

АСТВ

Самые оперативные Новости Сахалина

Телефон редакции: 49-15-45

8 (962) 125-15-15



СМОТРИ ПРЯМО СЕЙЧАС!

№17
(1237)
27 апреля
2022
среда

ТелеМир

TM

16+

Твоя любимая газета



ООО ИК «ДЕНЬГИ ДЛЯ ВСЕХ» ЛИЗИНГОВАЯ КОМПАНИЯ



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 1126501044486.

НАША ЭНЕРГИЯ – ВАШЕМУ КАПИТАЛУ!

Ольга Шелест: честный разговор о личных границах

7



Тот случай, когда экранный образ полностью соответствует реальному. Популярная телеведущая со времен «Бодрого утра» известна в звездной тусовке своим невероятно позитивным взглядом на мир и магической способностью «создавать настроение». Никаких розовых очков - Ольга Шелест смотрит на свое профессиональное окружение довольно здраво и рафинированных ожиданий относительно людей вокруг не питает. В рамках марафона осознанности ELLE и инновационной лаборатории SPLAT Ольга рассказала, как выстраивать здоровые, «экологичные» отношения с окружающими, что делать с деструктивной критикой и как вести себя с негативно настроенными людьми.

- Каких людей в телевизионной среде больше - позитивных и открытых? Или «себе на уме» и токсичных?

- В моем профессиональном окружении больше позитивных.

Черемша: польза и вред для организма

Подробности на стр. 12 и 13

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



САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР
МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

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

290-440, 266-220

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257
выдана 20.03.2019 ТО Росздравнадзора по Сахалинской области

НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ



**ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ НА ДОМУ
КОДИРОВАНИЕ**

ежедневно до 21.00

☎ **25-81-55, 733-222**

АНОНИМНО

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



«Мега Транс Сервис»

Транспортно-экспедиционная компания

г. Южно-Сахалинск

ПЛАНИРУЕТЕ ПЕРЕЕЗД?

Скорее
звоните
нам!

Доставим в любую точку России

Правильно оформим документы для выплаты компенсации переезда

БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО

• ул. Пуркаева, 65

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

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

ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫПОЛНИТ БУРЕНИЕ СКВАЖИН НА ВОДУ

на дачах и приусадебных
участках



Телефоны:
40-80-80
40-80-40



ПРАЧЕЧНАЯ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

с промышленным оборудованием

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

Ул. Тихая, 104
(выезд с ул. Западной)

47-03-47

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ

СТРОИТЕЛЬСТВО

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

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

СКИДКИ

индивидуальный подход

Пр. Мира, 57, оф. 213. Тел.: 444-777



СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»

Полный комплекс услуг по доступным ценам

АКЦИЯ!

Установка южнокорейского
импланта по системе
Апу Опс + коронка под ключ

70 000
руб.

- Терапия 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 ПРОТИВПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

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

[ЗДОРОВЬЕ]

СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»

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

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

ООО «Мегаресурс благополучия человека»
МЕДИЦИНСКИЕ РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ДЕЗИНФЕКЦИОННЫЕ СРЕДСТВА, ПЕРЕВЯЗКА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН
Подлежит обязательной сертификации
 ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3
 Т.: 22-08-79, 46-82-50
 E-mail: mbch_sakh@mail.ru

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

Лин. № 77-01-001395 от 10.08.2011 г., выд. Деп. здравоохран. г. Москвы
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ
 анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00
ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич
 Т.: 41-86-86, 8-984-184-45-25
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

Лин. NO 6502 № 000155 от 25.11.2011 г., выд. Деп. здрав. Сак. обл.
ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ
ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ
 Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.
 ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3
 Т.: 22-08-79, 46-82-50
 E-mail: virgo_sakh@mail.ru

[СТРОЙКА]

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

БАЛКОНЫ ИЗ ДЕРЕВА
 Остекление, отделка, расширение от 12000 руб.
КАЧЕСТВО
УСТАНОВКА МЕЖКОМНАТНЫХ ДВЕРЕЙ
 От 4000 руб.
27-86-32

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

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

САНТЕХНИК ЭЛЕКТРИК
 чистка засоров **круглосуточно срочный выезд**
89146476277

На рыболовные суда требуются:
 - 2ПКМ, 3-й механик, моторист, вахтенные матросы
 - третий помощник капитана
 - старший механик
 - моторист
 - четвёртый механик, повар-пекарь, матрос добычи
 Условия: действующие морские документы. Официальное трудоустройство, контракт заключается на 6 месяцев.
СПРАВКИ И ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ НА СОБЕСЕДОВАНИЕ ПО ТЕЛЕФОНУ 8-924-883-00-54, АННА АНДРЕЕВНА

Ответы получили все

На прямую линию губернатора, которая состоялась 13 апреля, поступило свыше 1500 обращений. На полсотни самых актуальных вопросов глава региона успел ответить за два часа прямого эфира. По остальным – Валерий Лимаренко поручил дать ответы до 21 апреля.



Часть обращений жителей была отработана еще в ходе подготовки к прямой линии. К примеру, жительница Невельского района рассказала, что ребятам из Колхозного приходилось пешком идти до сельского клуба, где их забирал школьный автобус. Проблема обострялась зимой, когда дети шли по темноте. Теперь вопрос решен – маршрут продлили, а на этом участке дороги установили дополнительное освещение.

Долинцы попросили покрасить танк Т-34 в райцентре. По поручению главы региона аллею Славы в этом году реконструируют. Работы должны начаться 11 мая.

От жителей Долинского района поступил также вопрос о восстановлении дорог после ремонта сетей водоснабжения. Губернатор поручил – привести улицы в порядок к 15 мая.

Жители Углегорского района задали вопрос о водоснабжении Никольского – здесь не могли ввести новый водозабор. На объекте прошла проверка стройнадзора. Сейчас устраняются замечания – ведется отсыпка территории, внутренняя отделка помещений и регулировка оборудования. Когда будет получено положительное заключение, водозабор введут в эксплуатацию. Ожидается, что это произойдет на следующей неделе.

Другое обращение углегорцев затронуло сроки строительства центра культурного развития в Шахтерске. Два блока уже готовы, выполняются отделочные работы. В третьем блоке, где расположится актовый зал, приступили к возведению стен. К зданию подведены все коммуникации. В мае начнут благоустраивать территорию. Сдать современное учреждение культуры должны в конце этого года.

Житель Вахрушева обратился к главе региона с вопросом: запланировано ли в поселке строительство новых домов взамен аварийных? В Поронайском районе хорошими темпами реализуется программа расселения людей из непригодного для проживания фонда. На этот год запланировано строительство домов в Гастелло и Майском. Учитывая потребность вахрушевцев, муниципальные власти рассматривают возможность возведения жилья в поселке в следующем году.

- Благодарю сахалинцев и курьичан за обратную связь, - сказал Валерий Лимаренко. - Ни одно из обращений, которое поступает мне в социальных сетях и по другим каналам, не остается без внимания. Так мы получаем срез проблем, которые больше всего волнуют жителей нашего региона, и принимаем по ним управленческие решения. Никто лучше людей не знает, как сделать жизнь в их родном городе или селе и во всей области лучше.

Большинство обращений на прямую линию губернатора поступило через Центр управления регионом. Для удобства островитян вопросы принимались также по телефонной горячей линии. Больше всего жителей Сахалинской области интересовали темы дорожного ремонта, благоустройства, жилищно-коммунального хозяйства, получения социальных услуг и здравоохранения.

«Патриа» вышла на линию

Теплоход «Патриа» присоединился к обслуживанию паромной линии Ванино - Холмск. Судно вышло на линию на период планового ремонта парома «Сахалин-10». Теплоход используется периодически, с целью разгрузки морской линии и исключения автотранспорта в Ванино, ожидающего переправы на Сахалин.

работе регионального министерства транспорта и дорожного хозяйства, ОАО «Сахалинское морское пароходство» и СП ООО «Сахалин-Шельф-Сервис», базирующегося в Сахалинском западном морском порту, где под теплоход специально оборудован причал.

Поставка дополнительного судна стала возможной благодаря совместной

«Патриа» вмещает порядка 360 метров подвижного состава транспортных средств или 24 тяжелых автомобилей.
 - Весь комплекс мероприятий про-

считан и согласован, никаких задержек в связи с заменой судна на линии возникать не должно, - прокомментировал управляющий директор управления паромных перевозок ОАО «Сахалинское морское пароходство» Александр Грунин.

Напомним, ранее губернатор Валерий Лимаренко поручил обеспечить стабильность работы транспортных линий и адресно отрабатывать обращения бизнеса при возникновении трудностей по доставке грузов. Приоритетная задача – не допустить заторов и скопления груза на паромной линии Ванино – Холмск.

Частный сектор продолжают газифицировать

Заявки на догазификацию частного сектора должны быть собраны по всей области до конца года. Такое поручение профильным ведомствам дал губернатор Валерий Лимаренко в ходе рабочего совещания с участием представителей дочерних структур «Газпрома».



- Заявки на догазификацию от потребителей необходимо собрать заранее, вне зависимости от того, в каком году планируется подключение того или иного домовладения к газу, - подчеркнул Валерий Лимаренко. - Это позволит заранее провести всю необходимую работу – сделать проект внутридомовой сети, приобрести оборудование. Наша общая задача – сделать так, чтобы газ пришел в дома сахалинцев. Нам уже удалось повысить уровень газификации региона с 14 до 54 процентов, и эта работа будет продолжена.

(заявку можно оставить онлайн), тел. 8-800-222-94-65.

этого кредита, используя компенсацию от правительства Сахалинской области.

По последним данным АО «Газпром газораспределение Дальний Восток», на сегодняшний день в регионе подано 4516 заявок на догазификацию. Заключено 1414 договоров.

Напомним, правительство Сахалинской области оказывает поддержку желающим газифицировать свои дома. Каждый домовладелец может компенсировать до 152 тысяч рублей на подготовку дома к приему газа. В Южно-Сахалинске и Анивском районе действует дополнительная льгота для отдельных категорий граждан на приобретение газоиспользующего оборудования - до 50 тысяч рублей.

В работу по догазификации региона активно включены областные волонтеры. С 17 марта они обходят дома сахалинцев и проводят консультации по процедуре подключения к газу. Добровольцы рассказывают о конкретных действиях для подключения оператора и 11 сертифицированных компаний, которые занимаются проектированием и строительством внутридомовых газовых сетей, а также монтажом оборудования.

- Чтобы до конца мая отработать все заявки и заключить договоры с потребителями, нам предстоит оформлять порядка 120 договоров в день, - рассказал и. о. заместителя генерального директора по строительству и инвестициям АО «Газпром газораспределение Дальний Восток» Андрей Уморин. - Поэтому в хабаровском офисе мобилизованы 15 человек для работы конкретно на сахалинскими заявками. Жителям Анивского района нужно обращаться в АО «СНК», адрес: г. Южно-Сахалинск, пр. Мира, 420, сайт: soc65.ru

По договоренности с региональными властями Газпромбанк предоставляет сахалинцам кредит специально под нужды установки внутридомового газового оборудования. Домовладелец может взять кредит, установить внутридомовое газовое оборудование, а затем закрыть

До конца 2022 года будут догазифицированы более 5500 домовладений в трех муниципалитетах, где уже проведен газопровод. Это Анивский и Тымовский районы и Южно-Сахалинск. К 2025 году в Сахалинской области планируется подключить к газу 11 тысяч домов.



АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



Сергей Надсадин проголосовал за благоустройство одного из скверов

Мэр областного центра Сергей Надсадин проголосовал за один из объектов - участников федерального проекта по формированию комфортной городской среды. Для голосования глава города воспользовался учетной записью на портале «Госуслуги».

- Свой рабочий день я начал с участия в голосовании, сделал свой выбор, - сказал Сергей Надсадин. - И хочу добавить, что сделал его с удовольствием. Этот федеральный проект очень помогает нам в реализации задач по благоустройству. За пять лет участия в нем мы шаг за шагом привели в порядок более десяти городских скверов. Крайне важно, что идет тесное взаимодействие власти и жителей, и мы принимаем решение, опираясь на выбор людей. Когда этот выбор сделан осознанно - такие городские пространства становятся любимыми, особенно ценятся жителями. Приглашаю всех южносахалинцев проголосовать за участников этого года!

Напомним, проголосовать можно до 30

мая включительно на платформе <https://65.gorodsreda.ru/> за один из объектов:

- благоустройство территории, расположенной северо-западнее перекрестка улицы Пуркаева и проспекта Мира;

- благоустройство территории, расположенной юго-восточнее пересечения Коммунистического проспекта и улицы Чехова.

Проект-победитель будет запланирован к реализации в 2023 году.

Дизайн-проекты размещены на официальном сайте администрации города.

Для голосования необходимо иметь подтвержденную учетную запись на «Госуслугах». Также в трудовые коллективы и образовательные учреждения выходят волонтеры Центра молодежных инициатив с планшетами, на которых установлено специальное приложение для голосования. Оставить заявку можно по телефону **31-26-82 (доб. 4 и 7)**.

На прошлой неделе начались работы по благоустройству сквера Авиаторов, который набрал большинство голосов в ходе прошлогоднего голосования.

Движение по Южно-Сахалинску 1 мая ограничат



Администрация Южно-Сахалинска сообщает о перекрытиях движения по городским дорогам на 1 мая. В этот день будут действовать временные ограничения для остановки и движения транспорта.

Так, с 20.00 30 апреля до 7.00 1 мая будет ограничена остановка и стоянка транспорта на участке Компроспекта от пр. Мира до привокзальной площади, ул. Ленина от ул. Хабаровской до ул. Антона Буюклы, а также ул. Карла Маркса от ул. Амурской до привокзальной площади.

Кроме того, на время формирования и прохождения праздничной колонны 1 мая в Южно-Сахалинске с 7.00 до 11.00 будет ограничено движение транспорта на участке Компроспекта от привокзальной площади до пр. Мира, на ул. Ленина от ул. Хабаровской до ул. Антона Буюклы

и на ул. Карла Маркса от привокзальной площади до ул. Амурской.

Также ограничения движения продлятся на время прохождения праздничных мероприятий. Так, с 7.00 до 15.00 будет запрещено двигаться транспорту на участках Компроспекта от ул. Амурской до привокзальной площади, ул. Ленина от ул. Хабаровской до ул. Антона Буюклы и ул. Карла Маркса от привокзальной площади до ул. Амурской.

Закрытые для движения участки 1 мая маршруты общественного транспорта №№ 1, 2, 6, 9, 11, 16, 45, 21, 18, 34, 62, 63, 71, 104, 105, 4, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 81, 119, 20, 103, 28, 67 будут объезжать через ул. Сахалинскую, пр. Мира, а также через ул. Вокзальную и ул. Антона Буюклы.

Администрация Южно-Сахалинска просит автомобилистов заранее спланировать маршруты движения.

Кольцам быть?

В Южно-Сахалинске продолжается реализация эксперимента по внедрению трех кольцевых пересечений на городских улицах. Перед специалистами администрации города, Центра развития городской среды, сотрудниками ГИБДД и общественниками стоит задача - оценить эффективность организации дорожного движения с учетом нововведений.

Важная часть эксперимента - получить обратную связь от горожан, экспертного сообщества, собрать мнения о целесообразности сохранения схемы. Эта работа находится на особом контроле мэра Южно-Сахалинска Сергея Надсадина. Подробный анализ существующей ситуации, включая обоснование, результаты транспортного моделирования, возможные риски, размещены на портале <http://тутбудет.рф>. С первых дней внедрения дорожных колец информация о том, как кольцевые развязки влияют на движение пассажирских автобусов и личного транспорта, публиковалась на официальном сайте администрации, в СМИ и социальных сетях мэра и муниципалитета.

Также состоялся ряд очных встреч. В одном из совещаний, которое провел глава города, приняли участие начальник УГИБДД по Сахалинской области Игорь Нам, вррио начальника ОГИБДД по городу Южно-Сахалинску Андрей Рессель, заместитель министра транспорта Сахалинской области Максим Жоголев, члены обще-

ственного совета города Валерий Ерохов и Олег Меркушев, а также руководитель ГКУ «Сахдормониторинг» Александр Поколов.

Доклад о промежуточных результатах внедрения кольцевых пересечений - на ул. Детской-Комсомольской, Комсомольской-Сахалинской, пер. Алтайском - ул. Горького - Коммунистическом проспекте представил директор Центра развития городской среды Василий Вишневецкий. Он отметил, что задачи, которые в рамках эксперимента ставились по улице Детской, полностью решены. И автомобилисты и пешеходы быстро адаптировались к новой схеме. Пропускная способность улицы увеличилась. Левые повороты с улицы Детской на Комсомольскую и далее на Сахалинскую стали более безопасными. Заторы, как отмечает Василий Вишневецкий, не исчезли, но значительно сократились. Если ранее, до появления кольцевых развязок, время проезда на легковом транспорте в часы пик составляло около 30 минут, то на текущий момент оно сокращено ориентировочно до 15 минут. Напомним, в августе планируется запустить через улицу Детскую автобусный маршрут. Пассажирский транспорт в этом районе востребован. Здесь расположены гимназия и детский технопарк, а значит, движение, особенно в утренние часы, когда начинаются занятия, становится особенно напряженным. Жители Южно-Сахалинска неоднократно обращались в администрацию города и Центр развития городской среды с просьбой урегулировать ситуацию с дорожными пробками.

Положительный эффект от внедрения кольцевых развязок уже отмечают жители домов по ул. Детской. В адрес Центра поступают благодарственные письма, в которых люди отмечают, что условия стали более комфортными. Мнение жителей

разделяют и члены общественного совета. Так, отметил Олег Меркушев, выезд с улицы Детской стал проще и быстрее.

