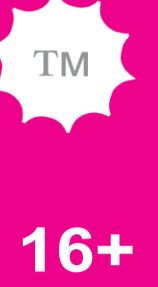


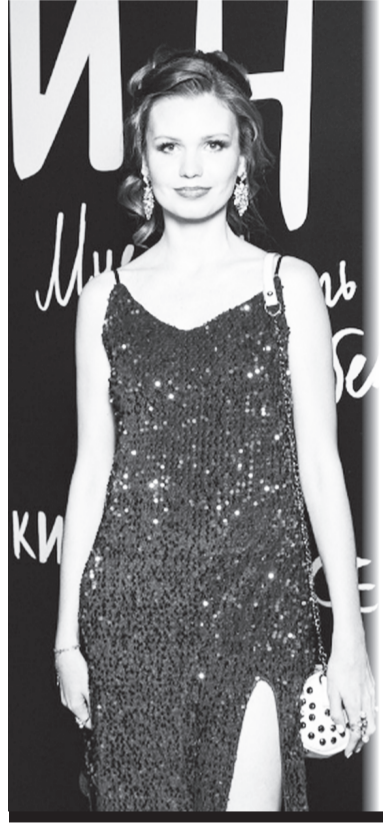
№41  
(1209)  
13 октября  
2021  
среда

# Телемир



Твоя любимая газета

## «Российскому кино не хватает свободы» 7



В российский прокат 30 сентября вышел режиссерский дебют Лены Ланских «Ничья» о живущей в провинции 14-летней Вике, родившей ребенка, о котором никто не должен знать. Фильм участвовал в конкурсе «Кинотавра», однако там остался без призов, зато получил главную награду секции «Новые режиссеры» международного кинофестиваля в Сан-Себастьяне. Мы поговорили с Леной Ланских о выборе столь непростой темы для своего дебюта, поиске актрисы на главную роль, изображении, которое подчас больше влияет на драматургию, нежели сюжет, и свободе, которой так не хватает российскому кино.

- Почему вы выбрали для своего дебюта именно такую историю?

- Вообще я не планировала снимать именно эту историю, у меня была другая, о которой я написала продюсерам, но так получилось, что они сказали, что уже делали нечто подобное, и спросили, есть ли у меня что-то еще.

**На Сахалине прошли Дни армянской культуры**  
Подробности на стр. 6

### ХОТИТЕ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ОЧКОВ?

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ В ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ

**БЫСТРО** — **БЕЗБОЛЕЗНЕННО** — **БЕЗОПАСНО**

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ПРЕДЛАГАЕТ:

- САМЫЙ БЫСТРЫЙ высокоточный эксимерный лазер ALLERGRETTO WaveLight EX500 последнего поколения, позволяющий работать в наиболее широком рефракционном диапазоне (близорукость, дальнозоркость, астигматизм);
- КОРОТКИЙ восстановительный период;
- ДИАГНОСТИЧЕСКОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ на современном офтальмологическом оборудовании;
- МЕДИЦИНСКИЙ ПЕРСОНАЛ, имеющий многолетний опыт работы в диагностике и лечении глазных заболеваний

НАШ АДРЕС: г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 279А  
СПРАВКИ и запись по телефону 290-440

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257 выдана 20.03.2019 Министерством здравоохранения Сахалинской области

Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста

### АЛКОГОЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

Врач-нарколог высшей категории  
**Дю Виктор Дмитриевич**  
ПОМОЩЬ НА ДОМУ  
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 ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ  
ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

### БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ С ОБСАДКОЙ

**Гарантия**

Требуется специалист-бурильщик  
28-79-37,  
8-914-758-79-37

В кулинарный цех требуются **ПЕКАРИ** (граждане РФ). Гибкий график работы, пятидневка (с воскресенья по четверг).  
62-05-22, 62-05-35

### "Мега Транс Сервис"

Транспортно-экспедиционная компания  
г. Южно-Сахалинск

## ОТПРАВКА ДОМАШНИХ ВЕЩЕЙ во все города России от 1 кг

**БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО**

ул. Пуркаева, 65  
Т.: 8 (4242) 39-00-94, 39-00-98, 39-00-91

### Стоматологическая клиника ООО «Стоматолог»

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

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

МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ЛИЦЕНЗИЯ ЛО-65-01-000624 ОТ 21.02.2014 ВЫДАНА МИНИСТЕРСТВОМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

### СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»

Детский невролог-остеопат	<b>Бобровникова Тамара Валентиновна</b> Лечение последствий родовых травм, различных неврологических нарушений (тонусные нарушения, гипертонусность и т.д.). Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»	72-00-30, 735-999 <small>Лит. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.</small>
Детский мануальный терапевт-остеопат	<b>Соколова Елена Анатольевна</b> Лечение последствий родовых травм, различных нарушений осанки (сколиоз, сутулость и т.д.). Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»	72-00-30, 735-999 <small>Лит. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.</small>
Программа АНТИТАБАК Помощь в избавлении от никотиновой зависимости методом иглотерапии. Гарантийная поддержка один месяц. Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»		72-00-30, 735-999 <small>Лит. 6501000008 от 15.03.08 выд. Сах. обл. деп. здравоохр.</small>

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

ООО «ООО «Чистяковъ», ОГРН 1166501052761, г. Южно-Сахалинск, ул. Тихая, 104

- СТИРКА ОДЕЯЛ, ДИВАННЫХ ЧЕХЛОВ, ПЛЕДОВ
- ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ

## СТИРКА КОВРОВ

CLEANING COMPANY (от 2 дней)

### Чистяковъ

47-03-47 30-30-43

Приедем, заберем, постираем, привезем!

### 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

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

### КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ КУХНИ

САЛОН **Стиль** КУПЕ

от дизайн-проекта до монтажа

## СКИДКИ от 5 до 10%\*

## Рассрочка платежа

\* До 31.10.2021 г. Подробности по тел. 5-000-88. Организатор - магазин «Стиль-купе» (ИП Пег Ю. Д.)

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

### КОМПАНИЯ ДОМИНАНТА НЕДВИЖИМОСТЬ

## ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДАЖА ВАШЕЙ КВАРТИРЫ

**ПРОДАНО**

DOMINANTA65.RU  
39-88-11

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ САХАЛИНА

## НОВЫЙ АСТВ

ТЕПЕРЬ 24 ЧАСА

ВО ВСЕХ СЕТЯХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ

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

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

- в сети кабельного оператора «Солнце Телеком» (65 канал);
- в сети кабельного оператора «ТТК-Транстелеком» (65 канал);
- в интерактивном телевидении ООО «Сайт» (22 канал);
- в интерактивном телевидении «Ростелеком» (751 канал).

Кроме того, телеканал АСТВ – первый и единственный на Сахалине – запустил стриминговое вещание в сети Интернет - в том числе на портале **astv.ru** и в собственном мобильном приложении АСТВ, доступном для скачивания в App Store и Google Play.

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

Лиц. NO 6502 № 00155 от 25.11.2011 г., выд. Деп. здрав. Сах. обл.  
**ООО «ВИРГО»**  
**ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ!**  
 ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3  
 Т.: 22-08-79, 46-82-50  
 E-mail: virgo\_sakh@mail.ru

**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

Лиц. №77-01-001395 от 10.08.2006 г.  
 Выд. Деп. здравоохранения Сах. обл.  
 на основании лицензионного органа до 28.04.2021 г. №897.  
**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

**БАЛКОНЫ**  
**ИЗ ДЕРЕВА**  
 Остекление,  
 отделка,  
 расширение  
**УСТАНОВКА**  
**МЕЖКОМНАТНЫХ**  
**ДВЕРЕЙ**  
**ЦЕНЫ НИЗКИЕ**  
**КАЧЕСТВО**  
 ☎ 27-86-32

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

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

ИП Щербань Сергей Александрович  
 @sakh.softlain  
**Тел. 26-54-35**  
**Ватсап 8-914-756-54-35**  
**«САХ СОФТ ЛАЙН»**  
**мастерская**  
**мягкой мебели**  
**ПЕРЕТЯЖКА, ИЗГОТОВЛЕНИЕ, ДИЗАЙН**  
**МЕБЕЛЬНЫЕ ТКАНИ + ВСЕ КОМПЛЕКТУЮЩИЕ**  
**Продажа мебельных тканей со склада**  
**в Южно-Сахалинске**  
 Работаем с бюджетными и государственными учреждениями через  
 торговую площадку В2В Сбербанк, согласно 44-ФЗ о закупках.  
 Пл. район Луговое, ул. Красная Речка, 35 Б

**В ТЦ «Океан»**  
**сдаются**  
**В АРЕНДУ**  
**ПОМЕЩЕНИЯ**  
 Ул. Ленина, 131  
**Т. 72-19-88**

**ПРЕПАРАТЫ**  
**ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ**  
**И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ.**  
**ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ**  
 Перед употреблением проконсультироваться  
 с врачом. Имеются противопоказания.

На базе областного медицинского  
 учреждения выполняются следующие  
 виды услуг:  
**ИССЛЕДОВАНИЯ**  
**ЖЕЛУДКА И**  
**КИШЕЧНИКА**  
 Удаление папиллом,  
 кондилом, родинок  
**Тел. 48-03-77**  
 Имеются противопоказания. Необходима консультация специалиста.

