях поджелудочной многие врачи рекомендуют пить минеральные воды: польза для человека заключается в том, что жидкость прочищает протоки и таким образом способствует отторжению застоявшейся слизи. И болевые ощущения уже во время приступов она снимает, облегчая общее самочувствие пациента.

Но важно понимать, что  $H_2O$  в данном случае является именно целебным средством, принимать ее нужно дозированно и в определенных ситуациях (при проявлении синдрома). Ну и

назначать такое лекарство должен врач, вплоть до конкретного бренда, количества и объема порций.

**При гастрите.** В этой ситуации она помогает:

- регулировать уровень кислотности;
- контролировать выделение слизи в желудке;
- снимать боли.

В результате при комплексном подходе исчезает изжога, стабилизируется пищеварение (конкретно – выработка ферментов), даже силы потихоньку возвращаются – наблюдается приток энергии. Но лечиться нужно только на основании комплексного обследования, по утверждению гастроэнтерологом курсу терапии, а не пытаться поправлять здоровье самостоятельно. Иначе, при неправильном выборе, вполне реально усугубить проблему.

Например, обогащенная щелочью минеральная вода вредна для здоровья при пониженной кислотности – она только усилит ощущение тяжести, но никак не обезопасит стенки желудка от повреждений. Она может дать лишь ложное чувство защищенности: пьющие ее люди будут думать, что они на пути к победе над гастритом, а дождутся лишь ухудшения своего состояния.

**При расстройствах кишечника.** Она хороша тем, что эффективно выводит шлаки с токсинами. Достаточно принимать по 100 ее миллилитров за полчаса до еды, чтобы стабилизировать работу ЖКТ, а это уже обернется общим улучшением самочувствия.

**При проблемах с печенью.** Обратите внимание, у этого важного органа нет нервных окончаний, поэтому заметить болезнь вовремя сравнительно сложно. Чтобы выявить беду на ранних стадиях, когда лечение будет максимально эффективным, следует регулярно проходить профилактические осмотры.

Систематическое употребление минеральной воды вызывает следующие позитивные изменения:

- приводит в норму солевой баланс;
- повышает регенеративные свойства клеток;
- ускоряет выход желчи;
- улучшает снабжение клеток кислородом, а значит, и кровообращение.

**При отравлении.** Любое такое состояние сопровождается расстройством пищеварения и функционирования ЖКТ, а значит, диареей и рвотой, выведением из организма нужных микроэлементов – вплоть до летального исхода из-за обезвоживания. Поэтому так необходима

$H_2O$ : она способствует восстановлению pH-баланса, поможет вернуть кальций, магний и другие утраченные компоненты, успокоит раздраженные ранее слизистые.

Главное – не есть в течение суток после интоксикации, заменив еду жидкостью. Причем лучше чередовать Боржоми, Ессентуки (или другую, подходящую по уровню кислотности, но негазированную) с обычной пресной. Следует принимать по полтора ее стакана (не больше двух) через каждые 2 часа, причем лучше предварительно подогретых – это ускорит моторику кишечника.

Также она помогает справиться с запорами и геморроем, подагрой и холециститом, колитом и глубоким кашлем.

## Классификация минеральной воды

**По способу происхождения.** Может быть двух вариантов:

- натуральная – забирается напрямую из естественного источника;
- искусственная – обычная пресная, в которой растворяются микроэлементы: также ее можно дополнительно газировать.

Нельзя однозначно сказать, какой вид лучше, так как оба могут быть одинаково хороши, особенно при правильном подборе дозировки кальция, магния и других компонентов во втором случае.

**По степени минерализации.** Бывает трех типов:

- столовая – концентрация полезных веществ до 1 г/дм<sup>3</sup> – ее можно использовать в рационе хоть ежедневно;
- лечебно-столовая (комбинированная, смешанная) – показатель уже от 1 до 10 г/дм<sup>3</sup> – подходит для здоровых людей и периодического питья (профилактических курсов) с целью предупреждения развития болезней;
- лечебная – с насыщением микроэлементами от 10 г/дм<sup>3</sup> – не подходит для ежедневного употребления; нужна для устранения конкретной проблемы и поэтому назначается доктором.