После введения кругового движения скорость движения транспортных потоков на входе на перекресток снизилась, движение по кольцу стало более сбалансированным. Эти плюсы отмечают и представители ГИБДД.

Вместе с тем сотрудники ведомства, которые также вели мониторинг применения мини-колец, сообщили, что есть некоторые недостатки. В частности, из-за невозможности обгона и опережения плотных транспортных потоков высока вероятность задержки в работе экстренных служб.

Также есть вопросы к содержанию элементов конструкций колец коммунальными службами - в дождливую погоду, из-за загрязнения, теряется их светоотражающая способность, что создает угрозу ДТП. Также вызывает обеспокоенность, как объекты будут содержаться в зимнее время. В этой связи мэр сделал предупреждение профильному департаменту и потребовал ужесточить контроль за состоянием этих элементов.

Среди других замечаний: обустроенные временные пешеходные переходы не соответствуют предъявляемым требованиям по уровню освещенности, что может негативно влиять на безопасность. Все озвученные в рамках совещания вопросы занесены в протокол, сейчас идет их тщательный анализ - как со стороны структур мэрии, так и ГИБДД.

Добавим, что эксперимент по внедрению кольцевых развязок продолжится до 1 мая. Далее по результатам анализа транспортной ситуации будет принято решение по переводу новой схемы на постоянный режим либо отказа от изменений.

Возраст — не помеха

44 южносахалинца приняли участие в фестивале танцевального спорта для людей старшего поколения. Соревнования прошли в рамках спартакиады пенсионеров Южно-Сахалинска. Ее организатором выступает департамент по делам молодежи и спорту.

Среди других направлений спартакиады, которая проходит в областной столице до 6 мая, - соревнования по пулевой стрельбе, настольному теннису, легкой атлетике, плаванию, шахматам, дартсу. В последние годы среди жителей старшего поколения большой популярностью пользуется танцевальное направление. По инициативе инструктора МАО «Спортивный город» Татьяны Легковой и многочисленным просьбам горожан, которые посещают занятия, в этом году впервые было решено провести Фестиваль танцевального спорта.

- Среди южносахалинцев старшего поколения много активных горожан, которые вовлечены в общественную и культурную жизнь областного центра, проявляют успехи в спорте и волонтерском движении, - отметила вице-мэр областного центра Елена Федорова. - Еще одним ярким событием стал фестиваль, который является ярким доказательством того, что научиться красиво танцевать можно в любом возрасте. Занятия пользуются большим спросом, и администрация города рада поддержать это направление.

В Южно-Сахалинске большое внимание уделяется работе по вовлечению граждан старшего поколения в занятия физической культурой, спортом, мероприятия культурно-досуговой направленности в рамках регионального проекта «Забота 65+» и других областных и муниципальных программ. В городе создаются условия для того, чтобы горожане имели возможность реализовать свой творческий потенциал, вести здоровый образ жизни.

Добавим, в планах администрации - представить опыт города по организации танцевального фестиваля на всероссийском конкурсе «Здоровые города и поселки».

Ремонт дорог продолжается

Дорожники восстанавливают асфальтобетонное покрытие на колodца по ул. Горького. На участке ул. Горького от ул. Емельянова до ул. Пуркаева производятся работы по регулированию высотного положения люков на проезжей части. Сегодня дорожники приступили к восстановлению асфальтобетонного покрытия по периметру смотровых колодцев.

В течение дня ремонтной бригаде предстоит заасфальтировать четыре колодца по восточной стороне улицы, а также подготовить пять люков с западной стороны к будущему асфальтированию.

Чтобы не устанавливать заграждающие конструкции на пути движения транспорта, люки накрывают металлическими листами. Однако горожане, проживающие в данном районе, пожаловались на громкий звук, который возникает при соприкосновении листа с колесами, проезжающих автомобилей. Учитывая обращения горожан, принято решение укладывать под металлические листы резину. Эта мера позволит минимизировать шум.

Полностью закончить работы планируется до четверга, 28 апреля. Такой временной промежуток необходим, чтобы бетонная смесь на самих колодцах набрала достаточную прочность для производства работ по асфальтированию.

Долгая эмансипация

Молодые супруги часто сетуют - бабушки пошли не те, с внуками сидеть не хотят! Зато активно путешествуют, ходят в театры, занимаются бизнесом и спортом. Причина этого проста - в России первые внуки появляются у них к пятидесяти годам. В этом возрасте старшее поколение - по-научному прародители - ещё в расцвете сил. Впрочем, эмансипированных бабушек не так много. Большинство всё же ходят к внукам, как на работу, помогают взрослым детям деньгами. Какова роль прародителей в институте семьи и брака? Как она менялась от первобытных обществ до наших лет?

Эффект бабушек

Исследования антропологов показывают, бабушки - главная причина появления института семьи и роста популяции людей. Наблюдения за жизнью первобытного африканского племени Хадза натолкнули антрополога Кристин Хоукс на гипотезу об «эффекте бабушек». Вероятно, в какой-то момент продолжительность жизни женщин увеличилась свыше репродуктивного возраста. Поэтому, после наступления менопаузы, они, вместо ухода за собственными новорожденными малышами, стали заботиться о внуках.

Бабушки присматривали за ними, обучали маленьких детей самостоятельно находить себе пищу (например, клубни растений). Такой «курс выживания» снимал часть заботы с матерей, поэтому те могли быстрее родить следующих детей и уделить им максимум внимания.

Помощь бабушек в уходе за внуками помогла повысить выживаемость среди их потомства. Всё больше детей оказывались носителями генов женщин-долгожительниц. В конце концов он стал доминирующим и привёл к резкому скачку средней продолжительности жизни людей в целом.

Однако любое благо тут же тянет за собой и новые проблемы. Мужчины тоже стали жить дольше. А так как их репродуктивный возраст обычно превышает женский - среди мужчин разных возрастов обострилась конкуренция за молодых и фертильных женщин. Согласно симуляционным моделям, соотношение могло в отдельные эпохи достигать 156 к 100 - на двух дам детородного возраста приходилось больше трёх кавалеров.

Теперь мужчинам приходилось проявлять себя в ухаживаниях, а завоевав партнёршу, охранять её от посягательств. Но конкуренция постоянно усиливала чувство ревности, порождала агрессию и конфликты с другими «женихами». Это отнимало много сил и отвлекало сильный пол от добычи необходимых для племени ресурсов. В итоге эволюционное преимущество в таких условиях получили пары, где формировалась прочная эмоциональная связь и взаимная верность. Муж был уверен, что влюблённая жена не станет ему изменять, а он в свою очередь мог приложить все усилия для добычи необходимых для выживания их общего потомства. Круг повторился - у влюблённых и верных пар выживало больше детей, и склонные к таким отношениям люди постепенно стали доминировать в популяции. Но всего этого бы не произошло без первоначального «эффекта бабушек».

Всеобщая мобилизация

В советских семьях старшее поколение нередко оказывалось «на подхвате». «Простые» бабушки были бесплатными няньками и домработницами, а образованные - еще и домашними воспитателями, учителями внуков.

По аналогии с комсомольским призывом можно говорить о «призыве» прародителей. Только ими «укомплектовывали» не приоритетные отрасли советской экономики, а «тылы» - сферу домашнего быта и ухода за внуками. Как только у молодой семьи появлялись малыши, бабушек «мобилизовывали» из села в город (или перевозили из другого города). Родители должны были работать, прародители - заботиться о внучатах. В помощь семьям были ясли и сады, но они не могли заменить домашней любви и нежности.

Регулярный труд по дому и воспитание внуков стали бессрочной карьерой советских бабушек.

Тогда же сложился и стереотип «правильной» прародительницы. Своё воплощение он нашёл в известном стихотворении советской поэтессы Елены Благиной «Бабушка-Забота». В нем бабушка фактически заменяет детям мать и живет только внуками.

В ходе всесоюзного, а затем международного лонгитюдного исследования 1980-1990-х годов «Пути поколения» выяснилось, что в рабочих семьях бабушки фактически были «универсальными солдатами». Всех их функций, пожалуй, не перечислишь. Главные - готовка, стирка, поход в магазин за продуктами, прогулки с детьми, уход за больными малышами (родители не всегда могли взять больничный), изготовление одежды (шить внучке платье, связать внуку свитер).

По данным третьей волны проведенного в 2004-2011 годах большого исследования «Родители и дети, мужчины и женщины в семье и обществе» бабушки чаще вовлечены в уход за детьми, чем дедушки, особенно в случае еженедельной заботы, - 55% против 47%.

В 1960-е годы в СССР бабушки и дедушки помогали ухаживать за внуками почти в каждой третьей семье. В постсоветские времена традиция продолжилась. Активный призыв бабушек наблюдался в конце 1990-х - начале 2000-х, на фоне экономических трудностей, полной занятости матерей, роста числа разводов и снижения государственной помощи в уходе за детьми (тогда, например, работали лишь немногие детские сады; их здания перепрофилировались под другие нужды). Среди россиян 1990-х годов рождения (то есть тех, кто сейчас сам обзаводится детьми) треть выросла в семье со старшим поколением.

В России тех лет участие бабушек в воспитании внуков помогало семьям преодолевать бедность, жить лучше.

Асимметричная забота

Бабушки знали внуков как никто другой: делили их радости и беды. Утешение в трудную минуту, колыбельная, сказка на ночь - все это «Бабушка-Забота». Однако подобные отношения обычно всегда асимметричны. Чувство любви сильнее распространяется «вниз» - от бабушек к внукам. Обычно прародители чаще заботятся о «потомках», чем те о них.

Растворяются в жизни внуков не только российские бабушки. Во многих странах для большинства прародителей помощь молодой паре в уходе за малышами - часть отношений с детьми, подкрепление эмоциональной связи с ними. Это естественная поддержка и форма альтруизма.

Благодаря бабушкам многие супружеские пары решаются завести трёх и больше детей. По их собственным признаниям, они понимали, что могут рассчитывать на поддержку старшего поколения. И наоборот, если семьи знали, что бабушки и дедушки не помогут с воспитанием детей, то реже выбирали многодетность.

Сегодня прародители помимо человеческого тепла и активного участия в жизни детей и внуков нередко поддерживают их и материально. Эта внутрисемейная помощь услугами и деньгами, или межпоколенные трансферты, - часто воспринимаются в российском обществе как данность.

Всемирный резерв

Впрочем, подобная ситуация характерна не только для нас. В одном из межстрановых исследований 65% респондентов в России и 78% - во Франции заявили, что помощь в воспитании внуков и их материальная поддержка должна быть частью жизни старшего поколения. А ведь во Франции хорошо развита система ухода за дошколятами (детские сады, ясли, няни и пр.).

Главная проблема здесь в занятости матерей. Вслед за ней часто меняется и уровень «востребованности» прародителей. Так, в Нидерландах, по данным ученых, помощь старшего поколения в уходе за детьми существенно выросла за 1992-2006 годы, поскольку расширилось присутствие женщин на рынке труда.



Ситуация, когда в связи с занятостью родителей старшие родственники вовлечены в уход за малышами, типична для многих европейских стран. В Европе 44% бабушек и 42% дедушек регулярно заботятся о своих внуках.

Другой причиной европейской «мобилизации» бабушек и дедушек стало распространение одинокого материнства: прародители замещали отсутствующего отца. В этом случае исследователи говорят о совместном воспитании детей - мамами и бабушками.

Похожая ситуация была в конце нулевых и в Великобритании. А в США, по данным исследований, в середине 2000-х 6,1 млн бабушек и дедушек проживали вместе со своими внуками, причем 2,4 млн из них фактически сами их растили.

Съехаться и (не)мучиться

В России и в ряде других стран также наблюдается «антинуклеаризация» - неполные семьи съезжаются с бабушками, особенно в пору экономических кризисов. Вести хозяйство совместно - дешевле и проще.

В советское время разные поколения жили вместе в том числе из-за острого квартирного вопроса. Большинство семей просто не могли получить или тем более купить жилье. Совместное проживание часто было вынужденным.

Сегодня, по данным исследований, в обществе нет однозначной нормы, как жить молодым и пожилым - вместе или отдельно. Ответы респондентов на вопрос, каких сторон, положительных или отрицательных, больше в ситуации совместного проживания, разделились почти поровну.

Выгоды жизни бок о бок есть для обеих сторон. Для бабушек они состоят в помощи, спасении от одиночества и чувстве востребованности. Молодежь их поддерживает, «есть с кем поговорить», «важно знать, что они (пожилые люди) кому-то нужны», «внуки и дети не дают стареть».

В то же время пожилые и молодые люди нечасто демонстрируют желание жить под одной крышей. И те и другие говорят о недостатках совместного проживания для обеих сторон и почти в половине случаев хотели бы разъехаться. Вместе ужиться сложно, у всех свои взгляды и привычки.

Замена на няню

Сегодня все больше семей могут позволить себе няню. Одновременно и сами прародители отделяются, эмансипируются и хотят жить собственной жизнью. Исследователи резюмируют, что неверно было бы сводить интересы стариков исключительно к семейным и говорить об отчужденности поколений. Расширенная семья, состоящая из нескольких поколений родственников (ее также называют beanpole - поддерживающей,

или вертикальной), все чаще заменяется нуклеарной (родители плюс дети).

Но от чего зависит желание автономизироваться? Только ли от разности взглядов и привычек? Нет, еще и от возраста. Российские бабушки и дедушки становятся прародителями слишком рано.

Преждевременные пращурсы

Сравнительное исследование США и более чем 20 европейских стран, включая Россию, показало, что «дебют» россиян в качестве бабушек и дедушек приходится на 48 и 50 лет соответственно. Примерно в том же возрасте появляются внуки и у женщин других стран Восточной Европы (Болгарии, Польше, Румынии, Словении и пр.), а также в самих США.

Для многих западноевропейских стран этот возраст все же повыше. Так, во Франции, Норвегии, Дании, Швеции, Португалии бабушками становятся в среднем в 52 года, а в Бельгии, Великобритании, Финляндии и Испании - в 53-55 лет. Но там и родителями становятся позже, чем в России (советские женщины впервые становились матерями в 22-23 года, современные - в 25 лет).

Норвежская бабушка

В 50 лет российские бабушки и дедушки ещё работают. И если деньгами молодой семье помочь могут, то с воспитанием ребенка - едва ли. Полноценная занятость и роль «Бабушки-Забота» трудновосместимы. Но у начинающих прародителей есть и другая проблема. Они совсем недавно были родителями, не успели отдохнуть, а уже и внуки подросли.

Разница между окончанием активного родительства и появлением первого внука составляет в России только три года. В 45 лет россиянки перестают воспитывать детей, а в 48 лет им уже обеспечивают внуков.

Другая крайность - позднее прародительство. В этом случае бабушки и дедушки из-за усталости и болезней уже не могут помогать детям в полную силу. По данным исследования «Родители и дети, мужчины и женщины в семье и обществе», с возрастом доля пожилых респондентов, ухаживающих за внуками не менее чем раз в неделю, снижалась: среди женщин - в 3,1 раза, а для мужчин - в 2,6 раза. После 70 лет резко повышается доля тех, кто уже никак не участвует в уходе за внуками.

Впрочем, нередко такое «безучастие» связано не с возрастом, а с взглядами и возможностями. Прародители не готовы быть всегда «на подхвате», у них есть и своя жизнь. Сегодняшние бабушки и дедушки сильно отличаются от прежних. Отношения старших и младших родственников меняются.

Пожилые эмансипе

На XXI Апрельской конференции в НИУ ВШЭ демограф Татьяна Гудкова рассказала о своем

прародителей



новом исследовании. По заказу университета компания Validata провела фокус-группы в четырех городах: Москва, Нижний Новгород, Краснодар, Ярославль. В них приняли участие мужчины и женщины в возрасте от 36 до 55 лет, а также в пенсионном возрасте. Всего было 15 фокус-групп с общим количеством респондентов в 90 человек.

По результатам анализа материалов фокус-групп Татьяна Гудкова выделила шесть моделей взаимоотношений старших и младших поколений - стилей прародительства в зависимости от частоты контактов, содержания общения и его восприятия.

Ранее выделяли три типа поведения бабушек: формальный, активный и далекий. В первом случае бабушки занимаются с внуками, но не тратят на это много времени. Активные бабушки играют с внуками, обсуждают фильмы, помогают делать уроки, водят в театры и музеи. «Далекие» бабушки мало участвуют в их воспитании.

Татьяна Гудкова расширила и конкретизировала эту типологию, с учетом тенденций последнего времени и настроения самих бабушек. Первая и шестая модели взаимоотношений - «экстремумы»: «традиционные» бабушки растворяются во внуках, а самые современные - максимально дистанцируются от них. Остальные стили, за исключением «кризисного», более сбалансированные.

Типология взаимодействия прародителей и их внуков:

«Традиционная» модель - уход за внуками рассматривается как регулярная обязанность; прародители в ущерб собственным интересам подстраиваются под график работы детей и занятий внуков (в детском саду, школе, кружках); физические нагрузки, связанные с регулярным уходом за малышами, довольно обременительны.

Модель «активных молодых бабушек и дедушек» - у респондентов первый, обычно позитивный опыт прародительства; уход за внуками не обязанность, его совмещают с работой и социальной активностью; респонденты сами регулируют частоту встреч с внуками.

Модель «гостевых бабушек и дедушек» - «возрастные» пары, давно пережившие первый опыт прародительства; у них меньше сил для постоянного общения с внуками; есть баланс между частотой и качеством контактов с внуками и другой деятельностью (социальной, культурной, спортивной).