**УСЛУГИ**  
**СПЕЦТЕХНИКИ**  
 - Площадки, площадки  
 бортовые - 12 м, 14 м,  
 г/п до 25 т  
 - Контейнеровозы  
 - Фронтальные погрузчики  
 (ковш 2,2 куб. м)  
 - Самосвалы (20 - 25 т)  
 - Рефрижератор  
 (86 куб. м, г/п 25 т,  
 по Сахалину  
 и Дальнему Востоку)  
 - Автокран (г/п 25 т)  
**ПОМОЖЕМ**  
**С ПЕРЕЕЗДОМ**  
 Автофургон  
 (2 т) + грузчики  
**Т. 27-41-69**

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

# На Сахалине отгремела «Золотая осень»

Двухдневную ярмарку «Золотая осень Сахалина» провели на площадке у Дома торговли. В этом году свою продукцию здесь представили более 160 сельхозпроизводителей из девяти районов области. Ярмарка, организованная совместно с генеральным партнером АО «Россельхозбанк», прошла под лозунгом #СвоёРодноеОстровное. Организации также поучаствовали в тематических конкурсах и провели различные мастер-классы.



Осенняя ярмарка всегда окружена атмосферой праздника и хорошего настроения, - отметил губернатор Валерий Лимаренко. - Сахалинцы могут запастись свежей и качественной местной продукцией по приемлемым ценам. Тем более что наши сельхозтоваропроизводители смогли получить достойный урожай. А значит, мы сможем обеспечить жителей региона собственным продовольствием на долгие месяцы вперед.

Глава области считает одним из важных вопросов доступность цен на продукты питания для сахалинцев и курильчан. Для этого власти развивают торговую сеть экономформата. Сейчас товарооборот в ней достиг 25 процентов от общего объема продаж продовольствия. Проводятся ярмарки, расширяется фирменная сеть производителей, организуется мобильная торговля.

Участниками нынешней ярмарки стали крестьянские и личные подсобные хозяйства,

садоводы, огородники, предприятия пищевой и перерабатывающей промышленности, а также компании рыбопромышленного комплекса.

Они представили широкий ассортимент товаров: картофеля, овощей, мясных и молочных изделий, рыбы и морепродуктов, хлебобулочной, кондитерской продукции, кулинарии. Торговая наценка - минимальная. К примеру, килограмм картофеля можно было купить за 30-35 рублей. Для сравнения, даже в фирменных торговых точках местных производителей вне ярмарки цена на клубни начинается от 42 рублей.

- Ходить на осеннюю ярмарку для меня - многолетняя привычка и большое удовольствие, - рассказала жительница Южно-Сахалинска Виктория Новопашина. - Здесь увидишь со знакомыми, обсудишь последние новости, ну и, конечно, купишь нужные товары

по нормальной цене. Вот, например, лук и мед, а еще мяса и картошки - пойду домой жарить.

Традиционно на ярмарке сахалинцы активно покупали рассаду овощных культур, семена картофеля высоких репродукций лучших и традиционных сортов, саженцы ягодных кустарников и плодовых деревьев, а также сопутствующие товары - минеральные и органические удобрения, садовый инвентарь.

Областное министерство сельского хозяйства и торговли подготовило гостям праздника богатую культурно-развлекательную программу, которая радовала присутствующих два дня: выступления творческих коллективов, конкурсы и розыгрыши от партнеров, а также кулинарные мастер-классы от ведущих шеф-поваров.

Например, совхоз «Тепличный» провел нынешнюю ярмарку в оранжевом цвете, который является символом

Оранско-Нассауской династии, правящей в Нидерландах. Развлечения были соответствующие: мастер-класс по рисованию тюльпанов, викторина на знание Голландии, лекция про творчество Ван Гога, выступление творческого коллектива с голландским танцем и обучение ему желающих. Гостей угощали гороховым супом и пирожками с картофелем фри.

Глава ведомства Инна Павленко вручила благодарности министерства муниципальным образованиям и творческим коллективам, дипломы победителям по 11 специальным номинациям среди островных сельхозтоваропроизводителей, а также наградила лучших по итогам конкурса «Красота родного края».

В зоне фуд-корта горожане смогли попробовать блюда, приготовленные островными поварами из продуктов местного производства: свежих овощей, мяса и рыбы.

# Новоселье в Смирных

Новоселье отпраздновали 60 семей из Смирныховского района. Они заселили пятиэтажный дом по улице Горького, 22 в Смирных. Новостройку с опережением графика возвели в рамках областной программы расселения, которая реализуется по инициативе губернатора Валерия Лимаренко.



- Сахалинцы и курильчане должны жить в комфортных условиях, - отметил Валерий Лимаренко. - Это наша приоритетная задача. Мы уже серьезно продвинулись в ее решении. И продолжаем наращивать темпы строительства, чтобы как можно больше людей смогли улучшить свои жилищные условия. Ввод дома в Смирных - часть этой большой работы.

Квартиры полностью готовы для проживания: в них сделан ремонт, смонтирована сантехника, установлено необходимое оборудование. Остается только завезти свою мебель. Все квартиры в этом доме

предварительно осмотрел «народный контроль». В начале сентября будущие новоселы высказали свои замечания застройщику, и к концу месяца строительная компания устранила все недочеты по отделке помещений. При этом на каждое жилое помещение действует гарантийный срок 5 лет. Если жильцы обнаружат недостатки, застройщик обязуется устранить их за

свой счет. Как рассказал глава района Егор Белобаба, в этом же микрорайоне строятся еще две пятиэтажки. Ключи от квартир там получат 199 семей.

Отметим, что Сахалинская область одной из первых в России выполнила программу расселения жилья, признанного аварийным до 1 января 2017 года. Федеральный центр поддержал инициативу

Валерия Лимаренко о включении островного региона в новую программу, рассчитанную на расселение фонда, призванного непригодным для проживания до 1 января 2021 года. В ближайшую пятилетку ключи от комфортных квартир получат почти 29 тысяч жителей островного региона. 5,8 тысячи сахалинцев и курильчан отметят новоселье уже в этом году.



## АДМИНИСТРАЦИЯ ЮЖНО-САХАЛИНСКА ИНФОРМИРУЕТ

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



# Возраст делится на три? Пора к врачу!

Жителям Южно-Сахалинска напоминают о возможности пройти диспансеризацию в медицинских учреждениях по месту жительства.

Только в поликлинике № 4 областного центра за прошлый месяц диспансеризацию прошли около тысячи пациентов. Главная цель комплексного обследования - выявить хронические и инфекционные заболевания, в том числе на ранней стадии. Гражданам от 18 лет врачи рекомендуют проходить профилактические медицинские осмотры каждые три года. Если возраст пациента делится на три, значит, наступил год его диспансеризации. После 40 лет обследоваться можно ежегодно.



Одними из наиболее распространенных являются патологии сердечно-сосудистой системы, онкологические заболевания, болезни органов дыхания, - рассказала врач-терапевт отделения

профилактики поликлиники № 4 Анастасия Саблина. - Также у многих пациентов нередко обнаруживаются эндокринологические патологии.

Пройти базовый медицинский осмотр в поликлиниках по месту жительства можно в любой день, кроме воскресенья. Но для более удобного и комфортного обследования определены среда - с 17.00 до 20.00 и суббота - с 9.00 до 15.00, в это время работа медучреждений ориентирована на диспансеризацию. Возможны корректировки часов приема на усмотрение поликлиники. При себе необходимо иметь паспорт, полис ОМС, СНИЛС.

Памятка по прохождению профилактического медицинского осмотра размещена на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска.

# Закажи техплан за 10 тысяч!

МКП «Горархитектура» информирует собственников индивидуальных жилых домов, которые еще не поставлены на кадастровый учет в Росреестре Сахалинской области, о возможности заказать технический план индивидуального жилого дома по фиксированной цене - 10 тысяч рублей.

Решение принято с целью оказания поддержки южносахалинцам, которые построили индивидуальные жилые дома, но по финансовым причинам, в том числе из-за ограничений по коронавирусу, пока не поставили их на кадастровый учет в Росреестре.

Средняя стоимость технического плана индивидуального жилого дома в зависимости от удаленности участка, площади, этажности и т. д. варьируется от 10 до 20 тысяч рублей.

Муниципальное предприятие «Горархитектура», в рамках своей коммерческой деятельности, предлагает выполнить в короткие сроки технический план по фиксированной стоимости 10 тысяч рублей независимо от характеристик объекта.

Заявки принимаются до 30 ноября 2021 года по адресу: ул. Вокзальная, 13 в рабочие дни с 8.30 до 17.30. Справки по телефонам: **500-085, 300-932 (доб. 1)**.

# «Карта сахалинца» набирает популярность

В департаменте социальной политики Южно-Сахалинска состоялась рабочая встреча с председателями СНТ городского округа. Тема повестки - социальные вопросы, в том числе реализации проекта «Забота 65+».

С начала летнего сезона специалистами департамента был проведен ряд встреч по всем планировочным районам города по проекту «Забота 65+». Эта встреча стала отправной точкой для нового этапа. Председатели СНТ в качестве аудитории выбраны не случайно - именно на территории товариществ как в летний период, так и на постоянной основе проживает много представителей старшего поколения.