**По химическому составу.** Есть пять категорий:

- щелочная – восстанавливает силы организма, регулярно испытывающего значительные физические нагрузки; ориентирована на спортсменов, но также показана диабетикам и лицам с инфекциями, но никак не тем, кто страдает от

# ПИТЬ ИЛИ НЕ ПИТЬ?



гастрита (так как стимулирует выработку желудочного сока);

- сульфатная – подходит для тех, у кого есть проблемы с печенью, лишним весом, желчным пузырем, уровнем сахара в крови. Внимание, вред от минеральной воды, насыщенной  $SO_4$ , заключается в замедлении роста костей и блокировке усваивания кальция, поэтому ее не рекомендуют беременным, детям, подросткам;

- хлоридная – улучшает состояние печени и работу ЖКТ, но категорически противопоказана тем, у кого повышенное давление или аритмия;
- магниевая – оказывает антистрессовый эффект, расслабляя нервную систему, но важно не пить ее сверх нормы, иначе это может обернуться желудочными расстройствами;

- смешанная (комбинированная) – содержит сразу несколько микроэлементов в примерно равных (минимальных) количествах; обычно используется для общей профилактики.

Также по концентрации биологически активных веществ выделяют азотные, йодистые, бромистые и другие подвиды.

## Как влияет на организм

Как минеральная вода влияет на организм: ее позитивный эффект. Рассмотрим плюсы ее регулярного употребления.

### Общая польза:

- нормализация выработки желудочного сока и стабилизация уровня его кислотности;

- активация ферментов, налаживающих работу ЖКТ;

- улучшение оттока желчи и профилактика мочекаменной болезни;

- предотвращение вымывания кальция;

- восстановление щелочного баланса с обеспечением организма нужными солями и микроэлементами;

- ускорение кровообращения за счет насыщения клеток кислородом;

- восстановление функций кишечника.

**Для женщин.** При систематическом приеме она успокаивает нервную систему, избавляя от симптомов депрессии. Кроме того, активизирует метаболизм и нормализует обменные процессы, что позволяет стабилизировать пищеварение,

сбросить вес и вывести влагу из организма. Также она питает кожу, ногти, волосы.

**Для мужчин.** Те, кто наслаждается ею регулярно, укрепляют тонус мышц и меньше устают; Более того, мозг этих людей начинает работать активнее, а незначительные расстройства ЖКТ исчезают, что только способствует притоку энергии, а значит, и улучшению настроения и общего самочувствия в целом.

**При беременности.** Полезно ли пить минеральную воду будущим мамам? Да, но только если она столовая, не содержит в своем составе газа и небогата солями. В таком случае она поможет снизить неприятные ощущения во время токсикоза и восполнить запас микроэлементов. Хотя ее прием в любом случае должен быть согласован с наблюдающим врачом.

**При грудном вскармливании.** Рацион питания должен быть особенно сбалансированным в период лактации, когда в молоко поступают все вещества, содержащиеся в продуктах. Поэтому по поводу любого нового напитка, в том числе столового или лечебного, следует проконсультироваться с ведущим случай педиатром.

**Для лица.** Полезное влияние минеральной воды на организм человека наблюдается не только при приеме внутрь, но и при наружном использовании. Если она негазированная, можно:

- заморозить ее в кубики и протирать ими нос, лоб, щеки – это даст тонизирующий эффект;

- смешать со сбором ромашки и сделать маску, которая за несколько сеансов снимет отечность;

- умываться ею (если она богата солями) – это снизит уровень жирности кожи;

- вскипятить, добавить календулу и делать таким составом примочки (оставляя на 10-15 минут) – поможет удалить грязь из пор.

**Для детей.** Системы и органы ребенка активно формируются, значит, режим его питания должен быть максимально правильным. Поэтому педиатры не советуют поить грудничков минералкой – делать это допустимо уже после года, и то следует использовать только столовые сорта. Лечебные или смешанные подходят только с 7 лет (или в исключительных случаях, согласованных с докторами).

**При похудении.** Когда мы сидим на диете, вместе с лишними килограммами мы теряем и полезные вещества, запас которых необходимо восполнять. С этой задачей справится богатая микроэлементами  $H_2O$ , которая также нормализует обменные процессы, понизит аппетит, стабили-

зирует работу ЖКТ, выведет ненужную жидкость.