Модель «бабушек и дедушек как провайдеров опыта» - зрелые отношения между старшим и младшим поколениями. Они собеседники, обменивающиеся знаниями и навыками.

«Кризисная» модель - у поколений слишком разные ценности, поэтому отношения «хромают»; часто старшие родственники помогают младшим только деньгами.

Модель «самореализующихся бабушек и дедушек» - желание «пожить для себя»; сознательный отказ от воспитания внуков, часто связанный с усталостью от пережитых трудностей в воспитании детей.

Работа за троих

Традиционная модель взаимоотношений с внуками требует много сил и времени. Фактически это не просто полноценная занятость, но еще и «сверхурочные» - чистый альтруизм. Сорокалетняя москвичка поясняет: «У нас же рассуждают, что няне платить - дорого, лучше маме бесплатно отдать».

«Работать получается уже не по восемь часов, а по 12, потому что полдня с внуком», - рассказывает пожилая респондентка из Ярославля. Ее ровесница-москвичка по пунктам расписывает свой день - оказывается, всё, как встарь: «Я встаю в 7 часов, бужу внука, кормлю, отвожу в школу, подрабатываю немного бухгалтером в офисе. Потом можно приготовить покушать, забираю из школы внука, вожу по кружкам».

«Моя дочка сказала, что не будет сидеть на больничном (с малышом), я согласна - все больничные мои, она хочет себя проявить», - говорит еще одна пенсионерка из Ярославля.

При этом разные поколения совсем не обязательно живут вместе. Главное - быть поблизости. Бабушка из Москвы поясняет: «Я живу отдельно, но рядом. Помогаю детям отвести (внучку) в детский сад, поскольку они уезжают на работу». По ее словам, она постоянно на подхвате: «Практически каждый день вожу куда-то внуку, это требует постоянных нагрузок».

Дедушки тоже при деле. «Пенсионер, но подрабатываю. Трое внуков, - рассказывает респондент из Нижнего Новгорода. - Утром отвожу в садик, забираю, не каждый день, возможно». Его земляк поясняет: «Дети работают, с внуками занимаемся, обидимся, если не дадут, на бадминтон вожу. Сижу, жду на секции».

Часто такая ситуация малокомфортна для старшего поколения, но многие все равно не отказываются. «Внуки очень хорошо на бабушек вешаются», - замечает респондентка из Ярославля.

Жить полной жизнью

«47 лет, в гражданском браке, имею кота, взрослого сына, троих внуков, пять собак, большой земельный участок, - рассказывает молодая бабушка из Ярославля. - Люблю готовить, люблю баловать внуков, свою семью, работаю менеджером по продажам в мебельном салоне». Эта респондентка - активная прародительница второй модели.

Как правило, такие бабушки и дедушки - предпенсионного возраста, социально активны и совмещают работу и уход за внуками. 50-лет-

няя информантка из Нижнего Новгорода, по ее признанию, живет «бурной жизнью», «великолепно проводит время».

«Сейчас занимаюсь сувенирами ручной работы, я организую выставки, - говорит она. - Дети взрослые, дочка родила внучку, ей 7 месяцев. Сын живет и учится в Москве. Любим путешествовать, недавно приехали с Кипра».

Отношения между старшим поколением и их, как правило, первыми внуками в этой модели - гармоничные. Первый опыт прародительства в довольно молодом возрасте не ставит бабушку или дедушку перед выбором: сидеть с внуками или оставаться экономически активными, но не видеть малышей. «Занята внучкой, и еще (есть) семейный бизнес, - говорит молодая бабушка из Нижнего Новгорода. - Танцы и школа - вот мое хобби». Респонденты не отягощены постоянными обязанностями, поэтому и прародительство для них необременительно.

Погостили - уехали

Модель «гостевых бабушек и дедушек», по мнению Татьяны Гудковой, - самая сбалансированная в плане контактов с внуками и другой деятельности (будь то походы в театр, спорт или общение). Пенсионер из Москвы рассказывает: «Внучка у нас - ей годик - постоянно ездим к ним. Немножко поначимся, устали, обратно уехали, ждем следующей недели».

Некоторые респонденты совмещают приятное с полезным. «Занимаюсь внуками, люблю гулять, очень люблю ездить по России, - замечает 50-летняя женщина из Ярославля. - Внука беру с собой, когда катаюсь по стране».

В отличие от «активной» группы, в которой бабушки и дедушки помоложе, и у них больше возможностей «все успевать», здесь представлены более пожилые люди. Они уже успели нянчить внуков и теперь выстраивают отношения с детьми так, чтобы не жертвовать собственными интересами.

Опыт в наследство

«Я работал начальником, значит, я передаю опыт, - говорит нижегородский пенсионер. - Я очень рад, что у меня внук, в любой момент придут и помогут. Я учил их когда-то, это потом возвращается». Речь о модели, в которой основа отношений - обмен опытом.

Часто о передаче знаний и умений говорят именно дедушки. «Жить хочу долго; чтобы помочь внукам, буду работать, - рассуждает 50-летний мужчина из Ярославля. - Хочу ездить с внуками, показать им». «Вести достойный образ жизни, нянчиться с внуками, но для этого нарабатывать какую-то базу», - говорит о планах на будущее его земляк. Еще один дедушка убежден, что нужно чаще обсуждать с внуками разные житейские ситуации: «Надеюсь, будет взаимопонимание между поколениями».

Корысть и никакой душевности

В этой модели отношений пожилые и молодые люди не понимают друг друга. «Общий язык трудно найти с внуками, - сетует пенсионерка из Нижнего Новгорода. - Они в 6-м, 8-м, 11-м классе. Не могу их разговор поддержать. Подарок - бабушка, положи на телефон. Они на другой волне, тяжеловато».

Иногда отношения сводятся исключительно к материальной помощи. Московский пенсионер говорит, что у его сына обеспеченная семья, тем не менее дорогие подарки воспринимаются как должное. «Внучке и больше 20 тысяч даю», - уточняет он.

Среднее поколение объясняет этот кризис отношений разницей менталитетов («люди росли в другой стране», «страна поменялась»), а денежную помощь - тем, что пожилые люди хотят чувствовать себя востребованными. Так, 40-летний респондент из Москвы размышляет: «Может, дети уже и не рады, что они (бабушки и дедушки) помогают. Дети уже хорошо зарабатывают, так нет, все равно будет работать на стекольном заводе, чтобы яблоко внуку купить». Пожилым «тяжело психологически воспринимать, что их помощь уже не нужна», резюмирует информант.

Пожить для себя

Некоторые респонденты - и работающие, и те, кто уже на отдыхе, - подчеркивали, что не стремятся помогать детям с внуками. Они хотят самореализоваться. Но таких бабушек и дедушек пока мало. Нижегородская респондентка признается, что ей «хочется чего-нибудь для себя». «Может, я эгоистична, но внуками мне заниматься не хочется, выдохлась уже на одном ребенке. А чтобы положить остаток жизни на внуках - я не готова», - поясняет она.

Жительница Краснодара мотивирует свое нежелание нянчиться с малышами тем, что «все равно чудного ребенка не вырастишь, отношение будет другое, хоть он и внук». На пенсии, по ее мнению, нужно «посвятить время себе» и реализовать все задуманное. А вот пример «далекой» бабушки из Нижнего Новгорода. «Пенсионерка, не работаю, в свободное время на воздухе, - рассказывает она. - Живу для себя. Ни в чем меня не напрягают, внуки большие, помощь не нужна». Респондентка общается с молодежью по телефону. «Не надоедает друг другу», - делает вывод она.

Отказ от ухода за внуками, по мнению Татьяны Гудковой вызван скорее, «усталостью от пережитых трудностей в воспитании детей, нежели перспективой счастливой жизни без внуков». Респонденты воспринимали роль бабушки как сугубо традиционную («нянька») и не были готовы следовать ей. «Модель взаимодействия бабушек/дедушек и внуков, когда можно сочетать экономическую и социальную активность с уходом за внуками, ими не рассматривалась», - добавляет исследовательница.

Счастье быть пращуром

«Удовлетворение бабушкам и дедушкам приносит такое общение с внуками, которое не считается их обязанностью, а является личным выбором людей старшего поколения, исходя из их собственных возможностей и потребностей», - поясняет Татьяна Гудкова. Но происходит ли при этом отдаление старшего и младшего поколений? Нет.

«Это, скорее, приспособление к новым реалиям и своеобразная гибкость, если мы говорим об отказе от ежедневного ухода за внуками, - замечает исследовательница. - То, что бабушки и дедушки ставят свои интересы в приоритет, - такая тенденция наблюдается. Но это не означает, что в их жизни нет внуков».

И вряд ли повышение пенсионного возраста скажется на культуре общения бабушек и внуков, считает демограф: «Один из аргументов - достаточно низкий возраст прародительства. Бабушками и дедушками, как правило, становятся еще до наступления пенсионного возраста. Зачастую активное участие в уходе за внуками принимают именно работающие бабушки и дедушки». Другое дело, когда дети настаивают на их увольнении. Но такое бывало и раньше.

Важно и здоровье пожилых людей, его поддержка. «Если человеку здоровье позволяет оставаться физически активным, он наверняка сможет и работать, и встречаться со своими внуками», - заключает Татьяна Гудкова.

«Добрые дела карты сахалинца» помогают островитянам



В Сахалинской области реализуется проект «Добрые дела карты сахалинца», позволяющий оказывать поддержку, исходя из насущных потребностей той или иной семьи – купить продукты, собрать детей в школу, приобрести мебель и бытовую технику.

В рамках проекта среди благотворителей будет проведен конкурс на получение премии губернатора, призванный поощрить самых щедрых и инициативных меценатов и волонтеров. Прием заявок будет проходить с мая по октябрь этого года. Оценивать значимость инициатив будет экспертная конкурсная комиссия, состоящая из представителей правительства Сахалинской области, некоммерческих организаций и лидеров общественного мнения. В финале победителей и лауреатов определят сахалинцы и курильчане на всенародном голосовании.

Долинский район

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко провел прием семей из Долинского района, которые находятся в трудной жизненной ситуации. На встрече присутствовали также председатель муниципального собрания Галина Дворянинова и глава городского округа Александр Тугарев. Они присоединились к новому социальному проекту и за счет личных

средств приобрели телевизор для матери-одиночки.

Евгения Ревякина одна воспитывает дочь, которой еще не исполнилось двух лет. Девочка стоит в очереди на получение места в дошкольном учреждении. Молодая мама посвящает все время ребенку и пока не работает. Неполная семья живет на пособия от социальной защиты и ежемесячные выплаты из средств материнского капитала. Крупные покупки женщина позволить себе не может, но с помощью благотворительного проекта исполнилось давнее желание о большом современном телевизоре.

- Надеюсь, подарок понравился Евгении и ее маленькой дочке, – сказала секретарь местного отделения «Единой России» Галина Дворянинова. – Я сама росла в многодетной семье в трудные послевоенные годы. 28 лет проработала в детских садах Долинска. К сожалению, до сих пор есть детишки, которые оказались в непростой ситуации. Хорошо, если мы будем оказывать им всю поддержку, на какую способны. Недавно услышала о запуске нового благотворительного проекта, увидела реальные примеры помощи семьям от предпринимателей, меценатов и тоже захотела сделать доброе дело.

Сахалинские власти в свою очередь оказывают неполной семье комплексную помощь. Уже решен вопрос с

устройством ребенка в ясельную группу. Матери-одиночке предложили вакансию на одном из муниципальных предприятий. Это поможет семье встать на ноги, сразу решив многие проблемы.

- На таких встречах мы рассматриваем ситуации конкретных семей, которые столкнулись с жизненными трудностями, – сказал Валерий Лимаренко. – Принимаем индивидуальные решения, как повысить благосостояние и улучшить жизнь людей. Благодаря представителям бизнеса и общественников за то, что вы присоединились к благотворительному проекту и оказываете помощь там, где заканчиваются полномочия органов власти.

Невельский район

Также губернатор провел прием семей из Невельского района, которые находятся в трудной жизненной ситуации. На встрече присутствовали предприниматели – участники нового благотворительного проекта «Добрые дела карты сахалинца». За счет личных средств Александр Пак приобрел компьютер для школьницы, а меценат Юрий Им поможет многодетной семье сделать ремонт в квартире.

Власти региона оказывают сахалинцам адресную поддержку, которая призвана повысить благосостояние семей. Маме троих детей Анастасии Кокашевой помогут устроиться на

полноценную работу. Сейчас женщина трудится на полставки, получает ежемесячные выплаты от соцзащиты, адресную продовольственную помощь, субсидию на оплату коммунальных услуг. Семья не может позволить себе такую крупную покупку, как компьютер. Но средней дочери 14 лет, и техника необходима ей для учебы в школе.

Сахалинский предприниматель Александр Пак выразил желание присоединиться к благотворительному проекту «Добрые дела карты сахалинца» и приобрел компьютер для ребенка.

- Мне понравился этот простой подход: любой человек, у которого есть желание и возможность, может оказать необходимую помощь нуждающейся семье, – сказал Александр Пак. – Именно такая форма благотворительности – филантропия – мне больше всего по душе. Потому что можно помогать людям напрямую, адресно и без посредников. Для меня участие в проекте – это еще и про семейные ценности. Наш бизнес – семейный, он рос и развивался вместе с моей семьей, и теперь он позволит оказать помощь другой семье, оказавшейся в менее благополучной ситуации.

Другая многодетная мама, из Невельска, воспитывает двух сыновей – 10 и 6 лет – и пятимесячную дочку. Оксана Пожидаева пока не работает и живет на социальные пособия. Женщи-

не помогут устроить малышку в ясли, когда та немного подрастет. Тогда у мамы появится время, чтобы пройти профессиональное обучение и выйти на работу. А благодаря «Добрым делам карты сахалинца» в квартире многодетной семьи сделают ремонт – поменяют пол и обновят ванную комнату. В роли благотворителя выступил предприниматель Юрий Им. Ранее он предложил губернатору запустить такой проект и приобрел для нуждающейся семьи холодильник и стиральную машину.

- Это очень нужный и важный проект, – сказал Юрий Им. – С одной стороны – предприниматели, которые хотят помочь, с другой – люди, которые нуждаются в помощи. Мне откликнулась история многодетной семьи из Невельска. Сейчас у Оксаны нет возможности сделать дорогостоящий ремонт, и мы поможем ей в этом.

Глава региона поблагодарил предпринимателей за участие в «Добрых делах карты сахалинца».

- Правительство области взяло курс на адресную помощь каждой нуждающейся семье, – подчеркнул Валерий Лимаренко. – Мы помогаем оформить социальные выплаты, решить жилищный вопрос, получить образование и устроиться на работу. Но когда речь заходит о покупке компьютера или ремонте квартиры, не всегда хватает полномочий власти. Поэтому так ценна помощь благотворителей.

Полмиллиарда на защиту от пожаров

На защиту островных лесов от пожаров выделено почти полмиллиарда рублей. Из них – около 163 миллионов из федерального бюджета. По поручению губернатора Валерия Лимаренко в этом году подготовка к пожароопасному сезону началась раньше.

- Леса – это легкие нашего региона, от которых во многом зависит чистота воздуха, – сказал Валерий Лимаренко. – Каждый год мы проводим большую работу по лесовосстановлению и принимаем все необходимые меры, чтобы не допустить лесных пожаров.

На этот сезон запланировано строительство 30 км дорог противопожарного назначения, содержание более 400 км ранее построенных дорог. 260 км новых минерализованных полос появится в сахалинских лесах на границах с населенными пунктами. В планах также – выжигание



сухой травы на территории 500 га, благоустройство ста зон отдыха, установка почти четырехсот аншлагов на противопожарную тематику. Информационные материалы разъясняют людям правила поведения на природе.

- Как показывает практика прошлых лет, эти и другие традиционные мероприятия позволяют сработать на опережение и предупредить лесные пожары, не допустить серьезного ущерба островной природе, – прокомментировал руководитель Агент-

ства лесного и охотничьего хозяйства Сахалинской области Владимир Корнев.

Мониторинг лесопожарной обстановки в этом году, как и раньше, будет космическим, наземным и авиационным. Уже утверждено пять маршрутов авиационного патрулирования общей протяженностью 2434 км и 53 маршрута наземного патрулирования – 5157 км.

Космический мониторинг лесопожарной обстановки в круглосуточном режиме проводят работники региональной диспетчерской службы Сахалинской авиабазы. Применяется информационная система дистанционного мониторинга Федерального агентства лесного хозяйства. На земле ситуацию мониторят сотрудники лесничеств и лесопожарных формирований.

Патрулировать леса с воздуха в этом году будет четыре воздушных судна. Контракты на осуществление лесоавиационных работ в 2022 году заключены на 450 летных часов. Это

на 50 часов больше, чем в 2021-м.

В этом году численность лесных пожарных увеличена на 29 человек, группировка парашютно-десантной пожарной службы Сахалинской авиабазы – на 9 человек. Сегодня в личный состав лесопожарных формирований входят 184 человека.

Оснащение специализированных областных автономных учреждений составляет 185 единиц лесопожарной техники. В рамках национального проекта «Экология», который реализуется по инициативе президента Владимира Путина, планируется докупить еще грузовую машину и три прицепных модуля с водоподающим оборудованием на сумму 7,5 млн рублей.

Отметим, в апреле в островном регионе прошли масштабные учения по ликвидации природных пожаров. На аэродроме Пушистый пожарные расчеты и подразделения МЧС отработали практические действия по защите населенных пунктов от огня и эвакуации жителей в безопасную зону.