Участникам встречи еще раз напомнили, что проект «Забота 65+» инициирован губернатором Сахалинской области Валерием Лимаренко. Одним из его направлений является проект «Карта сахалинца». Многие из председателей поделились, что уже активно пользуются данным продуктом, и оценили его удобство и преимущества как единого

инструмента - банковской карты, проездного билета, бонусной карты с большой скидочной программой и другими привилегиями.

Присутствующие на встрече представители правительства региона, курирующие проект, рассказали о последних новостях и преимуществах «Карты сахалинца». Так, теперь она может использоваться в качестве единого документа при записи к врачу - для этого нужно предъявить карту администратору поликлиники.

Председатели СНТ выразили готовность оказать содействие в продвижении информации о возможностях проекта.

Удобно, что наши бабушки и дедушки смогут оформить заявления на выдачу карты, не выезжая за пределы товарищества, - рассказала представитель ряда СНТ Элеонора Петросян. - Департамент социальной политики пообещал оказать содействие в организации централизованной работы по оформлению карты для тех наших жителей, кто еще не успел это сделать.

Напомним, проект «Карта сахалинца» ориентирован на граждан разного возраста и имеет социальную направленность. Горожане старше 70 лет могут бесплатно пользоваться услугами общественного транспорта, а люди от 55 - посещать учреждения культуры и спорта, в том числе театры, кинотеатры, краеведческий музей, зоопарк, бассейны, спортивные школы, а также бесплатно подниматься на СТК «Горный воздух». Школьникам «Карта сахалинца» может заменить проездной билет в автобусе. Пенсионеры могут оформить на нее получение выплат от ПФР и других государственных учреждений.

«Картой сахалинца» также можно расплачиваться за покупки, получать дополнительные скидки в магазинах, кафе и других организациях-партнерах проекта и получать бонусы, кешбэк. Оформить специальную карту можно в Сбербанке, банке «АТБ», «Газпромбанке», банке «Итуруп», «Россельхозбанке», «ВТБ». Карта работает на базе национальной платежной системы «Мир», выпускается и обслуживается бесплатно.

## Ментальная стагнация или новые горизонты?

**К чему может привести отказ от необходимого слухопротезирования? И что будет, если все же его пройти? На эти вопросы отвечает врач сурдолог, оториноларинголог высшей категории, главный врач клиники слуха «Аудионика», Елена Юрьевна Кропачева.**

Снижение слуха не опасно для жизни и здоровья само по себе, но его последствия бывают весьма разрушительными для человека.

«Я стала рассеянной», «плохо запоминаю», «все сложнее выполнять мою обычную работу», «теряю связь с миром» - это фразы моих пациентов, которые столкнулись с потерей слуха и не обратили на нее должного внимания.

Важно понимать, что мы слышим не ухом, мы слышим мозгом. Ухо - только передатчик, который транслирует информацию на кору головного мозга, которая, в свою очередь, проводит ее обработку. Когда происходит снижение слуха, ухо больше не может выполнять свою функцию в полной мере, и некоторые участки коры начинают «простаивать», что ведет к изменениям в мозге.

Среди слабослышащих людей высокий процент раннего развития деменции и болезни Альцгеймера. Вот так тугоухость, которая не причиняет вам физической боли, может лишить вас возможности здраво

мыслить, притупить внимание и даже разрушить вашу личность.

Что делать? Необходимо заставить мозг работать в прежнем объеме, постоянно тренировать и не давать ему расслабляться. Именно это и происходит, когда вы проходите процедуру слухопротезирования. При помощи технологий специалисты перераспределяют нагрузку на ухо и помогут вам слышать мир в его истинном звучании.

Слабослышащий человек и так подвергается большому количеству рисков и часто страдает от одиночества, и проблемы с умственной деятельностью - это уже слишком.

Мои пациенты после слухопротезирования делают большие успехи. В зависимости от интересов, они поглощают турецкие сериалы, осваивают новые профессии, изучают иностранные языки, учат стихи и выступают с лекциями.

Нужно отметить, что при значительных изменениях в мозговой деятельности процесс адаптации после слухопротезирования - не менее важный этап, чем само слухопротезирование. Мы с коллегами разработали методику, которая позволяет научиться слышать заново в среднем за два месяца. Мы гордимся нашей авторской программой адаптации. Но лучше все-таки не запускать проблемы со слухом.

Запишитесь на бесплатную консультацию к специалистам по слуху «Аудионика» и начните слышать!

**Аудионика**  
Специалисты по слуху

**БЕСПЛАТНОЕ  
ОБСЛЕДОВАНИЕ СЛУХА**

**СПЕЦИАЛИСТЫ ПО СЛУХУ «АУДИОНИКА» СПОСОБНЫ РЕШИТЬ ПРАКТИЧЕСКИ ЛЮБУЮ ПРОБЛЕМУ СО СЛУХОМ. ЗАПИШИТЕСЬ НА БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ СО СПЕЦИАЛИСТОМ И НАЧНИТЕ СЛЫШАТЬ!**

**8 (4242) 30-35-53**

**ЮЖНО-САХАЛИНСК,  
УЛ. ЛЕНИНА, 242**

AUDIONIKA.RU



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОВОКАЗАНИЯ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ  
Лицензия ЛО-25-01-004403 от 9 июня 2018 г.

# Военный городок подключат к газу

По поручению губернатора Сахалинской области Валерия Лимаренко военный городок в Южно-Сахалинске подключат к газовой котельной. Муниципальная котельная на экологически чистом топливе с 2016 года обеспечивает теплом жителей Хомутово-2. В нынешнем отопительном периоде к ней подключат еще и Хомутово-1 – это восемь домов, где проживают 1800 человек. Глава региона лично проконтролировал, как идет эта работа.



От жителей военного городка мне в социальных сетях не раз поступали жалобы на то, что в квартирах недостаточно тепло, - подчеркнул Валерий Лимаренко. - Этот отопительный сезон микрорайон начинает со старой угольной котельной, но к 25 октября его должны подключить к новой, газовой. Работу необходимо провести спокойно и грамотно, чтобы у людей дома не было перебоев с теплом. Срывов отопительного сезона быть не должно – это недопустимая ситуация.

Мощность муниципальной газовой котельной – 8 Гкал/час – рассчитана на два жилых микрорайона. Военный городок ранее не могли подключить к современному объекту энергетики из-за того, что жилые дома находятся в ведении Минобороны РФ.

В этом году мы наконец получили соглашение на прокладку теплотрассы, - пояснил вице-мэр Южно-Сахалинска Александр Гринберг. - Рассчитываем провести работы в течение двух недель, пока температуры еще не такие низкие, и подключить дома к газовой котельной. Старую, угольную мы проверили – она тоже готова к отопительному периоду.

Отметим, подготовка Сахалинской области к нынешнему осенне-зимнему периоду началась

еще прошлой весной – как только завершился прошлый отопительный сезон. В этой работе были задействованы тысячи человек по всему региону. Подготовка шла на основании дорожной карты, составленной на основании поручения губернатора.

На подготовку к зиме из регионального бюджета направили более миллиарда рублей. Было отремонтировано 16,7 (104% от плана) километров тепловых и 38,3 (106% от плана) километра водопроводных сетей, а также 5,6 (100% от плана) километра сетей водоотведения. Все ресурсоснабжающие организации области своевременно заключили договоры на поставку угля и жидкого топлива.

На складах в муниципальных образованиях находится более 118,4 тысячи тонн угля – это 102 процента от нормативного запаса топлива. Запас жидкого топлива составляет 4,4 тысячи тонн – 101 процент от необходимого объема.

Первыми отопительный сезон встретили Охинский и Ногликский районы. В остальных городских округах, кроме Невельского и Южно-Курильского, батареи потеплели с 1 октября. Условием для начала отопительного сезона является среднесуточная температура – ниже 8 градусов Цельсия в течение пяти суток подряд.

# Газификация продолжается

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко посетил семью пенсионеров из Лиственничного, которые первый отопительный сезон встретили с экологически чистым и экономичным топливом. По решению главы региона сахалинцам компенсируют до 200 тысяч рублей на подключение дома к газу. Это сумма двух субсидий – на подготовку домовладения и на приобретение оборудования.

В нашем газодобывающем регионе жителям частного сектора должно быть доступно экологически чистое природное топливо, а не уголь, оставляющий дым и копоть, - отметил Валерий Лимаренко. - По инициативе президента Владимира Путина сейчас проводится социальная газификация, или догазификация. Газ бесплатно доводят до границ домовладений, а мы из областного бюджета компенсируем расходы на подключение и покупку оборудования.

По поручению губернатора разработан ежемесячный график подключений абонентов по каждому населенному пункту. До конца 2022 года должны догазифицировать 5583 домовладения в трех муниципалитетах, где уже проведен газопровод. Это Анивский и Тымовский районы и Южно-Сахалинск.

В дом Татьяны Михайловны и Геннадия Дмитриевича Назаровых газ пришел в середине сентября этого года.

Купили хороший котел, теперь все в нем одном – горячая вода, отопление, - рассказала Татьяна Назарова. - Раньше топили углем, потом перешли на жидкое топливо. Вся пенсия на него уходила. Зимой расходовали по 500 литров каждый месяц – это примерно 25 тысяч рублей. А теперь будет в 10 раз меньше. Экономия, конечно, существенная.