## Противопоказания и вред

При неправильном употреблении вместо позитивного эффекта она может дать негативный. Так, нельзя:

- смешивать ее с алкоголем – со временем такие коктейли спровоцируют серьезное расстройство пищеварения;

- сильно ее охлаждать – это приводит к язве желудка;

- пить ее в огромных количествах – это чревато появлением камней в почках и даже нарушением обменных процессов со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Повторимся, лучше согласовать вопрос ее систематического приема с семейным доктором.

Чем опасна газированная минералка? Это именно та, которая продается в магазинах, и обычно она насыщена газом – не для приятных ощущений, а чтобы дольше хранилась. Так что разумнее делать выбор в пользу сорта «без пузырьков», тем более что  $CO_2$  повышает кислотность, что сопровождается вздутием, болями ощущениями и даже развитием гастрита. Состояние кожи при этом ухудшается, причем достаточно серьезно.

И она просто противопоказана язвенникам, людям с нарушенным pH-уровнем, лицам, страдающим от метеоризма, беременным и кормящим. Остальные могут наслаждаться ею, но в разумных количествах.

## Сколько можно пить в день

Прочитав, как влияет минеральная вода на организм человека, кто-то может захотеть заменить ею обычную. Делать этого нельзя – употреблять ее допустимо только в профилактических целях, при повышенных физических нагрузках, при резкой потере солей и микроэлементов в результате стресса, отравления, теплового удара.

При отсутствии проблем с почками и ЖКТ суточная норма столового сорта составляет 500 мл. Но это общая цифра, а конкретную стоит уточнить у врача. Более того, к доктору просто необходимо обращаться тогда, когда вы планируете включить в свой рацион лечебный вид  $H_2O$ .

## Как выбирать и хранить

Лучше покупать ту, которая разлита в стеклянную тару. Да, в пересчете она обойдется несколько дороже, но зато материал емкости точно не вступит в реакцию с жидкостью (а в случае с пластиком это возможно).

Разумнее отдавать предпочтение известным брендам или хотя бы тем, на бутылках которых указан состав, название источника (номер скважины), степень и способ насыщения, дата розлива, контакты производителя.

Содержать жидкость следует при 3-30°C в защищенном от действия солнца помещении.

## Интересные факты

О ней знали еще древние греки и римляне, а знаменитый Гиппократ даже описывал ее в своих трудах.

Очень популярным местом паломничества в Средневековье был источник Пломбьер.

Углекислый газ быстро выветривается – нужно лишь оставить бутылку неприкрытой на несколько минут. Хранить же ее в таком виде следует не дольше 2 дней.

Кальций в составе  $H_2O$  способствует расщеплению жиров и похудению.

Если регулярно употреблять ее в рамках рекомендованной нормы, можно снизить вероятность развития рака мочевого пузыря на 48%, молочной железы – на 78%, ЖКТ – на 45%.

Не нужно слишком охлаждать ее (ниже 30 градусов Цельсия) и принимать помногу зараз.

Мы подробно рассмотрели, вредна ли минеральная вода, чем полезна для здоровья человека, и на основании этого можно сделать простой вывод – ее стоит пить, но в разумных количествах и в соответствии с рекомендациями врача.

# Хотела кредит, а платила мошенникам

В ОМВД России по Углегорскому городскому округу поступило заявление 43-летней жительницы Шахтерска у которой обманом была похищена крупная сумма денег.

Выяснилось, что 3 марта потерпевшей на телефон поступил звонок от неизвестной, которая представилась сотрудником банка и сообщила, что заявительнице одобрили кредит на выгодных условиях. Но для его получения необходимо заплатить шесть тысяч рублей за страховку.

Потерпевшая через онлайн-приложение банка перевела со своего счета необходимую сумму. После этого с 3 по 12 марта включительно с пятнадцати различных абонентских номеров ей поступали звонки. Собеседники на другом конце провода представлялись сотрудниками банка из юридического, коммерческого, бухгалтерского, аналитического, инкассаторского отделов. Они «помогали» потерпевшей осуществлять переводы денежных средств, необходимых для оформления и получения займа. Предложениями для выживания денег стали подготовка документов, обналичивание денежных средств, опломбирование, курьерская доставка денег и их охрана. В результате манипуляций аферистов женщина лишилась более 600 тысяч рублей. Возбуждено уголовное дело, ведется следствие.