Тот случай, когда экранный образ полностью соответствует реальному. Популярная телеведущая со времен «Бодрого утра» известна в звездной тусовке своим невероятно позитивным взглядом на мир и магической способностью «создавать настроение». Никаких розовых очков - Ольга Шелест смотрит на свое профессиональное окружение довольно здраво и рафинированных ожиданий относительно людей вокруг не питает.

В рамках марафона осознанности ELLE и инновационной лаборатории SPLAT Ольга рассказала, как выстраивать здоровые, «экологичные» отношения с окружающими, что делать с деструктивной критикой и как вести себя с негативно настроенными людьми.

- Каких людей в телевизионной среде больше - позитивных и открытых? Или «себе на уме» и токсичных?

- В моем профессиональном окружении больше позитивных. Я очень остро чувствую команду, и если есть какие-то сбои в общем позитивном настрое, то стараюсь это исправить. У меня были случаи попадания в команду с неприятными людьми и, как я ни пыталась от этого абстрагироваться, ничего не получалось. Тебя изо всех сил пытались втянуть в конфликты, интриги, сталкивали лбами. Если ничего изменить не получалось, я покидала проект. Я люблю свою работу и хожу на нее как на праздник. Но когда у тебя пытаются отобрать это чувство и твои попытки наладить отношения ни к чему не приводят, лучший выход - это уйти.

- Что вы вообще вкладываете в понятие токсичности? Вы чувствуете, что на вас это может как-то повлиять? И как оградить себя от токсичного окружения?

- Я никогда не позволю себя оскорблять, унижать или мною манипулировать. Поэтому, как только я получаю такой сигнал, я сразу даю понять - не на того напали. Но есть такой тип людей, который пытается дружить с тобой против всех. И вроде человек хороший и к тебе прекрасно относится, но все вокруг такие ужасные, завистливые, ты разве не видишь. Тут очень легко попасть в ловушку. Для меня такой человек токсичен. Неприятен мне и тип людей, который пытается подружиться с тобой для своей выгоды, а потом, достигнув необходимого, рвет с тобой отношения. Я стараюсь избегать таких людей. Если я чувствую, что после общения с человеком у меня нет никакого воодушевления, я дистанцируюсь.

- Ваша профессия помогла вам воспитать уверенность в себе? Или в разные периоды это было по-разному?

- Воспитать уверенность в себе мне помогли родители. Когда тебя ни с кем не сравнивают, когда ты чувствуешь поддержку и любовь в семье, твоя самооценка не страдает, ты вырастаешь уверенным человеком. Когда на кастинге отборщики говорили мне, что «вы не сможете стать ведущей, у вас нет к этому таланта», я говорила «ну посмотрим» и шла на кастинг на другой канал. Это все тылы детства, которые выстроили родители. Огромное им спасибо за то, что мне не пришлось тратить деньги на психолога. (Смеется.)

- Насколько вы чувствительны к критике и как на нее реагируете? Критика может вас мотивировать на что-то? Или это всегда разрушающая история?

- Смотря какая критика: деструктивная или конструктивная. Деструктивная - это когда кто-то просто самоутверждается за твой счет, чаще это «диванные эксперты», у которых что-то не получилось в жизни. Но их негативное, продиктованное «благими намерениями» мнение в отношении другого приподнимает их только в собственных глазах и проблему их собственной несостоятельности не решает, а только добавляет неуверенности или злости объекту их критики. Конструктивная критика - это желание помочь человеку отыскать свой путь, предложить варианты. К такой критике я открыта. Если со мной говорит профессионал и авторитетный для меня человек, я прислушаюсь. Но не факт, что поступлю правильно. (Смеется.)

- А как насчет критики в соцсетях и вообще комментариев на ваших страничках? Вы их читаете? Может ли вас что-то задеть? Какого этикета/правил вы придерживаетесь в общении с подписчиками?

- У меня прекрасные подписчики. Добрые, ве-



Ольга Шелест: Честный разговор о личных границах

сельные, вдохновляющие. Иногда в зобу дыхание спирает, когда читаю их комментарии. Хейтеры, если они появляются, идут в бан. Я даже не вступаю с ними в разговоры, это бесполезная трата времени. Критика в моем аккаунте может быть, опять же, только по запросу. А как вы считаете? Интересно услышать ваше мнение! Или если человек спрашивает, приветствуется ли непопулярное мнение. Мы можем вступить в диалог. Но в большинстве своём это советы, бесконечные непрошенные советы. Конечно, тоже из благих намерений, и люди обижаются, когда указываешь на то, что мне не нужен их совет, я его не спрашивала. Вообще я за то, чтобы давать отпор токсичности, деструктивной критике, непрошеным советам. Это сохраняет мою целостность, мои границы.

- «Экологичные отношения» с близкими людьми и коллегами - это какие в вашем понимании?

- Это прежде всего ненарушение границ. Чужих и своих собственных. Ненавязывание себя и своих принципов, умение выслушать, услышать, поддержать. Отношения - это всегда компромисс: и в семье, и на работе. Мои дети из школы принесли такое новомодное слово personal babble - это твое личное пространство на расстоянии вытянутой руки. В школе детей учат не нарушать это пространство, если вам не разрешили. И они смело могут говорить: не трогай меня, мне это не нравится, не бери мои вещи, если я не разрешил. И все это без обид, а в диалоге. То есть у каждого есть свои границы допустимого, и, соблюдая их, можно выстроить позитивные отношения.

- Ваши экологичные привычки. Что вы делаете для себя, детей, экологии в целом? Какие-то привычки и мелочи, которые кажутся вам важными. И какие из них вы уже стараетесь «передать по наследству»?

- Экономия электричества и воды - это уже даже без напоминаний. Например, всегда выключаем воду, когда чистим зубы. У нас во всем доме энергосберегающие лампы и умное отопление. Мы сортируем мусор. И в нашем подъезде стоит специальный бак для пищевых отходов, который с помощью специальных микроорганизмов превращается в компост. У нас даже пакетики для собачьих какашек - биоразлагаемые. Мы все чаще пользуемся общественным транспортом или передвигаемся на велосипедах. В общем и целом показываем детям, что по мере сил нужно стараться уменьшить свой углеродный след. И они много проходят на эту тему в школе. Так что они в курсе, что планета в опасности.

- Насколько для вас важна экорепутация брендов, которыми вы сами пользуетесь?

- Важна! В Европе, покупая косметику или бытовую химию, ты уже не задумываешься, а насколько это все экологично? Там жесткие стандарты и ты просто не выпустишь товар на рынок, если он не соответствует экоразу. В России пока приходится проверять каждую баночку, и я всегда сделаю выбор в пользу бренда, которому важно, из чего сделан продукт, упаковка, как покупатель может утилизировать использованный товар без ущерба экологии. Более того, эконоправленность - это мой основной критерий в выборе бренда.

- Я знаю, что вы принимали участие в проекте «Щетка, Сдавайся». Для вас это оказалось полезно? Чем эта инициатива показалась вам интересной? Это как-то изменило ваш быт?

- Я обожаю подобные экоициативы! Когда людям безразлично, что происходит с экологией в результате нашего потребления. Ведь что такое зубная щетка? Это необходимость! И менять ее нужно раз в три месяца. И куда же эта щетка отправляется потом? На свалку? То есть, сохраняя свое здоровье сейчас, мы не задумываемся, что будет со здоровьем наших детей в дальнейшем от ухудшения экологии, которое мы и провоцируем сейчас. И переработка мелкого пластика - это уже большой шаг в будущее, которое мы можем изменить. Поэтому, конечно, я с радостью поддержала акцию SPLAT, которые вместе с сетью «Перекресток» собирают щетки по всей стране, чтобы сделать из них тротуарную плитку. Я уверена, SPLAT шагнет еще дальше, и мы с большим энтузиазмом поддержим их новые экоициативы.

- Какая вы мама?

- Я либеральная мама. Я даю детям много свободы. Мы много говорим о чувствах, эмоциях. О том, насколько каждый человек уникален и как уникальны они. Что каждый волен заявлять своё мнение, право, выбор, творчество. Мне важно услышать их мнение по любому поводу; даже если младшая дочь надела разные носки и не хочет их переодеть, я говорю: ну они же разные и даже не сочетаются с остальной одеждой. Айрис отвечает: зато один носок сочетается с солнцем, а другой с небом. Ок. Без проблем. Мы идем в гости в желтом и голубом носках. Вроде мелочь, но она дико счастлива от того, что сама приняла это решение и отстояла его. Для меня важно вырастить свободных и счастливых людей. Но это не значит, что я позволяю садиться себе на шею, у всех в семье есть обязанности, есть

правила дома, и их нужно соблюдать. В этом я опираюсь на опыт своих родителей. Мы всегда были полноправными членами семьи, с нами, с детьми, всегда обсуждались все предстоящие поездки, большие покупки, в какие кружки мы хотим ходить, но также все правила дома и что каждый делает свой вклад, соответствующий возрасту.

- Как вы вовлекаете детей в процессы, которые они делать не хотят, постоянно ноют или делают для галочки? Например, чистка зубов утром и вечером. Уверена, вы очень изобретательны!

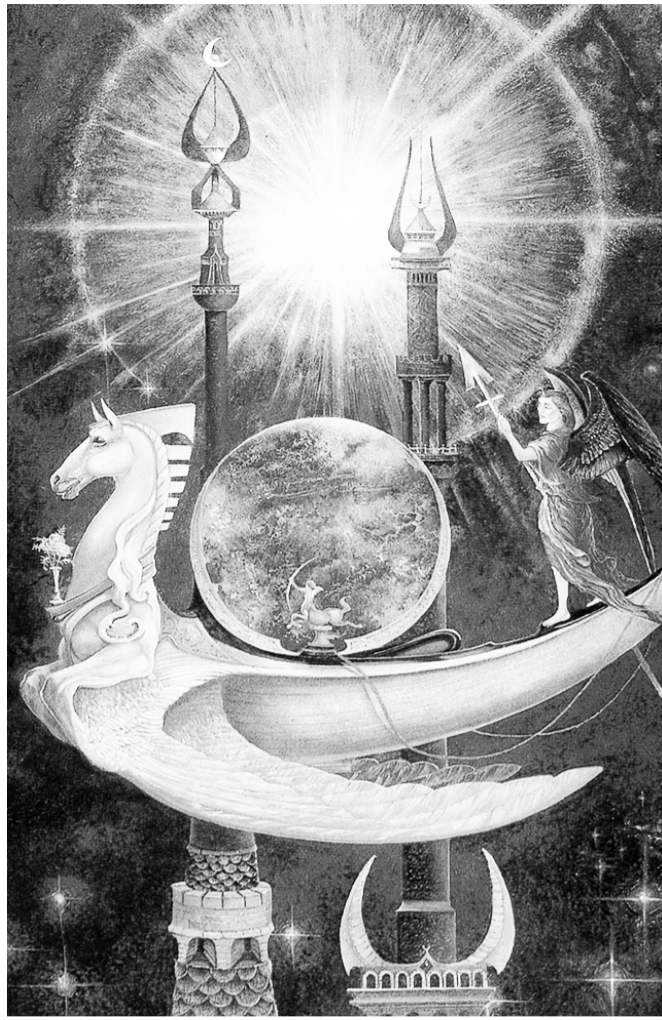
- Мы чистим не зубы, а улыбки. Что такое улыбка? Это самое сильное в мире оружие. Улыбкой ты можешь обескуражить любого злоку, улыбка заряжает других людей, и они начинают улыбаться в ответ. Если кому-то грустно, твоя улыбка поднимет ему настроение. Улыбкой ты можешь выпросить у мамы купить любую игрушку на свете. А чтобы улыбка была ослепительной, нужно чистить зубы. Муза постарше, и она уже понимает, что это забота о здоровье: чтобы доктор не сверлил зубы, они должны быть здоровыми.

- А как насчет уборки или каких-то домашних хлопот, девочки принимают в этом участие? Здесь у вас есть свои лайфхаки?

- У нас нет домработницы, чистоту в доме мы поддерживаем сами. Пропылесосить, постирать, забросить посуду в посудомойку - это мы делаем с мужем. Но за собой каждый убирает сам. Встал из-за стола - убрал посуду. Не убрал с вечера, приходишь утром и садишься завтракать за неубранный стол. «Мам, а почему у меня стоит чья-то грязная тарелка?» Она не чья-то, а твоя, ты вчера не убрала. То же самое с рабочим столом, с одеждой. Никому не хочется жить в бардаке, но сам не убережешь - никто не убережет. Иногда дети тоже принимают участие в уборке, поэтому мы подходим к выбору средств для уборки осознанно: они должны быть безопасными и экологичными.

- Расскажите о проекте, который занимает сейчас все ваши мысли.

- У нас растут очень творческие девочки. Они постоянно что-то сочиняют, поют, играют на музыкальных инструментах. А их папа им в этом помогает. Мы решили сделать им YouTube-канал Muse'n'Iris и выкладывать их увлечения, чтобы они видели, что это не складывается в стол, это смотря, это оценивают, это вдохновляет других ребят. Это их очень мотивирует. Мы выпустили уже три клипа и продолжим эту затею, потому что получаем большой отклик на всю эту творческую историю.



Гороскоп на неделю

со 2 по 8 мая

- 
Овен. Не начинайте действовать, не определившись с целями, иначе время и силы будут потрачены впустую. Не слишком доверяйте фактам и цифрам, прислушайтесь к интуиции.
- 
Телец. Вы будете привлекать окружающих добротой, мудростью и искренним желанием прийти на помощь в трудную минуту. Четверг - подходящий день для активных действий.
- 
Близнецы. Вы сможете навести порядок и в бумагах, и в голове, и в личных отношениях. Желательно сохранять эмоциональное равновесие и верить в лучшее. В четверг вероятны отрадные события в личном плане.
- 
Рак. Эта неделя обещает пройти для вас исключительно удачно. Наладятся отношения с партнерами. На работе будут осуществляться давно задуманные планы и проекты. Постарайтесь раскрыть свои разнообразные таланты.
- 
Лев. Вы будете переполнены творческими замыслами, однако не забывайте и о рутинной работе. Постарайтесь не давать обещаний, если их трудно выполнить. Вторая половина недели пройдет в хорошем настроении.
- 
Дева. Во вторник не доверяйте всем без разбора: требуйте документального подтверждения обещаниям. В пятницу постарайтесь провести вечер с любимым человеком.
- 
Весы. С понедельника задайте четкий ритм работы и неукоснительно придерживайтесь его. Решайте проблемы по мере их возникновения, не тратя лишних сил на критику и жалость к себе.
- 
Скорпион. Вы склонны проявлять снисходительность к собственным недостаткам. Не переступите границ, сейчас самое время избавиться от пагубных привычек и изменить жизнь к лучшему.
- 
Стрелец. Сейчас не время для творчества и фантазий. Дела увенчаются успехом, стоит только приложить к ним хотя бы минимальное усилие. Многие домашние неприятности останутся позади.
- 
Козерог. На работе у вас могут возникнуть конфликтные ситуации, не позволяйте собой понукать. Отношения с коллегами наладятся к четвергу, что создаст положительную атмосферу.
- 
Водолей. Настал важный период, который позволит раскрыть свои способности в профессиональном плане. Постарайтесь быть как можно более сосредоточенными. Избегайте конфликтов с начальством.
- 
Рыбы. Старайтесь держаться подальше от заманчиво-сказочных авантур как в любви, так и на работе. Возможен прилив творческого настроения у представителей литературного и интеллектуального труда.