Сахалинцам возмещают до 152 тысяч рублей на подготовку домовладения к приему газа. А в Южно-Сахалинске и Аниве пенсионерам, инвалидам и другим льготным категориям компенсируют еще 50 тысяч на приобретение газового оборудования. Подать заявку на подключение частного дома можно в АО «Газпром газораспределение Дальний Восток», а для жителей Анивского района – также в АО «Сахалинская нефтяная компания».

Отметим, Валерий Лимаренко запустил совместную с Газпромом программу 100-процентной газификации островного региона. Три года назад этот показатель составлял всего 14 процентов. К концу этого года он должен достичь уже 56,9 процента. Будет построено 40 километров газопроводов, газифицировано 900 домовладений.

Полностью завершить программу газификации планируется в 2025 году, при этом основной объем работ завершится в 2023-м.

# Драйвером развития региона станет туризм

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко провел выездное совещание по перспективам развития спортивно-туристического комплекса «Горный воздух». С 1 декабря приобретать ски-пассы и проходить через турникеты горнолыжного курорта смогут обладатели Карты сахалинца. А следующим летом жителей и гостей острова ожидает ряд новых активностей на склонах.



Безусловно, «Горный воздух» - это одно из лучших мест на Сахалине, - отметил Валерий Лимаренко. - Мы ставим задачу, чтобы сделать комплекс одним из лучших в стране. Одно из основных направлений сейчас – развитие новых активностей. Есть планы сделать так, чтобы интересно и разнообразно сахалинцам и гостям острова на склонах было не только зимой, но и летом. В следующем году ждем очередной слет форума «Острова» и планируем размещать участников здесь. Поскольку молодежь приезжает из всех регионов России, это хорошее продвижение туристического объекта и Сахалина в целом.

Строящийся на верхней площадке горы Большой комплекс общепита уже предстоящей зимой будет готов принять гостей на фуд-корте. Как и во многих торговых центрах в нем будут работать несколько арендаторов, которые представят меню на любой вкус. Ресторан в этом же комплексе намерены сдать летом 2022 года.

На этой же площадке планируется размещение амфитеатра, парящего моста и зоны барбекю.

Также предусмотрено строительство ряда смотровых площадок, в том числе на горе Красной. На склонах «Горного воздуха» появятся новые

общественные пространства, в Долине туристов оборудуют комфортный палаточный лагерь.

Есть планы обустроить трассы для квадроциклов и эндуро-байков, тропы для конных прогулок, скалодром, полосу препятствий и место для занятия пейнтболом, - рассказал директор спортивно-туристического комплекса Александр Марченко. - По периметру экотроп будем устанавливать лавочки, беседки, деревянные мостики на труднопроходимых участках. Ряд из задуманного хотим осуществить уже к следующему лету, часть – в 2023 году.

Валерий Лимаренко поставил задачу - максимально привлечь к реализации проектов инвесторов. Для них будет доступен ряд инструментов, в том числе благодаря двухстороннему соглашению между правительством островного региона и корпорацией «Туризм.РФ», подписание которого состоялось в рамках Восточного экономического форума в сентябре этого года. Документ предусматривает совместную работу по реализации крупных инвестпроектов туристско-рекреационных кластеров в рамках федеральной программы «Развитие туристической инфраструктуры» нового нацпроекта «Туризм и индустрия гостеприимства».

# На Курилах развивают медицину

Центр современной диагностики открылся в Южно-Курильской ЦРБ. Комплексное обследование организма для пациентов 65+ организовано по поручению губернатора Сахалинской области Валерия Лимаренко.

**Без выезда на Сахалин**

Центр в Южно-Курильске стал 14-м в регионе и первым на Курилах, где появилась возможность пройти углубленную диагностику.

В районах Сахалинской области постепенно открываются медицинские центры, - отметил Валерий Лимаренко. - Самое пристальное внимание – пациентам старше 65 лет. Мы хотим, чтобы каждый сахалинец и курильчанин в таком возрасте прошел обследование и получил рекомендации по лечению. Забота о здоровье позволит не допустить развития опасных заболеваний и увеличит продолжительность жизни островитян.

Особенность проверки здоровья в таких центрах в линейном подходе. Пациент за короткое время поочередно проходит все необходимые процедуры и на выходе получает карту здоровья.

Наши пациенты раньше тоже имели возможность пройти комплексное обследование, но для этого приходилось выезжать на Сахалин, - рассказала главный врач Южно-Курильской ЦРБ Татьяна Золотова. - Сейчас для местных жителей доступен комплекс диагностических услуг такого же высокого уровня, как и в других районах области.

Для курильчан организовано комплексное обследование по трем профилям: сердечно-сосудистому, неврологическому, а также по женскому здоровью. По каждому из них разработана отдельная программа диагностики.

Пациенты приходят на комплексную диагностику с результатами первичного обследования в поликлинике по месту жительства, - прокомментировала директор лечебного департамента министерства здравоохранения Сахалинской области Мила Тен. - Это необходимо, поскольку могут быть противопоказания к некоторым видам исследований. Поэтому направление в центр должен выдать специалист из поликлиники.

На сегодня комплексную диагностику прошли уже более 41 тысячи сахалинцев и курильчан. До конца года планируется принять не менее 73 тысяч пациентов. Исследования проводятся в рамках проекта «Забота. Защита. Уважение», который инициировал глава региона.

Аукцион о приобретении оборудования объявило ГКУ «Центр государственных закупок Сахалинской области». Средства в размере 80 млн рублей на покупку высокотехнологичной техники выделены из резервного фонда правительства РФ.

**Томограф для Итурупа**

А в Курильской ЦРБ до конца года будет установлен новый компью-

терный томограф. Договоренности о его приобретении для районной больницы достигнуты во время визита в Сахалинскую область председателя правительства РФ Михаила Мишустина. Он посетил остров Итуруп в июле текущего года. По итогам встречи с коллективом ЦРБ было принято решение о дополнительном комплектовании медицинского учреждения.



В рамках исполнения поручения председателя правительства РФ запланировано к приобретению четыре единицы медицинского оборудования: компьютерный томограф, маммограф рентгеновский цифровой, гематологический анализатор, анализатор ИФА.

Сразу после направления средств из федерального бюджета деньги поступили в областную казну. Такой порядок предусмотрен бюджетным Кодексом РФ. В настоящее время объявлен аукцион, максимальная сумма контракта по томографу составляет 50 млн рублей, на остальные средства будут приобретены анализаторы и маммограф.



# На островах проверили готовность к обороне

**6 октября 2021 года, в день 89-й годовщины со дня образования гражданской обороны, состоялась Всероссийская штабная тренировка по гражданской обороне.**

В рамках тренировки отработан комплекс мероприятий: оповещение и сбор руководящего и личного состава органов управления, уточнение планов гражданской обороны и защиты населения, порядка проведения эвакуационных мероприятий в случае ЧС. В правительстве Сахалинской области проведены заседания КЧС под руководством заместителя председателя правительства Сахалинской области Владимира Сидоренко по вопросам эвакуации населения и повышения устойчивости функционирования экономики.

Кроме того, практические тренировки по выполнению действий по предупреждению и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера проходили во всех муниципальных образованиях Сахалинской области, однако больше всего мероприятий провели в трех самых крупных городах: Корсакове, Холмске и Южно-

Сахалинске, где были развернуты объекты гражданской обороны.

В рамках всероссийской тренировки по гражданской обороне в Сахалинской области состоялась также проверка системы оповещения населения. В 10.40 по местному времени во всех районах зазвучали электрические сирены – сигнал гражданской обороны «Внимание всем». В теле- и радиоэфире была озвучена информация о проводимой тренировке по гражданской обороне, также информация дублировалась через громкоговорители, уличные светодиодные экраны, мобильные комплексы информирования и оповещения населения и другую технику.

Данное мероприятие является необходимым для нормального функционирования системы оповещения. Одновременный запуск всех оконечных устройств позволяет органам власти выявлять проблемные участки и устранять нарушения.

В завершение практических мероприятий на территории поисково-спасательного отряда Главного управления МЧС России по Сахалинской области состоялся смотр готовности мобильной группировки сил и средств Сахалинской территориальной подсистемы РСЧС.



# На Сахалине завершились Дни армянской культуры

**В ГДК «Родина» в рамках фестиваля национальных культур «Музыка разных народов» и Дней армянской культуры открыли серию концертов сочинений армянских композиторов.**

Дни армянской культуры проходят в Южно-Сахалинске уже 13-й раз. В этом году мероприятие проводит Ассамблея народов Сахалинской области при поддержке правительства региона в сотрудничестве с Южно-Сахалинским камерным оркестром под руководством художественного руководителя и дирижера Тиграна Ахназаряна. Прозвучат произведения композиторов А. Бабаджаняна, А. Арутюняна, А. Хачатуряна и Э. Мирзояна, А. Худояна и Комитаса.

Открыли фестиваль в Городском доме культуры «Родина» известные солисты из Москвы Гаянэ Ахназарян (фортепиано), Сурен Ахназарян (скрипка) и Нарек Ахназарян (виолончель), с участием которых на днях в областном центре завершился масштабный музыкальный «FestaФета «Бетховен - 250» в рамках проекта администрации Южно-Сахалинска «Культурная столица».