## Гость обокрал хозяина

В Управление МВД России по городу Южно-Сахалинску в начале марта поступило заявление от 31-летнего горожанина о краже у него сотового телефона. Гражданин уточнил, что пригласил в гости знакомого, в компании которого распивал алкогольные напитки. После того как гость ушел, заявитель обнаружил пропажу своего гаджета. Самостоятельно урегулировать ситуацию не получилось, в результате чего он написал заявление в полицию.

Сотрудники уголовного розыска установили местонахождение гражданина, причастного к хищению. Последний, ранее неоднократно судимый, сообщил, что сдал похищенное устройство в ломбард, а вырученными деньгами распорядился по своему усмотрению.

Возбуждено уголовное дело.

## Сахалинцам предлагают сообщить, где торгуют смертью

В Сахалинской области с 14 по 25 марта стартовал первый этап антинаркотической акции «Сообщи, где торгуют смертью».

Традиционно комплексное мероприятие проводится полицией совместно с органами исполнительной власти субъектов РФ и органами местного самоуправления при участии специалистов в сфере медицины, профилактики и лечения наркомании. Оно направлено на сбор и проверку оперативно значимой информации, оказание квалифицированной помощи и консультаций по вопросам лечения и реабилитации наркозависимых лиц, а также привлечение общественности к участию в противодействии незаконному обороту наркотиков.

Граждан призывают не оставаться в стороне и внести свой вклад в противодействие наркопреступности. Для приема информации о фактах распространения, перевозки и хранения наркотических средств, домах и квартирах, в которых размещаются наркопритоны, а также о случаях пропаганды и рекламы наркотиков в Сахалинской области работает «телефон доверия» 8(4242) 744-903; 102. Анонимность гарантируется.

## Задержан серийный вор

В Управление МВД России по городу Южно-Сахалинску поступило два заявления о краже имущества.

Так, жительница села Старорусского 1979 года рождения сообщила, что из

помещения дома, расположенного по улице Центральной, похищены денежные средства в сумме 14 тысяч 200 рублей. Неизвестный тайно проник в дом и украл деньги из дамской сумочки, вытащив из кошелька наличные.

Во втором случае кто-то повредил замок входной двери и проник в дом 45-летнего местного жителя, откуда похитил ноутбук вместе с сумкой для него, а также рюкзак и термос. Сумма причиненного заявителю ущерба составила 36 тысяч рублей.

В результате проведенных оперативно-розыскных мероприятий сотрудники уголовного розыска областного Управления МВД совместно с коллегами из Южно-Сахалинска установили личность и задержали подозреваемого. К содеянному оказался причастен 49-летний ранее неоднократно судимый гражданин.

Полицейские изъяли украденный ноутбук, который злоумышленник успел продать, сумку от него, а также рюкзак. Имущество возвратят собственнику.

В отношении задержанного избрана мера пресечения в виде заключения под стражу. Установлено, что гражданин причастен еще к одному преступлению имущественного характера, совершенному в Углегорском районе, куда он направился после краж, совершенных в областном центре. По данным фактам возбуждены уголовные дела. Ведётся следствие.

## Разбой в Южно-Сахалинске

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела в отношении 31-летнего местного жителя. Гражданин обвиняется в совершении разбоя.

В ходе следствия установлено, что фигурант вечером 21 января 2022 года, находясь возле супермаркета на улице Есенина, увидел одиноко идущую, незнакомую ему женщину. Обвиняемый предположил, что у нее могут быть денежные средства, и последовал за ней. Зайдя следом за потерпевшей в подъезд ее дома и, находясь между вторым и третьим этажами, напал на женщину сзади. Налётчик обхватил горло потерпевшей, прижав к стене подъезда, после чего создал видимость наличия у него оружия. Приставив к затылку ее головы руку, имитируя тем самым пистолет, угрожая применить насилие, потребовал отдать ему деньги. Завершить задуманное обвиняемому помешал вышедший в этот момент из квартиры сосед, который спугнул злоумышленника, скрывшегося с места преступления.

Сотрудники Управления уголовного розыска УМВД России по Сахалинской области во взаимодействии с сотрудниками полиции Южно-Сахалинска по горячим следам установили личность злоумышленника и задержали его.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Кража в Невельске

В ОМВД России по Невельскому городскому округу поступило заявление от 39-летней местной жительницы. Женщина сообщила о том, что из её старого дома, попавшего под программу переселения, пропало имущество, которое она не успела вывезти. В частности, из комнат исчезла мебель, бытовая техника и электроприборы. Сумма ущерба составила 83 тысячи 500 рублей.