понедельник, 2 мая

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.00 Новости 06.10 Сериал «Хиromант. Линии судьбы» (16+) 07.55 Фильм «Егерь» (12+) 09.40 Светлана Немоляева. «Мы старались беречь друг друга» (12+) 10.00 Новости 10.15 Светлана Немоляева. «Мы старались беречь друг друга» (12+) 10.55 Фильм «Верные друзья» (0+) 12.00 Новости 12.10 Фильм «Верные друзья» (0+) 12.35 Кино в цвете. Фильм «Весна на Заречной улице» (12+) 14.15 Александр Панкратов-Черный. «По законам военного времени» (16+) 15.00 Новости 15.10 Александр Панкратов-Черный. «По законам военного времени» (16+) 15.45 Кто хочет стать миллионером? (12+) 17.10 Информационный канал (16+) 18.00 Новости 18.15 Информационный канал (16+) 20.00 Сериал «По законам военного времени» (12+) 21.00 Время 21.45 Сериал «По законам военного времени» (12+) 22.35 К 90-летию со дня рождения Александра Белявского. «Для всех я стал Фоксом» (12+) 23.30 Светлана Немоляева. «Мы старались беречь друг друга» (12+) 00.25 Невидимые со всеми (16+) 02.25 Россия от края до края (0+) 03.10 Информационный канал (16+)	05.55 Фильм «Деревенская история» (12+) 09.55 По секрету всему свету 10.15 Сто к одному 11.00 Вести 12.15 Фильм «Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика» (6+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Акушерка. Новая жизнь» (16+) 17.00 Вести 17.55 Сериал «Акушерка. Новая жизнь» (16+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 21.20 Фильм «Золотой папа» (16+) 01.20 Фильм «Любовь по найму» (12+)	05.40 Фильм «Сибиряк» (16+) 07.15 Фильм «Любить по-русски» (16+) 08.50 Фильм «Любить по-русски-2» (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Фильм «Любить по-русски-2» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Фильм «Любить по-русски-3. Губернатор» (16+) 13.10 Сериал «Динозавр» (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Динозавр» (16+) 20.00 Сегодня 20.35 Сериал «Динозавр» (16+) 23.15 «Будут все!» Юбилейный концерт Виктора Дробыша (12+) 01.55 Фильм «Первый парень на деревне» (12+) 05.25 Их нравы (0+)	07.00, 08.53, 09.30, 11.23, 12.00, 13.53, 14.30, 16.23, 17.00, 19.53, 20.30, 22.23, 23.00, 00.13, 01.00, 02.13, 03.00, 04.13, 05.00, 06.13 АСТВ фест (16+) 08.30, 11.00, 13.30, 16.00, 19.30, 22.00, 00.00, 02.00, 04.00, 06.00 ДВ-блиц (12+) 08.34, 08.42, 11.04, 11.12, 13.34, 13.42, 16.04, 16.12, 19.34, 19.42, 22.04, 22.12 Сахалин в цифрах (12+) 08.38, 11.08, 13.38, 16.08, 19.38, 22.08 Опрос дня (12+) 08.45, 11.15, 13.45, 16.15, 19.45, 22.15, 00.07, 02.07, 04.07, 06.07 Черно-белый Сахалин (12+) 08.50, 11.20, 13.50, 16.20, 19.50, 22.20, 00.12, 02.12, 04.12, 06.12 Острова поэзии (12+) 08.58, 11.28, 13.58, 16.28, 19.58, 22.28, 00.28, 02.28, 04.28, 06.28 Фэн-шуй прогноз (12+) 09.00, 11.30, 14.00, 16.30, 20.00, 22.30, 00.30, 02.30, 04.30, 06.30 Наши в Ютуб (12+) 00.05, 02.05, 04.05, 06.05 Новостята (12+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.00 Фильм «Дамы приглашают кавалеров» (16+) 08.40 Сериал «Бабий бунт, или Война в Новоселково» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Бабий бунт, или Война в Новоселково» (16+) 20.00 Новости 20.15 Сериал «Чудотворец» (12+) 03.20 Фильм «Весна» (12+) 05.00 Мультфильмы (0+)	05.10 Сериал «Смерть шпионам. Ударная волна» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.30 Фильм «Ожидание полковника Шалыгина» (12+) 11.15 «Неизвестная война. Великая Отечественная». Док. сериал (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Не факт! (12+) 14.10 Сериал «Смерть шпионам!» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.45 Специальный репортаж (16+) 19.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 19.45 Открытый эфир (16+) 21.25 Загадки века (12+) 22.15 Новости дня (16+) 22.30 Между тем (12+) 22.55 Скрытые угрозы (16+) 23.35 Фильм «Ожидание полковника Шалыгина» (12+) 01.10 Фильм «В добрый час!» (12+) 02.45 «Второй. Герман Титов». Док. фильм (12+) 03.30 Сериал «Смерть шпионам!» (16+)	07.30 Сериал «Проводница» (16+) 07.40 Сериал «Если наступит завтра» (16+) 14.10 Фильм «Олюшка» (16+) 16.10 Сериал «Клевер желаний» (16+) 20.00 Сериал «Платье из маргариток» (16+) 23.55 Фильм «Ищу тебя» (16+) 01.50 Фильм «Анжелика - маркиза ангелов» (16+) 03.55 Сериал «Если наступит завтра» (16+) 06.05 Сериал «Проводница» (16+) 07.00 Сериал «Скарлетт» (16+)	06.00 Сериал «Десантура. Никто, кроме нас» (16+) 06.35 Сериал «Десантура. Никто, кроме нас» (16+) 07.25 Сериал «Десантура. Никто, кроме нас» (16+) 08.15 Сериал «Десантура. Никто, кроме нас» (16+) 09.10 Сериал «Условный мент-3» (16+) 10.00 Сериал «Условный мент-3» (16+) 10.55 Сериал «Условный мент-3» (16+) 11.50 Сериал «Условный мент-3» (16+) 12.40 Сериал «Условный мент-3» (16+) 13.35 Сериал «Условный мент-3» (16+) 14.25 Сериал «Условный мент-3» (16+) 15.15 Сериал «Условный мент-3» (16+) 16.15 Сериал «Наставник» (16+) 17.10 Сериал «Наставник» (16+) 18.05 Сериал «Наставник» (16+) 19.05 Сериал «Наставник» (16+) 20.00 Сериал «Барсы» (16+) 20.55 Сериал «Барсы» (16+) 21.50 Сериал «Барсы» (16+) 22.45 Сериал «Барсы» (16+) 23.45 Фильм «Турист» (16+) 01.40 Фильм «Настоятельница» (16+) 03.25 Фильм «О бедном гусаре замолвите слово» (12+) 04.35 Фильм «О бедном гусаре замолвите слово» (12+)

Центр боевых искусств «Остров»
 Сила - это ты!
 ПРОВОДИМ НАБОР детей (от 5 лет) и взрослых в группы:

- Боевое тхэквондо
- Хапкидо
- Кикбоксинг

ЗАНЯТИЯ ПРОВОДЯТ профессиональные тренеры - чемпионы всероссийских и международных соревнований.
 Тел.: 40-04-22, 8-914-756-51-41 (хапкидо), 8-924-483-22-10 (тхэквондо). Пр. Мира, 64.

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

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

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

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА»
 49-16-06

РОССИЯ 24

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

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**



вторник, 3 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.20 Сериал «Хиromант. Линии судьб» (16+) 06.00 Новости 06.10 Сериал «Хиromант. Линии судьб» (16+) 08.00 Кино в цвете. Фильм «Небесный тихоход» (0+) 09.30 Информационный канал (16+) 10.00 Новости 10.10 Информационный канал (16+) 11.20 К 100-летию знаменитого артиста. «Владимир Этуш. «Все, что нажито непосильным трудом» (0+) 12.00 Новости 12.10 К 100-летию знаменитого артиста. «Владимир Этуш. «Все, что нажито непосильным трудом» (0+) 12.30 Фильм «Белорусский вокзал» (0+) 14.15 Фильм «Стряпуха» (0+) 15.00 Новости 15.10 Фильм «Стряпуха» (0+) 15.40 Кто хочет стать миллионером? (12+) 17.10 Информационный канал (16+) 18.00 Новости 18.15 Информационный канал (16+) 20.00 Сериал «По законам военного времени» (12+) 21.00 Время 21.45 Сериал «По законам военного времени» (12+) 22.45 Владимир Этуш. «Все, что нажито непосильным трудом» (0+) 23.45 Татьяна Самойлова. «Ее слез никто не видел» (12+) 00.30 Наедине со всеми (16+) 02.00 Россия от края до края (0+) 03.10 Информационный канал (16+)	05.25 Фильм «Бывшие» (12+) 09.20 Пятеро на одного 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 12.00 Фильм «От печали до радости» (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Акушерка. Новая жизнь» (16+) 17.00 Вести 17.55 Сериал «Акушерка. Новая жизнь» (16+) 20.00 Вести 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 21.20 Фильм «Хрустальное счастье» (12+) 01.20 Фильм «Новая жизнь Маши Соленовой» (12+)	05.50 Фильм «Битва» (6+) 07.05 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 11.00 Сегодня 11.20 Фильм «Афоня» (0+) 13.10 Сериал «Динозавр» (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Динозавр» (16+) 20.00 Сегодня 20.35 Сериал «Динозавр» (16+) 23.30 Все звезды майским вечером (12+) 01.05 Фильм «Афоня» (0+) 02.35 Сериал «Мужские каникулы» (16+) 05.40 Агентство скрытых камер (16+)	00.00, 02.00, 04.00, 06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ блиц (12+) 00.05, 02.05, 04.05, 06.05, 08.05, 10.05, 12.05, 14.05, 16.05, 18.05, 20.05, 22.05 Новостя (12+) 00.07, 02.07, 04.07, 06.07, 08.07, 10.07, 12.07, 14.07, 16.07, 18.07, 20.07, 22.07, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Чернобелый Сахалин (12+) 00.12, 02.12, 04.12, 06.12, 08.12, 10.12, 12.12, 14.12, 16.12, 18.12, 20.12, 22.12, 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Острова поэзии (12+) 00.13, 01.00, 02.13, 03.00, 04.13, 05.00, 06.13, 07.00, 08.13, 09.00, 10.13, 11.00, 12.13, 13.00, 14.13, 15.00, 16.13, 17.00, 18.13, 19.00, 20.13, 21.00, 22.13, 23.00 АСТВ фест (16+) 00.28, 02.28, 04.28, 06.28, 08.28, 10.28, 12.28, 14.28, 16.28, 18.28, 20.28, 22.28, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 00.30, 02.30, 04.30, 06.30, 08.30, 10.30, 12.30, 14.30, 16.30, 18.30, 20.30, 22.30 Наши в Ютуб (12+) 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 00.54, 01.54, 02.54, 03.54, 04.54, 05.54, 06.54 Держи краба (12+) 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.40 Фильм «Зита и Гита» (12+) 10.00 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 20.00 Новости 20.15 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 01.35 Фильм «Свинарка и пастух» (12+) 03.00 Сериал «Участок» (16+) ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06 РОССИЯ 24 19.00 Вести. Сахалин – Курилы	05.10 Сериал «Смерть шпионам!» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Фильм «Дело Румянцева» (12+) 11.20 Открытый эфир (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Не факт! (12+) 14.10 Сериал «Смерть шпионам!» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.20 Не факт! (12+) 18.45 Специальный репортаж (16+) 19.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 19.45 Открытый эфир (16+) 21.25 Улика из прошлого (16+) 22.15 Новости дня (16+) 22.30 Между тем (12+) 22.55 Легенды армии (12+) 23.35 Фильм «Дело Румянцева» (12+) 01.20 Фильм «Размах крыльев» (12+) 02.45 «Знамя Победы». Док. фильм (12+) 03.30 Сериал «Смерть шпионам!» (16+)	07.30 Сериал «Скарлетт» (16+) 14.10 Фильм «Ищу тебя» (16+) 16.10 Сериал «Одна ложь на двоих» (16+) 20.00 Сериал «Верная подруга» (16+) 23.55 Фильм «Кровь с молоком» (16+) 02.00 Фильм «Великолепная Анжелика» (16+) 03.55 Сериал «Если наступит завтра» (16+) 06.45 Сериал «Проводница» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Кондитер (16+) 07.00 Пятница News (16+) 07.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 11.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 12.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 13.00 Битва шефов (16+) 15.00 Битва шефов (16+) 17.10 Битва шефов (16+) 19.20 Битва шефов (16+) 21.30 Битва шефов (16+) 23.30 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 00.20 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 01.20 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 02.00 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 02.40 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.30 Пятница News (16+) 03.50 На ножах (16+) 04.40 На ножах (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Мое родное. Свадьба (12+) 06.40 Мое родное. Спорт (12+) 07.15 Фильм «Настоятель-2» (16+) 08.45 Фильм «Ворошиловский стрелок» (16+) 10.35 Сериал «Последний бой» (16+) 11.45 Сериал «Последний бой» (16+) 12.50 Сериал «Последний бой» (16+) 13.55 Сериал «Последний бой» (16+) 15.00 Сериал «Живая мина» (16+) 16.00 Сериал «Живая мина» (16+) 17.00 Сериал «Живая мина» (16+) 18.00 Сериал «Живая мина» (16+) 19.00 Сериал «Живая мина» (16+) 19.55 Сериал «Живая мина» (16+) 20.55 Сериал «Живая мина» (16+) 21.55 Сериал «Живая мина» (16+) 22.55 Сериал «Живая мина» (16+) 23.50 Сериал «Живая мина» (16+) 00.50 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 02.20 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 03.40 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 04.45 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 05.55 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+)

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

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

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

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06
РОССИЯ 24
19.00 Вести. Сахалин – Курилы

среда, 4 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 АнтиФейк (16+) 09.45 Жить здорово! (16+) 10.25 Большая игра (16+) 12.00 Новости 12.05 Большая игра (16+) 12.15 Фильм «Белорусский вокзал» (0+) 13.55 Фильм «На войне как на войне» (12+) 15.00 Новости 15.05 Фильм «На войне как на войне» (12+) 15.30 Фильм «Перед рассветом» (16+) 16.50 Кино в цвете. Фильм «Весна на Заречной улице» (12+) 17.00 Новости 17.20 Кино в цвете. Фильм «Весна на Заречной улице» (12+) 18.40 Информационный канал (16+) 20.00 Новости 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 Время 21.45 Сериал «По законам военного времени» (12+) 22.45 Большая игра (16+) 23.40 АнтиФейк (16+) 00.20 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 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 00.20 Сериал «Екатерина. Взлет» (16+) 01.20 Сериал «Земский доктор» (16+) 03.00 Сериал «Версия» (16+)	06.35 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (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 «Динозавр» (16+) 00.05 Сегодня 00.30 Сериал «Бухта глубокая» (16+) 03.55 Сериал «Линия огня» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23, 00.24, 01.24, 02.24, 03.24, 04.24, 05.24, 06.24 Острова поэзии (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Чернобелый 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, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+) 07.54, 08.54, 09.54, 10.54, 11.54, 12.54, 13.54, 14.54, 15.54, 16.54, 17.54, 18.54, 19.54, 20.54, 21.54, 22.54, 23.54 Держи краба (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+) 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Новостя (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Наши в Ютуб (12+)	06.00 Сериал «Участок» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Участок» (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+) 18.25 Мировое соглашение (16+) 19.10 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.05 Игра в кино (12+) 21.50 Слабое звено (12+) 22.40 Слабое звено (12+) 23.30 Назад в будущее (16+) 00.15 Сериал «Чудотворец» (12+) 03.35 Наше кино. История большой любви (12+) 04.00 Наше кино. История большой любви (12+) 04.20 Наше кино. История большой любви (12+) 04.45 Такие талантливые (12+) 04.55 Такие талантливые (12+) 05.10 Фильм «Близнецы» (12+)	05.10 Сериал «Смерть шпионам!» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.30 Фильм «Приказ: огонь не открывать» (12+) 11.20 Открытый эфир (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Не факт! (12+) 14.10 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.45 Специальный репортаж (16+) 19.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 19.45 Открытый эфир (16+) 21.25 Секретные материалы (16+) 22.15 Новости дня (16+) 22.30 Между тем (12+) 22.55 Главный день. Песня «День Победы» и Лев Лещенко (16+) 23.35 Фильм «По законам военного времени» (12+) 01.00 Фильм «Забудьте слово «смерть» (12+) 02.20 «Операция «Эдельвейс». Последняя тайна». Док. фильм (12+) 03.05 «Москва - фронт». Док. сериал (16+) 03.25 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.15 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 16.00 Сериал «Платье из маргариток» (16+) 20.00 Сериал «После зимы» (16+) 23.55 Фильм «Олюшка» (16+) 01.55 Фильм «Анжелика и король» (16+) 03.50 Понять. Простить (16+) 04.40 Порча (16+) 05.05 Знахарка (16+) 05.30 Верну любимого (16+) 05.55 Пять ужинов (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Кондитер (16+) 07.00 Пятница News (16+) 07.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 11.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 12.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 13.00 На ножах (16+) 14.00 На ножах (16+) 15.10 На ножах (16+) 16.10 На ножах (16+) 17.20 На ножах (16+) 18.20 На ножах (16+) 19.30 На ножах (16+) 20.40 На ножах (16+) 21.50 На ножах (16+) 22.50 На ножах (16+) 00.00 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 00.50 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 01.50 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 02.30 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.10 Пятница News (16+) 03.40 На ножах (16+) 04.30 На ножах (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 07.20 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 08.30 Сериал «Тени исчезают в полдень» (12+) 09.40 Сериал «Наставник» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Наставник» (16+) 11.10 Сериал «Наставник» (16+) 12.05 Сериал «Наставник» (16+) 13.05 Сериал «Наставник» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Наставник» (16+) 14.50 Сериал «Барсы» (16+) 15.40 Сериал «Барсы» (16+) 16.35 Сериал «Барсы» (16+) 17.25 Сериал «Барсы» (16+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «Условный мент-3» (16+) 19.55 Сериал «Условный мент-3» (16+) 20.45 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.25 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.10 Сериал «След» (16+) 03.00 Сериал «След» (16+) 03.35 Сериал «След» (16+) 04.15 Сериал «Детективы» (16+) 04.45 Сериал «Детективы» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31

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

РОССИЯ 24
09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Интервью
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Интервью