Как рассказала председатель совета Ассамблеи народов Сахалинской области Майя Кириллова, фестиваль национальных культур «Музыка разных народов» продолжит празднование 100-летия образования Республики Дагестан, приедут приглашенные артисты. Пройдут круглые столы по теме «Культура - как нить, связующая народы» с участием гостей с Дальнего Востока и из Москвы. Также будет праздноваться 15-летие образования фольклорного ансамбля «Дуслык».

Ну а завершились Дни армянской культуры концертом солистов Хабаровского Краевого музыкального театра. Произведения Бабаджаняна под аккомпанемент Южно-Сахалинского камерного оркестра исполнили Рипсиме Сехляян (сопрано) и Никита Туранов (баритон).

С приветственным словом к собравшимся в зале и артистам обратилась председатель совета общероссийской общественной организации «Ассамблея народов России», член совета при президенте Российской Федерации по международным отношениям Светлана Смирнова. Она отметила, что фестиваль «Музыка разных народов» выполняет свою задачу - он сохраняет этнокультурное языковое многообразие нашей страны. За организацию и поддержку фестиваля Светлана Смирнова поблагодарила председателя совета Ассамблеи народов Сахалинской области Майю Кириллову, областное правительство, а также мэра Южно-Сахалинска Сергея Надсадина, отметив, что администрация всегда поддерживает проекты Ассамблеи народов Сахалинской области.

Мэр Сергей Надсадин также поблагодарил всех, кто участвовал в организации и проведении Дней армянской культуры за возможность услышать прекрасные произведения в исполнении известных солистов и подаренные эмоции.

Отдельные слова благодарности за участие в фестивале Сергей Надсадин адресовал семье Ахназарян. Благодарственные письма администрации Южно-Сахалинска мэр вручил почетным участникам фестиваля - заслуженному артисту Республики Армения, профессору Московской государственной консерватории имени П. И. Чайковского, скрипачу Сурену Ахназаряну и его супруге профессору, преподавателю фортепиано Академического музыкального училища при Московской консерватории Гаянэ Ахназарян.

Подводя итоги Дней армянской культуры, которые в Южно-Сахалинске проходят уже 13-й раз, председатель совета Ассамблеи народов Сахалинской области Майя Кириллова отметила, что это был настоящий праздник армянской музыки. Звучали классические, оперные, народные произведения. И самое главное - это отклики от благодарных зрителей.



В российский прокат 30 сентября вышел режиссерский дебют Лены Ланских «Ничья» о живущей в провинции 14-летней Вике, родившей ребенка, о котором никто не должен знать.

[ KINO-TEATR.RU ]

Фильм участвовал в конкурсе «Кинотавра», однако там остался без призов, зато получил главную награду секции «Новые режиссеры» международного кинофестиваля в Сан-Себастьяне. Мы поговорили с Леной Ланских о выборе столь непростой темы для своего дебюта, поиске актрисы на главную роль, изображении, которое подчас больше влияет на драматургию, нежели сюжет, и свободе, которой так не хватает российскому кино.

### Краски не сгущали

- Почему вы выбрали для своего дебюта именно такую историю?

- Вообще я не планировала снимать именно эту историю, у меня была другая, о которой я написала продюсерам, но так получилось, что они сказали, что уже делали нечто подобное, и спросили, есть ли у меня что-то еще. Я до этого снимала короткометражные фильмы на очень близкие темы. Там тоже героини – девочки-подростки, недолюбленные, с личными проблемами, с проблемами внутреннего характера. И как-то само собой родилась «Ничья», я решила сделать именно такую героиню и поместить ее в столь сложную жизненную ситуацию. Я знаю много подобных историй, видела в своем окружении таких девочек и общалась с ними.

- Расскажите немного о том, как проходили съемки, как вы искали локации, которые здесь тоже являются полноценными персонажами. Насколько важно было даже по картинке немного сгустить краски?

- Мы искали колоритные локации, которые бы отражали и субъективное внутреннее состояние героини, и мир, который ее окружает. Я бы не сказала, что мы очень сгустили краски, я недавно была в Тверской области, и, поверьте, там все так же, а может, даже хуже.

- Мы на «Кинотавре» посмотрели много фильмов именно про такую провинциальную русскую хтонь, простите за слово, которое многих обижает. И кажется, изображение этой хтони не меняется у нас в кино на протяжении многих лет. Насколько вы ею подпитывались и насколько, как вам кажется, российским молодым режиссерам важно отображать это на экране?

- Меня как раз очень подпитывает эта провинциальная русская хтонь и мне хочется в нее погружаться, потому что, в общем-то, я сама из нее и вышла. Это близкий и такой немножко другой мир, который живет по своим правилам и порядкам, со своими представлениями о хорошем и плохом, и в этом очень интересно разбираться. А по поводу того, что ничего не меняется. Наверное, в плане жизни общества что-то изменилось, но на то, чтобы перестроился менталитет, что-то в голове, требуется намного больше времени.

### Идти от героя

- У вас на картине художником-постановщиком работал Петр Балабанов. Было ли это продюсерским решением – все-таки вы работали с Сергеем Сельяновым и Натальей Дрозд из компании СТВ – или вашим?

- Продюсеры предложили Петю в качестве художника. Мы познакомились, и сомнений никаких не было, что мы должны работать вместе.

- Вы себя как молодой режиссер ощущаете наследницей кинематографа Балабанова или «новой волны», даже Ивана И. Твердовского, которого я вспомнила за счет сцены в «Ничьей» с «собачьим кайфом»?

- Это, в общем-то, то, на чем я сформировалась. В том числе Иван И. Твердовский, Валерия Гай Германика, Балабанов в какой-то степени. Я люблю русскую новую волну, она на меня сильно повлияла. Хотя от Твердовского в фильме, наверное, только и есть собачий кайф, большее влияние оказала все-таки Германика. Мне близок ее стиль документальности, живой камеры, как и другие, не только русские картины, сделанные в этой же стилистике. Собственно, с них и началось мое погружение в мир кинематографа.

- Вы пошли учиться режиссуре в Московскую школу нового кино, которая, как мне

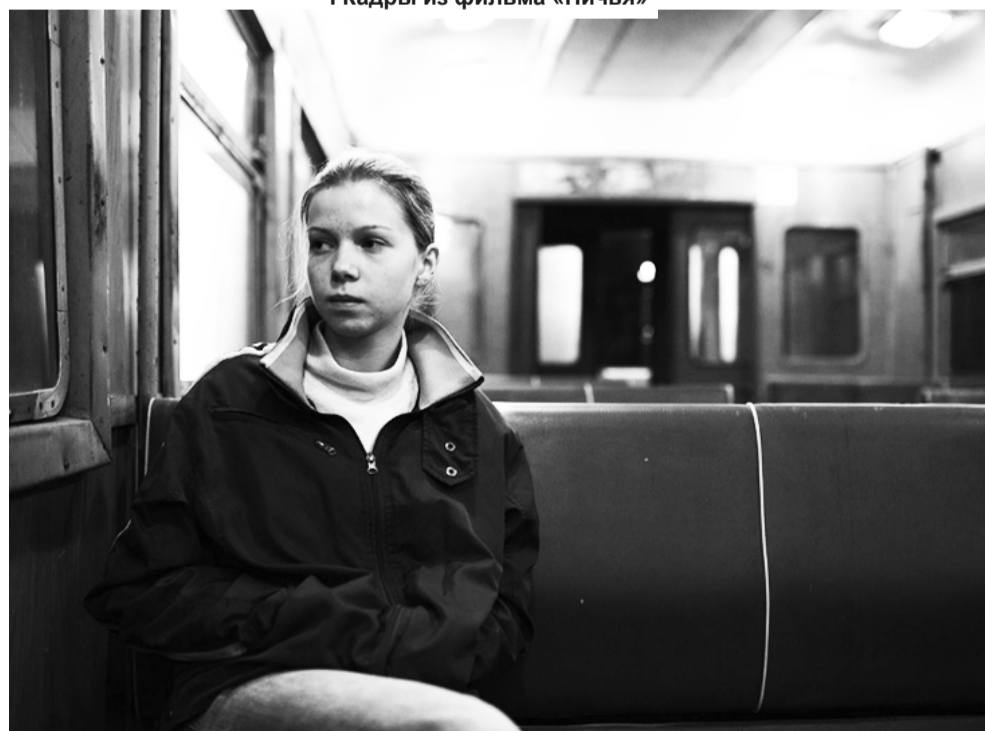


Лена Ланских

## «Российскому кино не хватает свободы»



Кадры из фильма «Ничья»



кажется, ориентирована больше на авторский кинематограф, работу с глубоким изображением, которое порой дает больше, чем сюжет той или иной истории. Плюс вы работали на разных позициях в съемочных группах. Что вам все-таки дало больше опыта и что сильнее повлияло?

- Я начала снимать короткий метр, когда нигде не училась, и работала на других позициях собственно тоже до МШНК. Но потом поняла,

что мне чего-то не хватает, а взять это из книг, статей, лекций невозможно. Мне показалось, что как раз это я и смогу найти в МШНК, лекции которой смотрела, когда снимала сама, и очень многое из того, что говорили преподаватели, мне оказалось близко. Я неоднократно говорила, что самое ценное, что знаю о кино, пришло ко мне благодаря МШНК и Дмитрию Мамулии. В том числе эта тенденция к другому методу работы с нарративом, когда ты не говоришь все

напрямую, не пересказываешь историю, где есть завязка, кульминация, развязка, идешь не от сюжета, а от героя. У тебя есть персонаж, ты погружаешься в его внутренний мир и видишь его своими глазами. Таким образом сам нарратив меняется, становится более субъективным, скрытым, ты не проговариваешь все это напрямую, а делаешь понятным через какие-то косвенные детали, нюансы, ощущения. И это я считаю очень правильным. Это позволяет, на мой взгляд, вызывать нужные эмоции у зрителя – не когда он все понимает, а когда чувствует, что что-то все время не так.