Сотрудники уголовного розыска провели комплекс оперативно-розыскных мероприятий и выяснили, что к краже причастен 33-летний работник управляющей компании, которая обслуживала данный дом. Мужчина без особого труда смог проникнуть в квартиру потерпевшей, где хранились вещи. Также полицейские выяснили, что вынести крупногабаритное имущество злоумышленнику помог его знакомый – 34-летний местный житель. Большую часть украденного оперативники изъяли из дома злоумышленников.

Возбуждено уголовное дело.

## Хищение денег с банковской карты

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела, возбужденного в отношении 54-летнего жителя областного центра.

Установлено, что вечером 6 августа фигурант приехал к одному из местных банкоматов, чтобы снять деньги. В терминале он обнаружил чужую кредитку и понял, что владелец забыл ее. Тогда мужчина решил забрать карту себе и попробовать приобрести с ее помощью какой-нибудь товар посредством функции бесконтактной оплаты. Злоумышленник посетил несколько магазинов, где истратил на покупки около 7 тысяч рублей со счета потерпевшего. После злоумышленник выбросил банковскую карту за ненадобностью.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД России 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 14 500 руб.  
Мраморная крошка - от 6 000 руб.

- Рассрочка платежа
- Гарантия
- Бесплатное хранение

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

**Тел. 500-639**

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

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

**«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**

**СТЕЛМА**  
Полный комплекс по обустройству захоронений (под ключ):

- + памятники
- + укладка
- + оградки
- + гранитной плиткой
- + столы
- + бетонирование
- + лавки
- + вазы
- + худ. работы и т. д.

Хранение, выезд консультанта – бесплатно  
Беспроцентная рассрочка + Гибкая система скидок

**306-326, 306-304**  
г. Южно-Сахалинск, пр. Мира, 182 (пер. Мира - Победы); г. Анива, ул. Пудова, 42

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



# Просто вкусно!

## Блюда на каждый день

### Свинина с макаронами в нежном соусе

**Ингредиенты:** макароны - 250 г, свинина - 500 г, помидоры консервированные, в томатном соке, очищенные - 500 г, лук репчатый - 1 шт., сметана - 125 г, масло сливочное - 1 ст. л., масло растительное - 2 ст. л., паприка сладкая - 2 ст. л., вода - 1/4 стакана, соль и перец - по вкусу, петрушка для украшения - по вкусу.

**Приготовление:** макароны отварить в подсоленной воде согласно инструкции на упаковке, откинуть на дуршлаг и переложить обратно в кастрюлю, в которую перед этим добавить сливочное масло. Накрыть макароны и сохранять их теплыми.

Мясо нарезать полосками и перемешать в глубокой миске с 1 ст. л. паприки, солью и перцем.

В большой сковороде на среднем огне разогреть 1 ст. л. растительного масла. Обжарить мясо, периодически помешивая, до слегка коричневого цвета (около 5 минут). Переложить на тарелку.

Нашинковать лук. В ту же сковороду, где жарилось мясо, влить



1 ст. л. масла, добавить лук и жарить, помешивая, 4-5 минут. Добавить обжаренное мясо, оставшуюся паприку, помидоры с соком и воду. Довести до кипения. Готовить, помешивая и разламывая помидоры ложкой, несколько минут, до загустения соуса. Убрать с огня, добавить сметану, посолить и поперчить. Подавать макароны с мясом, украсив блюдо петрушкой.

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

**650 рублей.**

Свинина – 320 руб.  
Помидоры консервированные, в томатном соке, очищенные – 135 руб.  
Лук репчатый – 25 руб.  
Сметана, 125 г – 90 руб.  
Петрушка – 35 руб.  
Масло сливочное, растительное, паприка, перец и соль – из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательной сертификации

### Пицца в виде рулета

**Ингредиенты:** готовое слоеное тесто, сосиски - 3 шт., сыр - примерно 150 г, майонез - 2 ст. л., кетчуп - 3 ст. л.

**Приготовление:** разморозить готовое слоеное тесто (также можно приготовить самим тесто для пиццы).

Кетчуп смешать с майонезом. Сосиски нарезать. Натереть сыр (я брала российский) на крупной терке.