четверг, 5 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 АнтиФейк (16+) 09.45 Жизнь здорово! (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.00 Новости 17.20 Информационный канал (16+) 20.00 Новости 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 Время 21.45 Сериал «По законам военного времени» (12+) 22.45 Большая игра (16+) 23.40 АнтиФейк (16+) 00.20 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 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 00.00 Сериал «Екатерина. Взлет» (16+) 01.00 Сериал «Земский доктор» (16+) 02.40 Сериал «Версия» (16+)	06.20 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (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 «Динозавр» (16+) 00.05 Сегодня 00.30 Сериал «Бухта глубокая» (16+) 04.00 Сериал «Линия огня» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23 Новостя (12+) 07.24, 08.24, 09.24, 10.24, 11.24, 12.24, 13.24, 14.24, 15.24, 16.24, 17.24, 18.24, 19.24, 20.24, 21.24, 22.24, 23.24, 00.24, 01.24, 02.24, 03.24, 04.24, 05.24, 06.24 Острова поэзии (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ-блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Наши в Ютуб (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)	06.00 Фильм «Близнецы» (12+) 06.25 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Ученица Мессинга» (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+) 18.25 Мировое соглашение (16+) 19.10 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.05 Игра в кино (12+) 21.50 Слабое звено (12+) 22.40 Слабое звено (12+) 23.30 Назад в будущее (16+) 00.15 Сериал «Чудотворец» (12+) 03.40 Наше кино. История большой любви (12+) 04.05 Наше кино. История большой любви (12+) 04.30 Наше кино. История большой любви (12+) 04.55 Такие талантливые (12+) 05.05 Такие талантливые (12+) 05.20 Фильм «Подкидыш» (12+)	05.05 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.30 Фильм «Приказ: перейти границу» (12+) 11.20 Открытый эфир (16+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Не факт! (12+) 14.10 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.30 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.45 Специальный репортаж (16+) 19.00 «Ступени Победы». Док. сериал (16+) 19.45 Открытый эфир (16+) 21.25 Код доступа (12+) 22.15 Новости дня (16+) 22.30 Между тем (12+) 22.55 Легенды кино (12+) 23.35 Фильм «Аты-баты, шли солдаты...» (12+) 01.05 Фильм «Родины солдат» (12+) 02.35 Фильм «На пути в Берлин» (12+) 04.00 «Москва - фронту». Док. сериал (16+) 04.20 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.15 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 16.00 Сериал «Верная подруга» (16+) 20.00 Сериал «Се ля ви» (16+) 00.00 Фильм «Золотые ножницы» (16+) 02.00 Фильм «Неукротимая Анжелика» (16+) 03.35 Понять. Простить (16+) 04.25 Порча (16+) 04.50 Знахарка (16+) 05.15 Верну любимого (16+) 05.40 Давай разведемся! (16+) 06.30 Пять ужинов (16+) 06.40 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.10 Сериал «Живая мина» (16+) 08.05 Сериал «Живая мина» (16+) 09.05 Сериал «Живая мина» (16+) 09.35 День ангела (0+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Живая мина» (16+) 11.00 Сериал «Живая мина» (16+) 12.00 Сериал «Живая мина» (16+) 13.00 Сериал «Живая мина» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Живая мина» (16+) 15.30 Сериал «Живая мина» (16+) 16.25 Сериал «Живая мина» (16+) 17.25 Сериал «Живая мина» (16+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «Условный мент-3» (16+) 19.55 Сериал «Условный мент-3» (16+) 20.45 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.25 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.20 Сериал «След» (16+) 03.00 Сериал «След» (16+) 03.35 Сериал «След» (16+) 04.15 Сериал «Детективы» (16+) 04.45 Сериал «Детективы» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН **Стиль** Купе

от дизайн-проекта до монтажа

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

РАССРОЧКА ПЛАТЕЖА

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

Солнце ТВ

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



06.00 Кондитер (16+)
07.00 Пятница News (16+)
07.20 Сериал «Зачарованные» (16+)
08.10 Сериал «Зачарованные» (16+)
09.00 Сериал «Зачарованные» (16+)
10.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
11.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
12.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
13.00 Четыре свадьбы (16+)
14.20 Четыре свадьбы (16+)
16.00 Четыре свадьбы (16+)
17.20 Четыре свадьбы (16+)
19.00 Четыре свадьбы (16+)
20.40 Четыре свадьбы (16+)
22.30 Четыре свадьбы (16+)
00.00 Сериал «Доктор Хаус» (16+)
00.50 Сериал «Доктор Хаус» (16+)
01.50 Сериал «Доктор Хаус» (16+)
02.30 Сериал «Доктор Хаус» (16+)
03.10 Пятница News (16+)
03.40 На ножах (16+)
04.30 На ножах (16+)
05.30 Пятница News (16+)

пятница, 6 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ	
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.05 АнтиФейк (16+) 09.45 Жизнь здорово! (16+) 10.30 Информационный канал (16+) 17.00 Новости 17.20 Информационный канал (16+) 20.00 Новости 20.15 Информационный канал (16+) 21.00 Время 21.45 Сериал «По законам военного времени» (12+) 23.40 Леонид Быков. «Арфы нет - возьми те бубен!» (16+) 00.30 Информационный канал (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 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 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 00.00 Сериал «Екатерина. Взлет» (16+) 01.00 Фильм «Буду верной женой» (16+)	06.25 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.35 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.45 ДНК (16+) 20.00 Сегодня 21.00 Сериал «Динозавр» (16+) 01.00 Сериал «Бухта глубокая» (16+) 04.15 Квартирный вопрос (0+) 05.05 Сериал «Линия огня» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день (16+) 07.24, 08.24, 09.24, 10.24, 11.24, 12.24, 13.24, 14.24, 15.24, 16.24, 17.24, 18.24, 19.24, 20.24, 21.24, 22.24, 23.24 Острова поэзии (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ-блиц (12+) 07.55, 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, 01.20, 03.20, 05.20 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+) 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостя (12+) 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 01.50, 03.50, 05.50 Наши в Ютуб (12+)	06.00 Фильм «Подкидыш» (12+) 06.25 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 11.00 Новости 11.10 Сериал «Ученица Мессинга» (16+) 14.00 Новости 14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+) 15.05 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 16.10 Дела судебные. Новые истории (16+) 17.00 Новости 17.20 Дела судебные. Битва за будущее (16+) 18.25 Фильм «Старики-разбойники» (12+) 20.00 Новости 20.15 Слабое звено. Спецвыпуск к юбилею В. Этуша (12+) 21.05 Игра в кино (12+) 21.45 Всемирные игры разума (12+) 22.25 Фильм «Двенадцать стульев» (12+) 01.15 Фильм «Человек с бульвара Капуцинов» (16+) 02.45 Фильм «Тридцать первое июня» (12+) 05.00 Мультфильмы (0+)	06.00 Сериал «Смерть шпионам. Крым» (16+) 08.05 Фильм «Про Петра и Павла» (16+) 09.00 Новости дня (16+) 09.15 Фильм «Про Петра и Павла» (16+) 10.20 «Бессмертный полк. Парад Победы». Док. фильм (16+) 12.40 Фильм «Ошибка резидента» (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.20 Фильм «Ошибка резидента» (12+) 15.40 Фильм «Судьба резидента» (12+) 18.00 Новости дня (16+) 18.20 Фильм «Судьба резидента» (12+) 18.45 Фильм «Возвращение резидента» (12+) 21.15 Здравствуйте, товарищи! (16+) 22.15 Новости дня (16+) 22.30 Фильм «Конец операции «Резидент» (12+) 00.50 Сериал «Возвращение тридцатого» (16+) 03.45 «Вторая мировая война. Возвращая имена». Док. фильм (12+) 04.10 Фильм «Подвиг Одессы» (12+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.15 Порча (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) 16.00 Сериал «После зимы» (16+) 20.00 Сериал «Рысь» (16+) 00.00 Фильм «Хроники измены» (16+) 02.10 Фильм «Анжелика и султан» (16+) 03.55 Понять. Простить (16+) 04.45 Порча (16+) 05.10 Знахарка (16+) 05.35 Верну любимого (16+) 06.00 Пять ужинов (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних (16+) 07.20 Предсказания. 2022 (16+)	06.00 Кондитер (16+) 07.00 На ножах (16+) 07.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 11.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 12.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+) 13.00 Молодые ножи (16+) 14.20 Молодые ножи (16+) 15.30 Молодые ножи (16+) 16.40 Молодые ножи (16+) 18.10 Молодые ножи (16+) 19.30 Молодые ножи (16+) 20.40 Молодые ножи (16+) 22.10 Молодые ножи (16+) 00.00 Фильм «Мальчишник в Вегасе» (16+) 02.00 Фильм «Мальчишник: часть III» (16+) 03.30 Пятница News (16+) 04.00 На ножах (16+) 04.50 Пятница News (16+) 05.10 На ножах (16+)	06.00 Известия (16+) 06.45 Фильм «Турист» (16+) 08.25 Сериал «Приступить к ликвидации» (12+) 09.40 Сериал «Приступить к ликвидации» (12+) 10.00 Известия (16+) 10.30 Сериал «Приступить к ликвидации» (12+) 11.30 Сериал «Крепкая броня» (16+) 12.35 Сериал «Крепкая броня» (16+) 13.45 Сериал «Крепкая броня» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.30 Сериал «Крепкая броня» (16+) 15.15 Сериал «Крепкая броня» (16+) 16.15 Сериал «Крепкая броня» (16+) 17.20 Сериал «Крепкая броня» (16+) 18.30 Известия (16+) 19.00 Сериал «След» (16+) 19.45 Сериал «След» (16+) 20.35 Сериал «След» (16+) 21.40 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.05 Сериал «След» (16+) 00.55 Сериал «След» (16+) 01.40 Сериал «След» (16+) 02.25 Сериал «Свои» (16+) 03.10 Сериал «Свои» (16+) 03.45 Сериал «Свои» (16+) 04.25 Сериал «Свои» (16+) 05.05 Сериал «Свои» (16+) 05.45 Сериал «Свои» (16+)



06.00 Кондитер (16+)
07.00 На ножах (16+)
07.20 Сериал «Зачарованные» (16+)
08.10 Сериал «Зачарованные» (16+)
09.00 Сериал «Зачарованные» (16+)
10.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
11.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
12.00 Сериал «Комиссар Рекс» (16+)
13.00 Молодые ножи (16+)
14.20 Молодые ножи (16+)
15.30 Молодые ножи (16+)
16.40 Молодые ножи (16+)
18.10 Молодые ножи (16+)
19.30 Молодые ножи (16+)
20.40 Молодые ножи (16+)
22.10 Молодые ножи (16+)
00.00 Фильм «Мальчишник в Вегасе» (16+)
02.00 Фильм «Мальчишник: часть III» (16+)
03.30 Пятница News (16+)
04.00 На ножах (16+)
04.50 Пятница News (16+)
05.10 На ножах (16+)

ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**

Солнце ТВ

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

РОССИЯ 24

09.00 Вести. Сахалин – Курилы
09.15 Интервью
16.00 Вести. Сахалин – Курилы
16.15 Интервью
19.00 Вести. Сахалин – Курилы
19.15 Уримал Бансон

суббота, 7 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
06.00 Доброе утро. Суббота 09.00 Умницы и умники (12+) 09.45 Слово пастыря (0+) 10.00 Новости 10.10 Звезды кино. Они сражались за Родину (12+) 11.15 Видели видео? (0+) 12.00 Новости 12.15 Видели видео? (0+) 13.55 Сериал «Мосгаз». Новое дело майора Черкасова (16+) 15.00 Новости 15.15 Сериал «Мосгаз». Новое дело майора Черкасова (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 Фильм «Подольские курсанты» (16+) 21.00 Время 21.35 Сериал «Мосгаз». Новое дело майора Черкасова (16+) 23.15 Звезды кино. Они сражались за Родину (12+) 00.15 Фильм «Женя, Женечка и «катюша» (0+) 01.40 Наедине со всеми (16+) 03.55 Россия от края до края (0+)	05.00 Утро России. Суббота 08.00 Вести. Сахалин-Курилы 08.20 Местное время. Суббота (12+) 08.35 По секрету всему свету 09.00 Формула еды (12+) 09.25 Пятеро на одного 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 12.00 Доктор Мясников (12+) 13.05 Фильм «Этим летом и навсегда» (12+) 17.00 Вести 18.00 Привет, Андрей! (12+) 20.00 Вести 21.00 Фильм «Поворот на счастье» (12+) 01.10 Фильм «Двойная лож» (12+)	06.45 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 09.00 Сегодня 09.20 Простые секреты (16+) 09.50 Поедем, поедим! (0+) 10.25 Удим дома (0+) 11.00 Сегодня 11.20 Главная дорога (16+) 12.00 Живая еда (12+) 13.00 Квартирный вопрос (0+) 14.05 Однажды... (16+) 15.00 Своя игра (0+) 16.00 Следствие вели... (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 19.00 По следу монстра (16+) 20.00 Центральное телевидение 21.20 Фильм «Бессмертные» (12+) 23.35 «Будем жить, старина!». Юбилейный концерт Дениса Майданова (12+) 01.35 Фильм «Чужой дед» (16+) 03.20 Дачный ответ (0+) 04.10 Фильм «Двадцать восемь панфиловцев» (12+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день 07.23, 09.23, 11.23, 13.23, 15.23, 17.23, 19.23, 21.23, 23.23, 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостята (12+) 07.27, 07.50, 08.25, 09.27, 09.50, 10.25, 11.27, 11.50, 12.25, 13.27, 13.50, 14.25, 15.27, 15.50, 16.25, 17.27, 17.50, 18.25, 19.27, 19.50, 20.25, 21.27, 21.50, 22.25, 23.27, 23.50, 00.27, 00.50, 01.25, 02.27, 02.50, 03.25, 04.27, 04.50, 05.25, 06.27, 06.50 Черно-белый Сахалин (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 01.20, 03.20, 05.20 Опрос дня (12+) 08.23, 10.23, 12.23, 14.23, 16.23, 18.23, 20.23, 22.23, 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50, 01.50, 03.50, 05.50 Наши в Ютуб (12+) 12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+) 20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.00 Всё, как у людей (6+) 07.15 Мультфильмы (0+) 09.30 Исторический детектив (12+) 10.00 Слабое звено (12+) 11.00 Погода в мире 11.10 Фильм «Старик-разбойник» (12+) 12.40 Сериал «Однолюбы» (16+) 17.00 Новости 17.15 Сериал «Однолюбы» (16+) 00.35 Фильм «Земля Санникова» (6+) 02.05 Фильм «Музыкальная история» (12+) 03.25 Мультфильмы (0+)	06.25 Фильм «Подвиг разведчика» (12+) 08.00 Новости дня (16+) 08.15 Фильм «Я - Хортица» (12+) 09.40 «Война миров». Док. сериал (16+) 10.20 Улика из прошлого (16+) 11.05 Загадки века (12+) 11.50 Не факт! (12+) 12.20 СССР. Знак качества (12+) 13.00 Новости дня (16+) 13.15 Легенды музыки (12+) 13.40 Крузи-контроль (12+) 14.15 Морской бой (6+) 15.10 Легенды кино (12+) 15.55 Легенды армии (12+) 16.45 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.15 Задело (16+) 18.25 Фильм «Без права на ошибку» (16+) 18.55 Фильм «Солдат Иван Бровкин» (12+) 20.35 Фильм «Иван Бровкин на целине» (12+) 22.30 Всероссийский вокальный конкурс «Новая звезда-2022». Отборочный тур (6+) 23.50 Десять фотографий (12+) 00.30 Фильм «Приказ: огонь не открывать» (12+) 02.00 Фильм «Приказ: перейти границу» (12+) 03.30 Фильм «Я - Хортица» (12+) 04.35 «В мае 45-го. Освобождение Праги». Док. фильм (12+) 05.20 «Москва - фронту». Док. сериал (16+)	07.30 Предсказания. 2022 (16+) 08.15 Сериал «Из Сибири с любовью» (16+) 11.55 Сериал «Чужая дочь» (16+) 20.00 Сериал «Великолепный век» (16+) 00.00 Фильм «Дневник Бриджит Джонс» (18+) 02.00 Сериал «Гордость и предубеждение» (16+) 04.50 Пять ужинов (16+) 05.15 Сериал «Проводница» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Кондитер (16+) 07.00 Пятница News (16+) 07.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Мультфильм «Аисты» (6+) 11.30 Четыре свадьбы (16+) 12.50 Четыре свадьбы (16+) 14.30 Четыре свадьбы (16+) 16.10 Четыре свадьбы (16+) 17.50 Четыре свадьбы (16+) 19.30 Четыре свадьбы (16+) 21.20 Четыре свадьбы (16+) 22.50 Четыре свадьбы (16+) 00.00 Фильм «Мальчишник: часть III» (16+) 02.00 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 02.40 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.40 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 04.20 Пятница News (16+) 04.50 На ножах (16+) 05.40 Пятница News (16+)	06.00 Сериал «Свои» (16+) 06.20 Сериал «Свои» (16+) 06.55 Сериал «Свои» (16+) 07.35 Сериал «Свои» (16+) 08.10 Сериал «Свои» (16+) 08.45 Сериал «Свои» (16+) 09.25 Сериал «Свои» (16+) 10.15 Сериал «Свои-4» (16+) 11.00 Сериал «Свои-4» (16+) 11.50 Фильм «Берегите мужчин» (12+) 13.20 Фильм «Впервые замужем» (12+) 15.20 Сериал «След» (16+) 16.05 Сериал «След» (16+) 16.55 Сериал «След» (16+) 17.40 Сериал «След» (16+) 18.45 Сериал «След» (16+) 19.35 Сериал «След» (16+) 20.20 Сериал «След» (16+) 21.05 Сериал «След» (16+) 21.50 Сериал «След» (16+) 22.40 Сериал «След» (16+) 23.25 Сериал «След» (16+) 00.15 Сериал «След» (16+) 01.00 Известия. Главное (16+) 01.55 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.00 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.50 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.45 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)