- Как раз по поводу вашей героини и исполнительницы этой роли Анастасии Струковой, которую вы нашли в социальной сети «ВКонтакте». Как происходил этот поиск и, может быть, она что-то привнесла сама в эту историю?

- Я просматривала странички людей, которые имеют какое-то отношение к кино или театру просто в группах в «ВКонтакте», искала типажи, подходящие лица, некоторым девочкам написала, в том числе Насте. И она мне понравилась тем, что в ней хрупкость, детскость, незащищенность сочетаются с таким «волчком», внутренним стержнем и твердостью во взгляде, которая была видна сразу. И как раз, наверное, этого «волчка» она и привнесла. Что-то ей было проще делать, что-то сложнее. Если нужно было быть твердой, как-то резко отвечать, это давалось легко, так как было в Насте, а если дело касалось какой-то истерики или нервного внутреннего напряжения, когда внутри трясет, то было труднее. Она мне даже говорила, что ей сложно истерически плакать, потому что она никогда этого не делала. И для меня это оказалось сюрпризом, потому что я думала, что все люди так делают, я и сама такая. Но в результате мы с ней вместе пытались прийти к общему решению некоторых сцен.

- В вашем фильме и другие актеры в основном неизвестные. Как вы на это решились? Кажется же, что всегда проще собрать в дебюте медийных лиц.

- Не уверена, как раз сложно подстроиться под их график, требования. Мне проще работать с неизвестными артистами, я никогда и не снимала никого медийного, и потом мне кажется это несправедливым – есть много прекрасных актеров. Мы нашли прекрасную Ольгу Малахову, в которой есть нерв, чего не было во многих профессиональных известных артистках, которых мы пробовали.

### Сериалы стали лучше

- Вы для себя делите кино на авторское или массовое, которое как раз с приходом упомянутой нами новой волны разделилось на эти два сегмента, а затем стало затягиваться в арт-мейнстрим? Существует ли сейчас вообще такое разделение, на ваш взгляд?

- Грани действительно сильно стерлись, но я всегда разделяла кино только на хорошее и плохое, то, что вызывает мурашки, и нет. Я начинала с авторского кино, мне и дальше интересно делать что-то в этом направлении – в плане поиска нового языка, способов, которые не использовались именно в плане искусства. Но в то же время и зрительское кино мне интересно – я сейчас пишу сериал и надеюсь, что с ним все сложится.

- Почему вы решили, что следующий ваш проект будет сериалом?

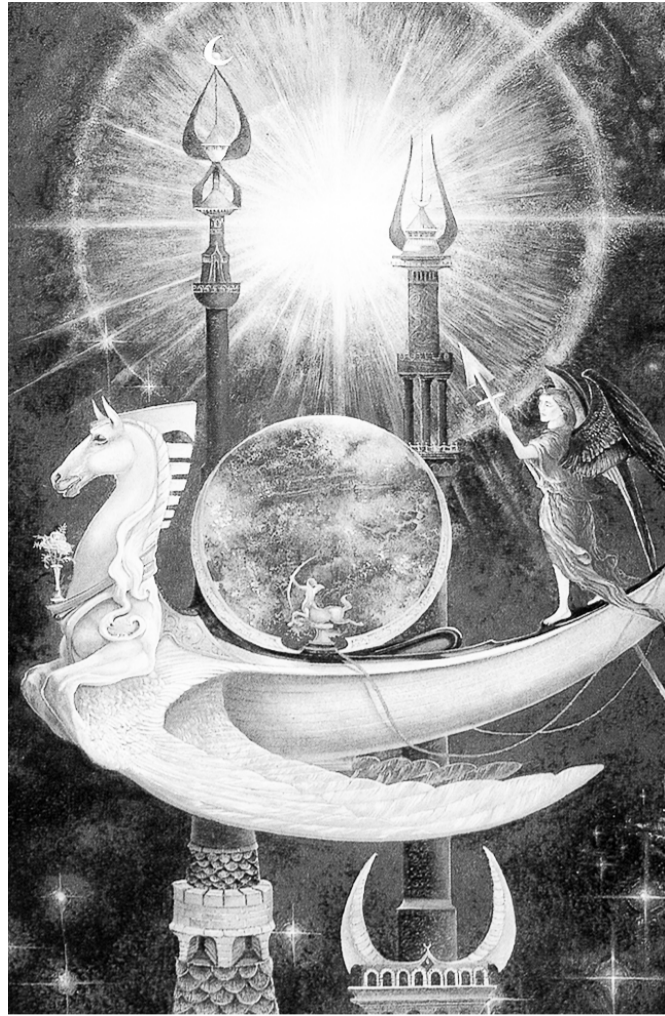
- Я очень давно хотела, лет десять, наверное, придумывала историю. Сериал – это возможность создать масштабный мир не в рамках полтора-двух часового фильма, мне хочется проработать персонажей. К тому же сейчас сериалы улучшились в плане качества, что радует, и не хочется отставать от этой тенденции.

- А если говорить не про форматы, а темы, готовы ли вы и дальше затрагивать столь неудобные вопросы, как насилие, ранняя беременность, о которых не любят говорить вслух?

- В темах, о которых не любят говорить, больше глубины, в них интереснее разбираться. И я к этому готова. В том числе и в сериалах, которые, как мне кажется, тоже в плане разнообразия тем начинают меняться.

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

- Свободы. Не только в плане тем, но и языка, который очень сильно устарел. Не хватает свободы отходить от правил и концепции, чтобы зритель все понимал.



# Гороскоп на неделю

с 18 по 24 октября



**Овен.** Вы справитесь с накопившимися проблемами, однако постарайтесь не совершить ошибок. Не принимайте решения сгоряча! Конструктивная критика может быть полезна. 23 октября лучше провести дома.



**Весы.** Наконец вы найдете себе дело по душе! В некоторых случаях со временем оно даже может начать приносить доход. Снисходительно относитесь в эти дни к младшему поколению.



**Телец.** Этот осенний период будет действовать на вас как нельзя лучше! Это время для любви и новых знакомств. Начальство в данный период даст вам возможность проявить себя. Не упустите этот шанс!



**Скорпион.** Витать в облаках вам сейчас противопоказано. Чуть зазеваетесь - и окажетесь в неприятной ситуации. Обратите внимание на коллег: один из них может строить козни у вас за спиной или распускать слухи.



**Близнецы.** Ограничить себя в чем-либо будет непросто, но это придется сделать. Может пошатнуться здоровье: не пренебрегайте симптомами начинающейся болезни. В выходные дни вас ждет приятный сюрприз.



**Стрелец.** Суеты в эти дни в вашей жизни будет много, а вот результатов... Чтобы закончить хоть одно дело, постарайтесь расставить приоритеты. Звезды категорически не советуют вам сейчас с кем-либо ссориться.



**Рак.** К серьезным делам сейчас обращаться не стоит. Зато любые развлечения пройдут на ура! Не отказывайтесь от интересных приглашений и держите свои чувства и эмоции под контролем.



**Козерог.** Вашу работу оценят по достоинству. Не исключено получение денежной премии. Однако дайте ей время отлежаться: не тратьте сразу. В эти дни желательнее планировать дальние поездки.



**Лев.** Домашние хлопоты, общение с домочадцами... Сейчас все ваши мысли займут семья и быт. В выходные 23 и 24 октября попробуйте куда-нибудь выбраться. Вам необходимо сменить обстановку.



**Водолей.** Данный период благоприятен для познания себя и самосовершенствования. Лучше сейчас не совершать длительные поездки. В начале недели займитесь домом - его благоустройством, уборкой.



**Дева.** Финансовые вопросы ни в какую не захотят вам поддаваться! Лучше в этот период не планировать манипуляций с деньгами, иначе рискуете много потерять. С любимым могут возникнуть недомолвки.



**Рыбы.** Сомнений у вас будет как никогда много! При возникновении вопросов обращайтесь к знающим людям. И не принимайте решений, если в них не уверены.