Раскатать тесто, смазать его кетчупом и майонезом, добавить сыр, сосиски. И уже можно завернуть. Но я еще добавила немного помидора и болгарского перца.

Завернуть и осторожно разрезать на части. У меня получилось 14 штук.

В форму добавить подсолнечное масло и выложить в форму (или сковороду). Отправить пиццу из слоеного теста в заранее разогретую до 180 градусов духовку. У меня слоеная пицца была готова за 25 минут.



### Яичница в картофеле

**Ингредиенты:** картофель (крупный) - 2 шт., яйца - 2 шт., паприка молотая - 1/3 ч. л., соль и перец чёрный молотый - по вкусу, масло растительное - для смазывания противня, петрушка свежая (по желанию) - 2 веточки.

**Приготовление:** картофель хорошо вымыть, сложить в кастрюлю и залить водой. Варить на умеренном огне до готовности в зависимости от сорта, примерно 15-20 минут. Затем слить воду, ополоснуть картофель холодной водой и остудить.

Готовый картофель можно очистить или оставить в кожуре - на ваше усмотрение. Срезать с картофеля верхушку, аккуратно выбрать серединку при помощи чайной ложки.

Духовку включить разогреваться до 180 градусов. Форму для запекания или противень смазать небольшим количеством растительно-



го масла. Выложить лодочки из картофеля, посолить. В каждую лодочку из картофеля вбить по одному яйцу. Если яйца крупные, отделите белки от желтков и выложите сначала желток, а затем влейте белок, сколько поместится.

Яйца посыпать сверху молотой паприкой и чёрным перцем. Отправить картофельные лодочки с яйцом на верхний уровень духовки, разогретой до 180 градусов. Запекать до желаемой готовности яйца, примерно 10-15 минут.

По желанию мелко порубить листья петрушки и посыпать готовую яичницу в картофеле перед подачей.

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

## Тема следующего номера - блюда на каждый день

Хотите, чтобы ваш рецепт опубликовали в газете, присылайте: ул. Комсомольская, 2136, «Телемир», или на электронную почту [telemir@astv.ru](mailto: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**  
07.15, 09.25 ЭкстраТрек  
07.30, 17.15 ИнтерШум  
07.50 Игра «Вот так факт»  
08.35, 14.35 На старте

09.30 Афиша  
09.45, 14.50, 18.50  
**Информационный выпуск о транспортной обстановке**  
10.30 О май гаджет  
10.50 Игра «Финалити»  
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  
16.00 - 17.00 (ср) Наша музыка  
16.40 (пт) МЭТР  
16.50 (вт) Крупным планом

18.00 - 19.00 (чт) От первого лица  
20.00 - 21.00 Алоха-чат  
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов

**ВЫХОДНЫЕ**  
09.00 - 10.00 (вс), 15.00-16.00 (сб) Топ хит-чарт  
09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20 Прогноз погоды  
10.10, 11.10 Гороскоп  
11.25, 17.25 Игра «Сорви маску»  
12.43, 14.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43, 21.43 (сб), 12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (вс) Легенда на радио АСТВ  
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Алоха-чат  
14.30 Игра «Главная роль»



Я тоже сегодня ушел с российского рынка. Купил картошки, морковки и ушел.

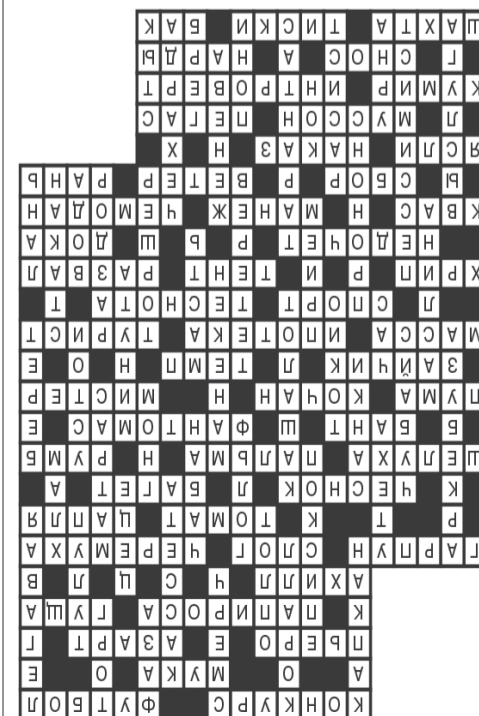
В связи с отключением Инстаграм коллектив нашего кафе заверяет: наши блюда вкусны и без предварительного фотографирования.