воскресенье, 8 мая

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.55 Фильм «Мерседес» уходит от погоны» (12+) 06.00 Новости 06.10 Фильм «Мерседес» уходит от погоны» (12+) 06.20 Фильм «На войне как на войне» (12+) 07.45 Играй, гармонь любимая! Специальный выпуск (12+) 08.25 Часовой (12+) 08.55 Здоровье (16+) 10.00 Новости 10.10 Звезды кино. Они сражались за Родину (12+) 11.15 Видели видео? (0+) 12.00 Новости 12.15 Видели видео? (0+) 13.55 Сериал «Мосгаз». Новое дело майора Черкасова (16+) 15.00 Новости 15.15 Сериал «Мосгаз». Новое дело майора Черкасова (16+) 18.00 Вечерние новости 18.20 АнтиФейк (16+) 19.00 Фильм «Летчик» (16+) 21.00 Время 22.35 Фильм «Край» (16+) 00.50 Звезды кино. Они сражались за Родину (12+) 01.50 Наедине со всеми (16+) 04.05 Россия от края до края (0+)	05.20 Фильм «Мамина любовь» (12+) 07.15 Устами младенца 08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели 08.35 Когда все дома 09.25 Утренняя почта 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 11.55 Фестиваль детской художественной гимнастики «Алина» 13.30 Фильм «Большой» (12+) 17.00 Вести 18.00 Песни от всей души. Вечернее шоу Андрея Малахова. (12+) 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 01.30 «Великая неизвестная война». Док. фильм (12+)	06.05 Фильм «Егорюшка» (12+) 07.40 Центральное телевидение (16+) 09.00 Сегодня 09.20 У нас выигрывают! (12+) 11.00 Сегодня 11.20 Первая передача (16+) 12.00 Чудо техники (12+) 13.00 Дачный ответ (0+) 14.00 НашПотребНадзор (16+) 15.00 Своя игра (0+) 16.00 Следствие вели... (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Следствие вели... (16+) 20.00 Итоги недели 21.30 Маска. Лучшее (12+) 00.40 Основано на реальных событиях (16+) 03.25 Фильм «Лейтенант Суворов» (12+) 04.50 Алтарь Победы (0+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день 07.23, 09.23, 11.23, 13.23, 15.23, 17.23, 19.23, 21.23, 23.23, 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостята (12+) 07.27, 07.50, 08.25, 09.27, 09.50, 10.25, 11.27, 11.50, 12.25, 13.27, 13.50, 14.25, 15.50, 16.25, 17.27, 17.50, 18.25, 19.27, 19.50, 20.25, 21.27, 21.50, 22.25, 23.27, 23.50, 00.27, 00.50, 01.25, 02.27, 02.50, 03.25, 04.27, 04.50, 05.25, 06.27, 06.50 Черно-белый Сахалин (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн-шуй прогноз (12+) 08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 01.20, 03.20, 05.20 Опрос дня (12+) 08.23, 10.23, 12.23, 14.23, 16.23, 18.23, 20.23, 22.23, 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50, 01.50, 03.50, 05.50 Наши в Ютуб (12+) 15.27, 01.42, 03.42, 05.42 Острова поэзии (12+) 00.00, 01.43, 02.00, 03.43, 04.00, 05.43, 06.00 АСТВ фест (16+) 01.30, 03.30, 05.30 ДВ-блиц (12+)	06.00 Мультфильмы (0+) 07.45 Фильм «Тридцать первое июня» (12+) 10.05 Наше кино. История большой любви. К юбилею В. Этуша (12+) 10.30 ФазендаЛайф (12+) 11.00 Новости 11.10 Фильм «Как Иванушка-дурачок за чудом ходил» (6+) 12.40 Фильм «Земля Санникова» (6+) 14.15 Фильм «Человек с бульвара Капуцинов» (16+) 15.55 Сериал «Волшебник» (12+) 17.00 Новости 17.15 Сериал «Волшебник» (12+) 23.45 Сериал «Оттепель» (16+) <small>Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию». ТВ-программа содержит знаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей. 0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей. Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».</small>	05.45 Фильм «Солдат Иван Бровкин» (12+) 07.20 Фильм «Иван Бровкин на целине» (12+) 09.00 Новости недели (16+) 09.25 Служу России (12+) 09.55 Военная приемка (12+) 10.45 Скрытые угрозы (16+) 11.30 Секретные материалы (16+) 12.15 Код доступа (12+) 12.55 Специальный репортаж (16+) 13.35 «Битва оружейников. Ту-95 против В-52. Противостояние стратегических бомбардировщиков». Док. фильм (16+) 14.20 Сериал «Ялта-45» (16+) 18.00 Главное (16+) 20.00 «Свирско-Петрозаводская операция». Док. фильм (16+) 20.45 «Легенды советского сыска». Док. сериал (16+) 23.00 Фетисов (12+) 23.45 Фильм «Про Петра и Павла» (16+) 01.25 Фильм «Ижорский батальон» (12+) 03.00 «Живые строки войны». Док. фильм (12+) 03.25 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 03.35 Сериал «Ялта-45» (16+)	07.30 Сериал «Проводница» (16+) 07.45 Фильм «Золотые ножницы» (16+) 09.45 Фильм «Хроники измены» (16+) 11.50 Сериал «Се ля ви» (16+) 15.50 Сериал «Рысь» (16+) 19.45 Пять ужинов (16+) 20.00 Сериал «Великолепный век» (16+) 00.00 Фильм «Бриджит Джонс. Грани разумного» (16+) 02.10 Сериал «Гордость и предубеждение» (16+) 04.50 Пять ужинов (16+) 05.00 Сериал «Проводница» (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Кондитер (16+) 07.00 Пятница News (16+) 07.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.10 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.00 Фильм «Хранители снов» (12+) 11.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 12.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 12.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 13.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 13.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 14.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 17.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 18.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 18.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 19.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 20.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 20.50 Сериал «Училки в законе» (16+) 21.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 22.00 Сериал «Училки в законе» (16+) 22.40 Сериал «Училки в законе» (16+) 23.00 Сериал «Училки в законе» (16+) 23.30 Сериал «Училки в законе» (16+) 00.00 Фильм «Жена астронавта» (16+) 02.10 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.00 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 03.50 Сериал «Доктор Хаус» (16+) 04.30 Пятница News (16+) 05.00 На ножах (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Мое родное. Физкультура (12+) 06.40 Моя родная армия (12+) 07.25 Моя родная армия (12+) 08.15 Сериал «Чужие крылья» (16+) 08.55 Сериал «Чужие крылья» (16+) 09.50 Сериал «Чужие крылья» (16+) 10.45 Сериал «Чужие крылья» (16+) 11.40 Сериал «Чужие крылья» (16+) 12.35 Сериал «Чужие крылья» (16+) 13.30 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 14.30 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 15.30 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 16.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 17.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 18.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 19.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 20.30 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 21.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 22.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 23.30 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 00.25 Сериал «Казнить нельзя помиловать» (16+) 01.25 Сериал «Чужие крылья» (16+) 02.20 Сериал «Чужие крылья» (16+) 03.10 Сериал «Чужие крылья» (16+) 03.50 Сериал «Чужие крылья» (16+) 04.35 Сериал «Чужие крылья» (16+) 05.15 Сериал «Чужие крылья» (16+)

Отдел рекламы «Телемира»
49 16 31

Медвежий лук исцелит недуг

В конце апреля - начале мая, когда человеческий организм остро ощущает недостаток витаминов, природа дарит ему бесценный источник питательных веществ – черемшу. Эта дикорастущая многолетняя трава в избытке наделена полезными свойствами. Ее широко использовали в стародавние времена славянские народы для приготовления бесхитрых крестьянских блюд.

Нашла черемша применение и у народных целителей. По сей день при лечении многих болезней используются рецепты, в составе которых присутствует дикий чеснок – именно так в народе чаще всего называют это неприхотливое растение. Кстати, у этой многолетней травы с характерным запахом много названий: колба, медвежий лук, дикий ландыш и прочие. Рассмотрим, в чем состоит ценность этого представителя подсемейства луковых, как растения грамотно использовать в кулинарии и народном лечении.

Где растет

Черемша нетребовательна к условиям жизни, поэтому растение распространено практически на всем европейском пространстве, на Балканах, Кавказе, в Турции, Сибири, на Дальнем Востоке России в том числе, и ту нас, на Сахалине. Только в районах Крайнего Севера практически не встречается дикий лук. В дикой природе растение быстро захватывает новые территории, но больше всего оно любит селиться вблизи водоемов, на лугах, в лесной чаще. Едва весной растает снег, черемша, почувствовав солнечное тепло, тонкими травинками пробивается сквозь почву. Проснувшиеся после длительной зимней спячки медведи любят лакомиться свежей зеленью. Именно по этой причине черемшу называют медвежьим луком. Такая витаминная диета помогает хозяину леса восстановить силы, поскольку ранней весной в растении полно витаминов и полезных минеральных добавок.

Но ближе к лету колба становится горькой и твердой. Интересно, что это дикое растение со специфическим чесночным запахом собирают не только косопалые, но и люди, которые предпочитают вегетарианское питание. Правда, без знания дела этот промысел может оказаться опасным, поскольку есть разновидности ядовитой черемши, которыми можно легко отравиться. Только опытные травники знают, где находятся «медвежьи луга», на которых можно собрать богатый урожай витаминной зелени.

Внешне черемша выглядит скромно. Растение при благоприятных условиях может достигать в высоту до полуметра, а в пору цветения у самой верхушки появляются похожие на зонтики белые соцветия. Именно по цветкам легко визуально отличить ландыш полевой от дикого чеснока. Следует еще добавить, что благодаря эдкому эфирному компоненту, который выделяют листья растения, черемша с удивительной скоростью способна расширять свой ареал, вытесняя соседей со своего жизненного пространства.

В последние годы ученые бьют тревогу по поводу стремительного истребления черемши в разных регионах. Поэтому в отдельных районах РФ растение занесено в Красную книгу. Аналогичные действия предприняты во многих соседних странах: в Беларуси, на Украине, в государствах Евросоюза. Системные природоохранные мероприятия направлены на сохранение популяции этого уникального растения.

Состав и калорийность

Черемша при правильном использовании оказывает на организм человека целый комплекс положительных эффектов: она укрепляет защитные силы, уничтожает патогенные микроорганизмы, нормализует течение важных процессов, проявляет незаурядные способности в лечении огромного числа заболеваний. Конечно, такой широкий спектр возможностей может быть обеспечен только компонентами, входящими в состав растения. Черемша по набору полезных ингредиентов вполне может конкурировать с представителями заморской флоры. Несмотря на дикий образ жизни, данное растение содержит массу полезных веществ.



Перечислим лишь основные группы компонентов, которыми богат медвежий лук:

- витаминный комплекс представлен во всем разнообразии витаминов группы В;
- высок уровень содержания аскорбиновой, фолиевой кислоты и провитамина А;
- есть жизненно важные органические кислоты;
- незаменимые аминокислоты;
- минеральные соли, в том числе бор, йод, железо, цинк и другие представители этой группы;
- фруктоза и природные поли- и моносахара;
- эфирные масла тоже в большой концентрации имеются в растении, особенно в его листьях;
- крахмалы, зола, фитонциды, а также в большом количестве присутствует клетчатка.

Пищевая ценность данного растительного продукта (в 100 граммах черемши):

- белки – 2,4 г;
- углеводы – 6,1 г;
- жиры – 0,1 г;
- волокна пищевые – 1 г;
- вода – 89 г.

Калорийность стограммовой порции свежего дикого чеснока составляет около 35 ккал, что является относительно невысоким показателем.

Нашла черемша применение и у народных целителей. По сей день при лечении многих болезней используются рецепты, в составе которых присутствует дикий чеснок – именно так в народе чаще всего называют это неприхотливое растение. Кстати, у этой многолетней травы с характерным запахом много названий: колба, медвежий лук, дикий ландыш и прочие. Рассмотрим, в чем состоит ценность этого представителя подсемейства луковых, как растения грамотно использовать в кулинарии и народном лечении.

Полезные свойства

Общая польза. Черемша за многовековую практику завоевала популярность в самых различных жизненных сферах. Поэтому сегодня сложно назвать отрасль, где ее применяют больше. Богатый состав дикорастущего многолетника востребован в кулинарии, фармацевтической промышленности, косметологии. Неприметное растение оказывает на организм человека комплексное воздействие, приводя в норму многие жизненно важные функции:

- стимулирует пищеварение;
- улучшает аппетит;
- избавляет от запоров;
- помогает регулярно очищаться кишечнику;
- благодаря наличию фитонцидов трава уничтожает глистов;
- эффективна в противостоянии с простудами

и вирусными инфекциями;

- помогает сбить температуру;
- стабилизирует гормональный фон;
- снижает концентрацию холестерина в крови;
- нормализует работу сердечно-сосудистой системы;
- положительно сказываются препараты на основе колбы на состоянии нервной системы;
- растение полезно использовать для обработки ран и воспалительных очагов, например, при фурункулезе.

Это далеко не полный перечень возможностей черемши. Поэтому при лечении целого ряда патологий медики часто рекомендуют включать эту полезную траву в комплекс терапии. Но, чтобы лечение было действительно продуктивным, надо знать о некоторых нюансах использования дикого чеснока. Расскажем, какое влияние оказывает растение на людей в зависимости от их возраста, особенностей состояния и половой принадлежности.

Для женщин. Хотя мощный чесночный аромат, исходящий от черемши, заставляет утонченных дам морщить носики, растение очень полезно для женского здоровья. Присутствие в нем никотиновой кислоты положительным образом отражается на состоянии волос и ногтей. Витамины группы В обеспечивают стабильность нервной системы, а также эти компоненты способны справиться с негативными последствиями стрессов.

Свежая зелень идеально подходит для диетического питания при похудении, а эфирные масла помогут улучшить качество сексуальной жизни.

Для мужчин. Одним из основных показателей мужского здоровья является хорошая потенция. Некоторые компоненты состава колбы способны обеспечить стойкую эрекцию мужчинам любого возраста. Кстати, еще древние греки использовали это свойство целебной травы для достижения побед на любовном фронте.

Современные ученые путем многочисленных исследований подтвердили, что регулярное употребление дикого чеснока усиливает влечение к противоположному полу. Если регулярно добавлять свежую растительность в весенние салаты, это не только поможет избежать проблем в постели, но и будет служить хорошим профилактическим средством против заболеваний мужской половой сферы.

При беременности. А вот беременным женщинам употреблять медвежий лук категорически запрещается. Несмотря на высокое содержание в дикой растительности витаминов и прочих полезных веществ, подобная добавка может стать причиной выкидыша и других осложнений беременности. Правда, некоторые диетологи

рекомендуют в умеренных порциях добавлять питательную зелень в еду на поздних сроках гестации. Но с учетом всех возможных рисков будущим мамам лучше отказаться от такого гастрономического разнообразия.

При грудном вскармливании. Специфический запах черемши придает материнскому молоку горький привкус. Поэтому малыши отказываются от груди, если мама добавляет в блюда черемшу. В свою очередь голод спровоцирует нарушение сна у ребенка и может даже стать причиной болезни. Не окрепшему после родов организму женщины дикий лук тоже может нанести значительный ущерб, например, вызвать обострение гастрита, холецистита, воспаление поджелудочной железы. Все перечисленные факторы свидетельствуют о том, что в период кормления колба принесет больше вреда, чем пользы.

Для детей. Насыщенный витаминами состав черемши поможет справиться с любыми проявлениями авитаминоза после скудного зимнего рациона. Но в детское меню добавлять питательную зелень следует очень аккуратно. До двухлетнего возраста подобные растительные добавки вообще не стоит включать, а на третьем году жизни малыша можно давать ему попробовать пару листиков растения раз в неделю. Но при этом нужно помнить, что передозировка может привести к кишечным расстройствам, нарушению сна, учащению сердечного ритма, головной боли.

Кроме того, родителям надо предельно внимательно относиться к выбору зелени: ввиду схожести по внешним признакам часто в пучке черемши можно обнаружить дикий ландыш, который опасен для детского здоровья. Если ребенок склонен к аллергическим проявлениям, лучше перенести знакомство с черемшой на более поздние сроки.

Ко всему сказанному остается добавить, что при грамотном применении медвежий лук помогает исцелиться от радикулита и ревматизма, бородавок и папиллом. Данное растение считается универсальным средством лечения грибковых инфекций и глистных инвазий.

Полезна ли переработанная?

В кулинарии разных стран мира медвежий лук нашел широкое применение. Не является исключением и традиционная кухня разных народностей, населяющих российские территории. Но среди огромного многообразия блюд с черемшой, в которых четко прослеживаются особенности каждой национальной кухни, встречается общий для всех гастрономический изыск – маринады и соленья.



Для приготовления такой очень вкусной закуски надо подготовить эмалированную посуду емкостью не менее 5 литров. На такой объем следует отдельно приготовить маринад: на 1,2 л воды берем 190 мл столового уксуса (9%-ный), немного черного перца, 3–4 листа лавра, сахар (3 л. ст.), крупной соли (2 ст. л.). Маринад надо довести до кипения, а затем залить им приготовленную в кастрюле зелень свежей черемши. После того как раствор натурального консерванта остынет, посуду можно поместить на пару дней в холодильник либо опустить в погреб.

Маринованные листья колбы можно добавлять в различные блюда или есть отдельно. Подобная добавка к рациону весной повысит работоспособность, нормализует пищеварение, добавит позитива в настроение.

При похудении

Низкая калорийность свежей черемши делает растение привлекательным в плане включения в рацион для похудения. Но надо учитывать, что калорийность жареного растительного продукта возрастает почти в три раза – до 124 ккал. Поэтому для приведения массы тела в норму целесообразно использовать свежие стебли и листья растения, которые являются отличным ингредиентом для витаминных салатов. Свежую зелень можно добавлять в супы.

Черемша превосходно сочетается с огурцами, болгарским перцем, томатами, зеленым луком, капустой.

Сытное блюдо получится, если сочетать дикий лук с отварными яйцами. Готовить пищу лучше всего на растительном масле, но можно заправлять блюда обезжиренной сметаной и йогуртом. Формируя программу похудения с включением в рацион черемши, следует учитывать, что данное растение способствует повышению аппетита. Поэтому надо четко соблюдать норму, а также нужно обязательно контролировать объем потребляемой пищи.

Диета с содержанием колбы улучшит обмен веществ и метаболизм, что очень важно при похудении. Компоненты состава растения отлично выводят лишнюю жидкость из организма. Если салаты и вторые блюда с добавлением дикого чеснока не нравятся, можно заваривать целебный чай, регулярное употребление которого тоже будет стимулировать убыль веса. Напиток готовится из мелко нарубленной свежей зелени (1 ст. л.) путем обычного заваривания. После получасового настаивания чай можно пить трижды в день перед приемом основной пищи по половине стакана.