## понедельник, 18 октября

7	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Алиби» (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 Познер (16+) 01.15 Время покажет (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 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+) 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Тайна Лилит» (12+) 23.40 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+) 02.25 Сериал «Тайны следствия» (16+) 04.10 Сериал «Личное дело» (16+)	05.45 Сериал «Хорошая жена» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Балабол» (16+) 11.00 Сегодня 11.25 Сериал «Балабол» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) 19.35 Сериал «Скорая помощь» (16+) 20.00 Сегодня 20.40 Сериал «Скорая помощь» (16+) 22.20 Сериал «Балабол» (16+) 00.35 Сегодня 00.55 Сериал «Инспектор Купер. Невидимый враг» (16+) 03.55 Их нравы (0+) 04.15 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Наш день (16+) 07.20 Специальный репортаж (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) Солнце ТВ 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) РОССИЯ 24 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.15 Интервью 13.00 Вести. События недели 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	07.00 Наш день (16+) 07.20 Специальный репортаж (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) Солнце ТВ 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) РОССИЯ 24 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.15 Интервью 13.00 Вести. События недели 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	06.05 Легенды госбезопасности (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня 09.25 Фильм «Отцы и деды» (6+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня 13.25 Не факт! (12+) 14.05 Сериал «МУР» (16+) 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Подпольщики». Док. сериал (16+) 19.40 Скрытые угрозы (12+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Фильм «Право на выстрел» (12+) 01.20 Фильм «Чужая родня» (12+) 02.55 «Военный врач Николай Пирогов. Тайный советник науки». Док. фильм (16+) 03.35 «Хроника Победы». Док. сериал (16+) 04.00 Сериал «МУР» (16+)	07.30 Реальная мистика (16+) 08.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.35 Давай разведемся! (16+) 10.40 Тест на отцовство (16+) 12.55 Понять. Простить (16+) 14.10 Порча (16+) 14.40 Знахарка (16+) 15.15 Верну любимого (16+) 15.50 Фильм «Возвращение к себе» (16+) 20.00 Фильм «Нарисуй мне маму» (16+) 00.00 Сериал «Женский доктор-4» (16+) 02.05 Реальная мистика (16+) 03.05 Порча (16+) 03.35 Знахарка (16+) 04.00 Понять. Простить (16+) 04.55 Тест на отцовство (16+) 06.35 По делам несовершеннолетних (16+) 07.25 6 кадров (16+) ПЯТНИЦА! 06.00 Орел и решка (16+) 06.50 Орел и решка (16+) 07.40 Сериал «Зачарованные» (16+) 08.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 09.30 Сериал «Зачарованные» (16+) 10.20 Сериал «Зачарованные» (16+) 11.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 12.00 Сериал «Зачарованные» (16+) 13.00 Орел и решка (16+) 14.00 Орел и решка (16+) 15.00 Орел и решка (16+) 16.00 Мир наизнанку (16+) 17.00 Мир наизнанку (16+) 18.00 Мир наизнанку (16+) 19.00 Мир наизнанку (16+) 20.00 Мир наизнанку (16+) 21.00 Мир наизнанку (16+) 22.00 Мир наизнанку (16+) 23.00 Мир наизнанку (16+) 00.00 Гастротур (16+) 01.00 Дикари (16+) 01.50 Пятница News (16+) 02.10 На ножах (16+) 03.00 Битва ресторанов (16+) 04.00 Пятница News (16+) 04.20 Орел и решка (16+) 05.00 Пятница News (16+) 05.30 Орел и решка (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 06.55 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 07.40 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 08.35 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 09.30 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 09.55 Возможно всё (0+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 11.00 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 12.00 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 13.00 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 15.20 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 16.20 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 17.20 Сериал «Выжить любой ценой» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 19.35 Сериал «Крепкие орешки» (16+) 20.20 Сериал «След» (16+) 21.05 Сериал «След» (16+) 21.45 Сериал «След» (16+) 22.35 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 04.10 Известия (16+) 04.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

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

**ОБЪЯВЛЕНИЯ**

**НЕДВИЖИМОСТЬ**

**ПОКУПКА**

- Куплю 1-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю 2-комн. квартиру (брежневку), хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.

- Куплю 3-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю частный дом. Тел. 44-77-30.
- Куплю 2-комн. квартиру (брежневку) в 9 мкрн. Тел. 44-77-30.
- Куплю 3-комн. квартиру в 11 мкрн. Тел. 44-77-30.
- Куплю 1-комн. квартиру в 9, 11, 12, 13, 13а, 14, мкрн (97, 138 серии). Тел. 44-77-30.

**РАЗНОЕ**

- Пропишу. Тел. 8-962-111-14-27.

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

**ПИЛОМАТЕРИАЛЫ В АССОРТИМЕНТЕ ОПТОМ И В РОЗНИЦУ.**  
ТЕЛ. 23-83-27, 40-86-15.

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



вторник, 19 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.00 Доброе утро</p> <p>09.00 Новости</p> <p>09.15 Доброе утро</p> <p>09.50 Жить здорово! (16+)</p> <p>10.55 Модный приговор (6+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.10 Время покажет (16+)</p> <p>15.00 Новости</p> <p>15.10 Давай поженимся! (16+)</p> <p>16.00 Мужское/Женское (16+)</p> <p>17.00 Время покажет (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости</p> <p>18.40 На самом деле (16+)</p> <p>19.45 Пусть говорят (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p><b>21.30 Сериал «Алиби» (16+)</b></p> <p>23.35 Вечерний Ургант (16+)</p> <p>00.15 Сергей Безруков. «И снова с чистого листа» (12+)</p> <p>01.15 Время покажет (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>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</p> <p>09.30 Утро России. Сахалин-Курилы</p> <p>09.55 О самом главном (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 Судьба человека (12+)</p> <p>12.40 60 минут (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p><b>14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b></p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)</p> <p>18.40 60 минут (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p><b>21.20 Сериал «Тайна Лилит» (12+)</b></p> <p>23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)</p> <p><b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b></p> <p><b>04.05 Сериал «Личное дело» (16+)</b></p>	<p><b>05.45 Сериал «Хорошая жена» (16+)</b></p> <p>07.30 Утро. Самое лучшее (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p><b>09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b></p> <p>11.00 Сегодня</p> <p><b>11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b></p> <p>14.00 Сегодня</p> <p>14.25 Чрезвычайное происшествие</p> <p>15.00 Место встречи (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.25 За гранью (16+)</p> <p>18.30 ДНК (16+)</p> <p><b>19.35 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b></p> <p>20.00 Сегодня</p> <p><b>20.40 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b></p> <p><b>22.20 Сериал «Балабол» (16+)</b></p> <p>00.35 Сегодня</p> <p><b>00.55 Сериал «Инспектор Купер. Невидимый враг» (16+)</b></p> <p>03.55 Их нравы (0+)</p> <p><b>04.15 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b></p>	<p>07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды</p> <p>07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп</p> <p>07.00 Наш день (16+)</p> <p>07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Наш день (16+)</p> <p>10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Наш день (16+)</p> <p>11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.37 Мои острова (16+)</p> <p>11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Наш день (16+)</p> <p>15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.00 Наш день (16+)</p> <p>21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Наш день (16+)</p> <p>22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.00 Наш день (16+)</p> <p>23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>07.00 Наш день (16+)</p> <p>07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Наш день (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>22.00 Наш день (16+)</p> <p><b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b></p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>21.00 Наш день (16+)</p> <p><b>Солнце ТВ</b></p> <p>07.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p>13.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p>20.30 Спортивная неделя (0+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>09.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>09.15 Интервью</p> <p>16.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>16.15 Интервью</p> <p>19.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>19.15 Интервью</p>	<p><b>05.25 Сериал «МУР» (16+)</b></p> <p>07.00 Сегодня утром (12+)</p> <p>09.00 Новости дня</p> <p>09.25 Специальный репортаж (12+)</p> <p><b>09.45 Фильм «Улица полна неожиданностей» (6+)</b></p> <p>11.20 Открытый эфир (12+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.25 Не факт! (12+)</p> <p><b>14.05 Сериал «МУР» (16+)</b></p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.30 Специальный репортаж (12+)</p> <p>18.50 «Подпольщики». Док. сериал (16+)</p> <p>19.40 Легенды армии (12+)</p> <p>20.25 Улика из прошлого (16+)</p> <p>21.15 Новости дня</p> <p>21.25 Открытый эфир (12+)</p> <p>23.05 Между тем (12+)</p> <p><b>23.40 Фильм «Аты-баты, шли солдаты...» (12+)</b></p> <p><b>01.25 Фильм «Отцы и деды» (6+)</b></p> <p>02.45 «Фронтовой истребитель МиГ-29. Взлет в будущее». Док. фильм (16+)</p> <p><b>04.00 Сериал «МУР» (16+)</b></p>	<p>07.30 6 кадров (16+)</p> <p>07.45 Реальная мистика (16+)</p> <p>008.40 По делам несовершеннолетних (16+)</p> <p>09.45 Давай разведемся! (16+)</p> <p>10.50 Тест на отцовство (16+)</p> <p>13.05 Понять. Простить (16+)</p> <p>14.20 Порча (16+)</p> <p>14.50 Знахарка (16+)</p> <p>15.25 Верну любимого (16+)</p> <p><b>16.00 Фильм «Второй брак» (16+)</b></p> <p><b>20.00 Фильм «Пробуждение любви» (16+)</b></p> <p><b>00.05 Сериал «Женский доктор-4» (16+)</b></p> <p>02.10 Реальная мистика (16+)</p> <p>03.05 Порча (16+)</p> <p>03.35 Знахарка (16+)</p> <p>04.00 Понять. Простить (16+)</p> <p>04.55 Тест на отцовство (16+)</p> <p>06.35 По делам несовершеннолетних (16+)</p> <p>07.25 6 кадров (16+)</p> <p><b>ПЯТНИЦА!</b></p> <p>06.00 Орел и решка (16+)</p> <p>06.40 Орел и решка (16+)</p> <p><b>08.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>08.40 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>09.40 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>10.30 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>11.20 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>12.20 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p>13.10 Черный список-2 (16+)</p> <p>14.10 Черный список-2 (16+)</p> <p>15.30 Кондитер (16+)</p> <p>16.50 Кондитер (16+)</p> <p>18.30 Кондитер (16+)</p> <p>20.00 Кондитер (16+)</p> <p>22.00 Вундеркинды (16+)</p> <p>23.00 Кондитер (16+)</p> <p>00.40 Теперь я Босс (16+)</p> <p>02.00 Пятница News (16+)</p> <p>02.10 На ножах (16+)</p> <p>03.00 Битва ресторанов (16+)</p> <p>04.00 Пятница News (16+)</p> <p>04.20 Дикари (16+)</p> <p>05.00 Пятница News (16+)</p> <p>05.30 Орел и решка (16+)</p>	<p>06.00 Известия (16+)</p> <p><b>06.30 Сериал «Бык и Шпидель» (16+)</b></p> <p><b>07.15 Сериал «Бык и Шпидель» (16+)</b></p> <p><b>08.05 Сериал «Бык и Шпидель» (16+)</b></p> <p><b>08.55 Сериал «Бык и Шпидель» (16+)</b></p> <p>09.55 Знание - сила (0+)</p> <p>10.00 Известия (16+)</p> <p><b>10.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>11.20 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>12.15 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>13.15 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p>13.55 Возможно всё (0+)</p> <p>14.00 Известия (16+)</p> <p><b>14.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>14.40 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>15.40 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>16.35 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>17.30 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p>18.30 Известия (16+)</p> <p><b>18.45 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>19.35 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>20.20 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.00 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.40 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>22.35 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>23.20 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>00.10 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p>01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)</p> <p><b>01.30 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p><b>03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p>04.15 Известия (16+)</p> <p><b>04.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p><b>05.20 Сериал «Детективы» (16+)</b></p>