Март, а уже понятно, что «это был трудный год».

У настоящего собачника даже глисты общие с собакой.

- Мне царь-бургер и острый свекольник.
- Квас с хреном или мёдом?
- С хреном, безо льда. Малую крынку.
- Хрустящая репа по-домашнему? Вареники с брюквой и крапивой?
- Нет, благодарствую. Репы пареной большой тус.
- Тут будете трапезничать али восвосяси?
- Восвосяси.
- Какой красивый маникюр!
- Спасибо, я сам грыз.

## ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16



		Железный "силок"	Духовное лицо, совершенное рукоположение	Выросший в море камень на бусы	Ингредиент Колобка, наметенный по сусекам	Торнадо на русский лад	Игра Аршавина Предок CD-диска	Этап лунного развития	"Переपालка" с продавцом за скидку	"Полицейская" порода собак	
		"Чемпионат" чтецов		"Защита мира" в речи оратора	Пыл грибка, которому корзины мало				Зимняя униформа сторожа		
		"Ромео" Мальвины						Гадательный осадок в кофейной чашке			
		Самокрутка			Игра на идеально-зеленом поле в 10 га	Один молодец среди баранов и овец	Муха, заражающая сонной болезнью	Надувной "плотик" отдыхающего на море	Вещи, засоряющие жизнь		
			Герой Питта в драме "Троя"		Дерево, зацветающее к похолоданию						
Снаряд, запущенный китобоем	Фитильное ружье, замененное мушкетом	Глава "Роснано"	Внуки для бабули	"Бу" в слове "бумага"	Крупнейший из китов		"Сестра" выпы	1 из 7 при Белоснежке			
Луковый краситель пасхальных яиц	Овощ, чей запах пугает не только вампиров		Зимний возок			Витаминами богат, сочный, красный ...	Кукла в платье 42-го размера		Одно из делений на круге компаса	Головной убор к шотландскому килту	
			Родной город Такэси Китано				Художественная рамка	Шаг длинной, не самой тонкой стрелки			
"Кошачья" фирма спортивной обуви	Цветок из ленты	Черная оливка	Дерево на тропическом пляже	Разбушевавшийся недруг комиссара Жюва			Исполнитель танца на току	Червонная, тrefовая и бубновая	Обращение к незнакомому лондонцу	Моральная "база" общества	
			"Вершки" капусты	Время для потехи							
Солнечный "прыгун" на стене			Хозяин оказал радушный ...			Безумная скорость московской жизни		"Акселерат" среди светильников	"Междуусобица" в семье	"Ваза" для кисточек	
			Кредит для улучшения жилищных условий					Установщик палаток и носильщик рюкзаков			
"Звуковой эффект" при простуде	"Килограммы" впечатлений от поездки	Его стакан наполовину пуст			Дефицит просторав маленькой однушке				Реки из-под размороженного холодильника	Златорогая любимица Артемиды	
			Поприще олимпийской звезды	Особый выговор парижанина	Неуклюжее авто, громящее на ухабах			Книжная лавка у ног пешехода			
Сухарная шипучка	Небольшая ошибка в контрольной работе				Брезентовая "попона" "Газели"	Местоположение штаб-квартиры ООН	Игра, развивающая прыгучесть	Ловкач, знающий ремесло до тонкостей			
			Сигнал к построению	"Ринг" клоунов	Ненавидит негров		"Кейс" путешественника				
"Приют" для карапузов, чьи мамы работают	Стаж работы, дающий право на льготы			Круг игры в дурака	Помеха на огневом рубеже в биатлоне			7 утра по меркам совы			
			Отцовское ЦУ в дороге			Лошадка ростом с ребенка	Усеянная лилиями эмблема Бурбонов	Угол для двух стен			
Билан для юных девушек	"Дыхание" океана в сторону суши				"Савраска" которого седлают поэты						
			Чугунная "пепельница" у скамейки								
"Цех" донбасских стахановцев	Приговор ветхому зданию			Молчун, погруженный в свой внутренний мир	"Игра в шашки" для аксакалов						
			Фиксатор детали на станке			"Топка" автомобиля					