Специальной диеты на основе черемши спе-

циалисты пока не разработали, но природный продукт будет уместен в любом низкокалорийном рационе, направленном на продуктивное снижение веса. Правда, в процессе подобной диеты надо следить за собственным самочувствием, а при малейшем ухудшении состояния сразу прекратить употребление черемши.

В медицине

В традиционной медицине лесной чеснок в чистом виде не используется, но медики охотно рекомендуют пациентам с различными патологиями добавлять витаминизированную зелень в рацион либо готовить на ее основе народные препараты. Активно используются домашние лекарства для следующих целей:

- для борьбы с глистными инвазиями;
- устранения проявлений микозов на коже и ногтевых пластинах;
- укрепления иммунитета при вирусных инфекциях;
- облегчения кашля при бронхитах;
- при лечении кожных образований (лишай, натоптыши).

Помимо перечисленных эффектов, медвежий лук обладает умеренным мочегонным свойством, хорошо тонизирует и омолаживает кожу. Если регулярно пить целебный чай с черемшой, организм будет очищаться от токсичных продуктов и свободных радикалов. Но, как уже было сказано выше, это дикое растение требует осторожности. Отдельно разберем, при каких заболеваниях колба будет способствовать скорейшему выздоровлению, а когда не стоит многолетник использовать для лечения.

При сахарном диабете. Эндокринологи настоятельно рекомендуют пациентам, страдающим сахарным диабетом, дополнять свой ежедневный рацион свежей зеленью. Поскольку в черемше практически идеальное соотношение основных пищевых компонентов, а также высокий процент витаминов, этот растительный продукт будет для них крайне полезным. Добавка свежей зелени в салаты поможет понизить содержание сахара в крови. Но маринады и соленья с диким чесноком таким больным противопоказаны.

ВАЖНО: гликемический индекс черемши - 15 единиц.

При панкреатите. Поджелудочная железа всегда отрицательно реагирует на такие добавки, как специи. Поэтому при панкреатитах даже не стоит рассматривать возможность включения медвежьего лука в рацион. Причем такие строгие ограничения распространяются также на домашние средства лечения, приготовлен-

ные на основе колбы. Дело в том, что в листьях и стеблях растения очень много аскорбиновой кислоты, которая считается запрещенным компонентом для людей, страдающих разными формами панкреатита. Пренебрежение этим правилом может спровоцировать обострение процесса даже в стадии стойкой ремиссии.

При гастрите. Нежелательным продуктом является колба для пациентов с гастритами и язвенной болезнью желудка. Такая острая добавка опасна не только для здоровья, она может стать серьезной угрозой жизни больного. Употребление подобной пряности даже в небольших дозах может усугубить состояние и повлечь серьезные осложнения. Например, при язве диета с черемшой способна стать причиной кровотечения. Поэтому специалисты советуют не рисковать с таким неоднозначным продуктом питания.

Для кишечника. Для здорового желудка и кишечника медвежий лук просто необходим. Его можно использовать для профилактики нарушений функций органов пищеварения, а также для устранения таких незначительных нарушений, как запоры. Кроме всего прочего, черемшу хорошо употреблять при дисбактериозе. Существуют два результативных варианта восстановления нормальной микрофлоры с помощью этой уникальной травы:

1. Отжать из свежих листьев колбы сок, а потом пить его перед каждым приемом пищи по столовой ложке.

2. Этот способ сложнее, потому что придется сначала приготовить настой из луковичек дикого чеснока, для чего чайную ложку листьев надо обдать 300 мл кипятка. После часового настаивания настой лесного лука следует пить по 2 столовых ложки незадолго до еды.

При подагре. Поскольку при подагре происходит существенное нарушение обменных процессов, с помощью черемши можно минимизировать негативные последствия этого распространенного заболевания суставов. Допускаются любые способы лечения: местные – в виде компрессов и растираний, можно принимать внутрь приготовленные настои с черемшой. Но самым результативным будет комплексное лечение подагры, когда в помощь основной терапии подключаются народные методики.

Рецепты народной медицины на основе черемши

Для приготовления домашних средств лечения подходят все части медвежьего лука. Приведем здесь несколько популярных рецептов, которые

помогут справиться с различными заболеваниями.

Универсальный рецепт. Свежий сок черемши идеально подходит для обработки ран и гнойничковых элементов. Если его развести водой в соотношении 1:2, то полученным раствором можно полоскать горло при ангине либо обрабатывать полость рта при стоматитах у детей. Такой состав можно капать в нос при насморке.

Мазь из черемши от экземы. Для приготовления этого наружного средства потребуются свежая зелень. Предварительно сырье измельчается, чтобы получилась кашицеобразная масса, затем к ней добавляется по столовой ложке облепиховое масло и яблочный уксус. Полученную смесь рекомендуется наносить на пораженные экземой места в первые несколько дней на 4–6 часов, а в последующие дни следует оставлять мазь на всю ночь. Это эффективное средство ускорит процесс разрешения патологии, а также снимет неприятную симптоматику: зуд, раздражение.

Настой для здоровья суставов. Лекарство, которое поможет избавиться от болей при радикулите, артритах и прочих проблемах суставов, приготовить можно за несколько минут. Лучше всего проводить такой вид лечения в сезон, когда без труда можно собрать свежий растительный материал – листья и луковички черемши. Сырье в количестве 20 граммов надо измельчить, а потом обдать стаканом кипятка. Когда настой остынет, его надо втирать в проблемные места.

Настойка спиртовая. Дома лучше готовить такой препарат на водке. При этом можно использовать как свежую зелень, так и заготовленное впрок сырье. Несколько столовых ложек базовой основы (2–3) заливают спиртосодержащим продуктом, а потом оставляют настаиваться на несколько недель (1,5 месяца). Полученным средством можно лечить:

- затажной кашель;
- непрекращающийся насморк (надо вставлять тампоны в каждый носовой проход);
- ревматизм и подагру (используется в качестве средства для растирания);
- для нормализации давления;
- при отеках настойка будет действовать как диуретик;
- при проявлениях атеросклероза.

Для внутреннего применения следует 30 капель настойки разбавить небольшим количеством воды и выпить натощак.

Приготовленная таким способом настойка поможет активизировать работу мозга. Не исключается и такой вариант лечения, как разжевывание свежих листочков черемши. Такой способ обеспечит чистоту полости рта и здоровье зубов.

Вред и противопоказания

Любое растение, особенно такое специфическое, как черемша, кроме положительных качеств, имеет свои минусы применения. Так, свежий сок растения очень агрессивен по свойствам, поэтому его следует аккуратно использовать для приема внутрь. Но существуют полные противопоказания применения данного растения в любых формах. В этом списке:

Период беременности и вскармливания грудью у женщин.

Нельзя принимать внутрь настойки, отвары, чай с медвежьим луком лицам, страдающим гастритами, гепатитом, язвенной болезнью, панкреатитом и некоторыми другими заболеваниями пищеварительной системы.

Большим эпилепсией тоже противопоказан данный продукт.

Нельзя употреблять в любых видах черемшу и тем, у кого индивидуальная непереносимость этого многолетника либо каких-то отдельных компонентов его состава.

Для предотвращения побочных эффектов от передозировки растительного препарата, нужно четко следовать инструкции в применении и соблюдать положенную дозировку. Если не придерживаться данного правила, чрезмерное употребление колбы может привести к стойкой бессоннице, поносу, серьезным нарушениям сердечной деятельности.

Самое разумное – это перед началом приема лекарственных средств и добавления зелени в рацион сделать тест на чувствительность, нанеся капельку свежего сока на внутреннюю часть локтевого сгиба. Если через сутки кожа в этом месте останется неизменной, тогда можно использовать черемшу.

Сахалинец нашел телефон и перевел себе деньги

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Охинский» завершено расследование уголовного дела в отношении 21-летнего жителя районного центра. Молодой человек обвиняется в совершении кражи с банковского счета с причинением значительного ущерба гражданину.

В ходе следствия установлено, что фигурант, находясь у жилого дома по улице 60 лет СССР, обратил внимание на лежащий на асфальте мобильный телефон. Молодой человек поднял его, убрал в карман и отправился к себе домой.

Находясь у себя дома, он осмотрел гаджет, который был оснащён защитным паролем. Произведя с ним некоторые манипуляции, ему удалось разблокировать устройство.

Вскоре на телефон поступило смс-сообщение о совершении покупки и с информацией об остатке на балансе денежных средств в сумме 5539 рублей. Поняв, что к сим-карте подключена услу-



га «Мобильный банк» и зная, что с ее помощью можно осуществлять безналичные переводы, гражданин решил таким образом похитить деньги со счета. Обвиняемый отправил команду о переводе средств на счет своей знакомой. Последняя, не зная о происхождении денег, перевела их на ука-

занные фигурантом абонентские номера. В дальнейшем охинец распорядился похищенными деньгами по своему усмотрению, причинив потерпевшему значительный материальный ущерб.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Украл запчасть и продал ее другу

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 38-летнего жителя областного центра, обвиняемого в краже.

Установлено, что фигурант, находясь по месту своего проживания, распивал совместно со своим знакомым спиртные напитки. Во время застолья он вспомнил, что другой его знакомый просил помощи в приобретении наклейки на передний бампер на принадлежащий последнему внедорожник премиум-класса. Так как фигурант работает кузовщиком, он согласился помочь.

Установлено, что фигурант, находясь по месту своего проживания, распивал совместно со своим знакомым спиртные напитки. Во время застолья он вспомнил, что другой его знакомый просил помощи в приобретении наклейки на передний бампер на принадлежащий последнему внедорожник премиум-класса. Так как фигурант работает кузовщиком, он согласился помочь.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Житель Углегорска подозревается в разбое

В производстве следственного отдела ОМВД России по Углегорскому городскому округу находится уголовное дело, возбужденное в отношении 35-летнего жителя районного центра. В действиях мужчины усматриваются признаки преступления, предусмотренного ч. 2 ст. 162 УК РФ – разбой, совершенный с применением предмета, используемого в качестве оружия.

Установлено, что 19 марта указанный гражданин, будучи в состоянии алкогольного опьянения, пришёл к 63-летней соседке, проживающей в отдельной комнате квартиры коммунального типа. Он потребовал у женщины 2500 рублей, на что получил отказ.

Тогда фигурант в целях хищения её имущества напал на пенсионерку. Используя деревянный табурет, злоумышленник ударил потерпевшую по голове, после чего похитил у неё денежные средства.

Впоследствии женщина обратилась за медицинской помощью, которая ей была оказана. А участковый уполномоченный полиции, установив обстоятельства преступления, передал материалы проверки в следствие для возбуждения уголовного дела.

В настоящий момент проводятся следственные действия, направленные на сбор и закрепление доказательств, решается вопрос об избрании в отношении подозреваемого меры пресечения в виде заключения под стражу.

Кража мобильного

В ОМВД России по Поронайскому городскому округу поступило заявление от 35-летнего местного жителя. Гражданин сообщил, что забыл свой сотовый телефон на прилавке в торговом павильоне, расположенном на улице Октябрьской, откуда он пропал. Стоимость гаджета составила 13 тысяч рублей.

Сотрудникам уголовного розыска поступила оперативная информация о возможной причастности к хищению указанного имущества ранее судимого за кражи жителя Поронайска 1986 года рождения. В ходе проверки эти сведения подтвердились. Полицией установлены местонахождение разыскиваемого. Как выяснилось, мужчина заметил оставленный без присмотра телефон и решил его похитить. В дальнейшем фигурант пользовался им в личных целях. Полицией изъяты похищенное.

Возбуждено уголовное дело. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Раскрыто хищение

18 апреля в отдел МВД России по городскому округу «Александровск-Сахалинский район» поступило заявление от 48-летней местной жительницы о том, что несколько дней назад из ее квартиры похитили банковскую карту, с помощью которой были совершены покупки в различных магазинах города Александровска-Сахалинского на сумму почти 10 тысяч рублей. Кроме этого, был похищен сотовый телефон.

В ходе проведения оперативно-разыскных мероприятий полицейские установили обстоятельства случившегося, а также личность подозреваемой. Как выяснилось, 49-летняя гражданка пришла домой к своей знакомой. Входная дверь оказалась не заперта, а хозяйка крепко спала. Тогда незваная гостья прошла в жилище, откуда похитила вышеуказанное имущество. После чего скрылась и отправилась по магазинам,

где совершала покупки, расплачиваясь за них чужой кредиткой.

Полицейские изъяли похищенный гаджет. По данным фактам возбуждены уголовные дела. В отношении подозреваемой избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

Кража с кредитки

Следственным управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску окончено расследование уголовного дела в отношении 57-летнего жителя областного центра, обвиняемого в краже.

Установлено, что 6 января фигурант пришел домой с работы и увидел в прихожей банковскую карту. Несовершеннолетняя дочь пояснила, что нашла ее на улице и принесла домой. В дальнейшем при помощи чужой кредитки мужчина совершал покупки в торговых объектах города и давал карту в пользование своим детям.

После этого он выбросил кредитку в мусорный контейнер. Всего с карты было потрачено более 8 тысяч рублей, что для потерпевшей является значительным ущербом.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

Покушение на угон

14 апреля в отдел МВД России по городскому округу «Охинский» поступило сообщение от 47-летней местной жительницы. Женщина сообщила, что в ночное время неизвестные пытались угнать её автомобиль. Панель была разбита, также имелись другие видимые повреждения.

В результате проведенных оперативно-разыскных мероприятий сотрудниками уголовного розыска была установлена причастность к данному деянию 20-летнего охинца. Молодой человек в ночное время прогуливался по улице Советской и его внимание привлек мини-джип, припаркованный в одном из дворов. Он дернул ручку, дверь оказалась не заперта, и сигнализация также не сработала. Он проник в салон, вскрыл панель, чтобы соединить провода и запустить двигатель. Попытки злоумышленника не увенчались успехом, и он поспешил покинуть место преступления, побоявшись быть застигнутым.

Возбуждено уголовное дело. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде.

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

СТЕЛМА
 Полный комплекс по обустройству захоронений (под ключ):
 + памятники + укладка
 + оградки гранитной плиткой
 + столы + бетонирование
 + лавки + худ. работы и т. д.
 + вазы
 • 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

		Профессия Ли Ахеджаковой	Давление воды и обстоятельства	Заседание партийцев в полном составе	Душечка в х/ф "В джазе только девушки"	Лагерь для путешественников на колесах	Заменитель кожи для солдатских сапог	Постояние братьев наших меньших	"Тропа" между кресел в кинозале	Обитающий в арктических водах единорог	
		Великий сын Филиппа Македонского	Исполнитель главной роли в к/ф "Зимняя вишня"	Широта мероприятия	Богиня судебных дел	"Робин Гуд" Антонию Бандераса	Комплект столового серебра на одну персону	Стихи, пронизанные нежными чувствами			
		"Скидка" слабому сопернику	"Креманка" для брота	Милитаристский цвет							
		Высочайшая земная вершина	"Тросточка" калики перехожего	Роль Вицинав фильмах Гайдая	Курья у избушки Бабы Яги	Вывеска "Магазин закрыт на ..."	Пара жердей под ногами клоуна				
		Прос-торы Нептуна	Сорт винограда для десертного вина	Процесс восприятия печатного текста	Изогнутая линейка закройщика						
Съедобная оболочка медицинской капсулы	"Прибыль" с одной рыбалки	Тигр на "генеалогическом древе" Мурки		Грех жителей Содома	Взывают выше ели, не ведая преград (песен)						
Задор, охватывающий перебравшего		Друг, за спиной говорящий гадости о Вас	Принципальный мая "Спартака" и ЦСКА		Композиция на CD	Кабань старину					
Отдаленная от центра часть села	Суровые условия крайнего севера		Гоночное авто а-ля метеор	Боковой "отросток" ж/д-магистрали							
Геометрия дорожки конькобежцев	Определение в грамматике		Карнавалный сувенир из Венеции	Аккомпанемент для цыганских плясок	Высший чин во флоте	Строитель пирамиды на цирковой арене					
Кислятина для маринада	Извилистая "колея" реки	Контингент низкопробного кабака		Чашка в чайхане	Айпод с наушниками						
Друг Слоенка и Попугая в мультике	Гримаса ехидного собеседника		Аквариумный "кузен" карпа	Дворянин у истоков знатного рода							
"Амуниция" коня кавалериста	Кушанье, подаваемое по большим праздникам				Кальцинированный отбеливатель	Грозовая "вата", пропитанная дождем					
Богатырь, считавший папкой Зевса	Любопытный тип из квартиры напротив		The в английской грамматике	Лузер, смешавший окружающих	Ступенчатая "соседка" пандуса	Утварь с сетчатым дном					
"Святоша" из царства насекомых	Персонаж мультика по имени Гаф	Божок в капище		"Косильщик" елок и берез							
Пароходик с баржей "на хвосте"		Болтун, которому верить нельзя	Нежаркая сторона света			Загородный признак благосостояния					
	Свинцовый и железный пигмент		Травма клиента от неловкого брадобрея	Острая палочка для детской игры	"Дресскод" лаборанта						
Карточка для доски почета	Донна Роза д'Альвадорес для Чарли	Наметенные ветром листья	Организация, где работал Печкин								
	Полосатая лакомка на куске арбуза	Полезное вещество из морковки			Мягкая подстилка в спортзале						
Место для променада театралов в антракте	Точка, что ставил Тайсон в поединке		Распорядок дня за подписью врача								
		"Чешуя" для крыши									
Дорожка на взлетном поле	Родина Элли, унесенной ураганом		Алый фон вечернего радеву								