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

среда, 20 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.00 Доброе утро</p> <p>09.00 Новости</p> <p>09.15 Доброе утро</p> <p>09.50 Жить здорово! (16+)</p> <p>10.55 Модный приговор (6+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.10 Время покажет (16+)</p> <p>15.00 Новости</p> <p>15.10 Давай поженимся! (16+)</p> <p>16.00 Мужское/Женское (16+)</p> <p>17.00 Время покажет (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости</p> <p>18.40 На самом деле (16+)</p> <p>19.45 Пусть говорят (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p><b>21.30 Сериал «Алиби» (16+)</b></p> <p>22.35 Док-ток (16+)</p> <p>23.35 Вечерний Ургант (16+)</p> <p>00.15 Никита Михалков. «Движение вверх» (12+)</p> <p>01.35 Время покажет (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>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</p> <p>09.30 Утро России. Сахалин-Курилы</p> <p>09.55 О самом главном (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 Судьба человека (12+)</p> <p>12.40 60 минут (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p><b>14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b></p> <p>17.00 Вести</p> <p>17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)</p> <p>18.40 60 минут (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p><b>21.20 Сериал «Тайна Лилит» (12+)</b></p> <p>23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)</p> <p><b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b></p> <p><b>04.05 Сериал «Личное дело» (16+)</b></p>	<p><b>05.45 Сериал «Хорошая жена» (16+)</b></p> <p>07.30 Утро. Самое лучшее (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p><b>09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b></p> <p>11.00 Сегодня</p> <p><b>11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b></p> <p>14.00 Сегодня</p> <p>14.25 Чрезвычайное происшествие</p> <p>15.00 Место встречи (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.25 За гранью (16+)</p> <p>18.30 ДНК (16+)</p> <p><b>19.35 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b></p> <p>20.00 Сегодня</p> <p><b>20.40 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b></p> <p><b>22.20 Сериал «Балабол» (16+)</b></p> <p>00.35 Сегодня</p> <p><b>01.10 Сериал «Инспектор Купер. Невидимый враг» (16+)</b></p> <p>03.15 Агентство скрытых камер (16+)</p> <p>03.50 Их нравы (0+)</p> <p><b>04.15 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b></p>	<p>07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды</p> <p>07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп</p> <p>07.00 Наш день (16+)</p> <p>07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Наш день (16+)</p> <p>10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Наш день (16+)</p> <p>11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.37 Мои острова (16+)</p> <p>11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Наш день (16+)</p> <p>15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Наш день. Коротко (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.00 Наш день (16+)</p> <p>21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Наш день (16+)</p> <p>22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.00 Наш день (16+)</p> <p>23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>07.00 Наш день (16+)</p> <p>07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Наш день (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>22.00 Наш день (16+)</p> <p><b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b></p> <p>08.00 Наш день (16+)</p> <p>20.00 Наш день (16+)</p> <p>21.00 Наш день (16+)</p> <p><b>Солнце ТВ</b></p> <p>07.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p>13.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя (16+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>09.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>09.15 Интервью</p> <p>16.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>16.15 Интервью</p> <p>19.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>19.15 Спецрепортаж</p>	<p><b>05.25 Сериал «МУР» (16+)</b></p> <p>07.00 Сегодня утром (12+)</p> <p>09.00 Новости дня</p> <p><b>09.20 Фильм «Свой среди чужих, чужой среди своих» (12+)</b></p> <p>11.20 Открытый эфир (12+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.25 Не факт! (12+)</p> <p><b>14.05 Сериал «МУР» (16+)</b></p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.30 Специальный репортаж (12+)</p> <p>18.50 «Подпольщики». Док. сериал (16+)</p> <p>19.40 Главный день. Валентина Легкоступова (12+)</p> <p>20.25 Секретные материалы (12+)</p> <p>21.15 Новости дня</p> <p>21.25 Открытый эфир (12+)</p> <p>23.05 Между тем (12+)</p> <p><b>23.40 Фильм «Свой среди чужих, чужой среди своих» (12+)</b></p> <p><b>01.35 Фильм «Улица полна неожиданностей» (6+)</b></p> <p>02.40 «Великолепная восьмерка». Док. фильм (16+)</p> <p><b>04.00 Фильм «Свой среди чужих, чужой среди своих» (12+)</b></p>	<p>07.30 6 кадров (16+)</p> <p>07.45 Реальная мистика (16+)</p> <p>008.40 По делам несовершеннолетних (16+)</p> <p>09.45 Давай разведемся! (16+)</p> <p>10.50 Тест на отцовство (16+)</p> <p>13.05 Понять. Простить (16+)</p> <p>14.15 Порча (16+)</p> <p>14.45 Знахарка (16+)</p> <p>15.20 Верну любимого (16+)</p> <p><b>15.55 Фильм «Нарисуй мне маму» (16+)</b></p> <p><b>20.00 Фильм «Стань моей тенью» (16+)</b></p> <p><b>00.00 Сериал «Женский доктор-4» (16+)</b></p> <p>02.05 Реальная мистика (16+)</p> <p>03.00 Порча (16+)</p> <p>03.30 Знахарка (16+)</p> <p>03.55 Понять. Простить (16+)</p> <p>04.50 Тест на отцовство (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних (16+)</p> <p>07.20 6 кадров (16+)</p> <p><b>ПЯТНИЦА!</b></p> <p>06.00 Орел и решка (16+)</p> <p>06.40 Орел и решка (16+)</p> <p><b>07.30 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>08.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>09.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>10.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>11.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p><b>11.40 Сериал «Зачарованные» (16+)</b></p> <p>12.40 Адская кухня (16+)</p> <p>14.40 На ножах (16+)</p> <p>15.50 На ножах (16+)</p> <p>17.00 На ножах (16+)</p> <p>18.00 На ножах (16+)</p> <p>19.00 На ножах (16+)</p> <p>20.00 Адская кухня (16+)</p> <p>22.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p>23.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p>00.00 Орел и решка (16+)</p> <p>01.00 Дикари (16+)</p> <p>02.00 Пятница News (16+)</p> <p>02.10 На ножах (16+)</p> <p>03.00 Битва ресторанов (16+)</p> <p>04.00 Пятница News (16+)</p> <p>04.20 Орел и решка (16+)</p> <p>05.00 Пятница News (16+)</p> <p>05.30 Орел и решка (16+)</p>	<p>06.00 Известия (16+)</p> <p><b>06.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>07.10 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>07.55 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>08.50 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>09.50 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p>10.00 Известия (16+)</p> <p><b>10.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>11.15 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>12.05 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>13.05 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p>13.55 Знание - сила (0+)</p> <p>14.00 Известия (16+)</p> <p><b>14.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>14.35 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>15.35 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>16.30 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p><b>17.25 Сериал «Легавый» (16+)</b></p> <p>18.30 Известия (16+)</p> <p><b>18.45 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>19.35 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>20.20 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.00 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.40 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>22.35 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>23.20 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>00.10 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p>01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+)</p> <p><b>01.30 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p><b>03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p>04.15 Известия (16+)</p> <p><b>04.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b></p> <p><b>05.20 Сериал «Детективы» (16+)</b></p>

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

четверг, 21 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 <b>Сериал «Алиби» (16+)</b> 22.35 Большая игра (16+) 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.15 К 95-летию Спартака Мишулина. «Саид и Карлсон» (12+) 01.15 Время покажет (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 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести <b>14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Тайна Лилит» (12+)</b> 23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b> <b>04.05 Сериал «Личное дело» (16+)</b>	<b>05.45 Сериал «Хорошая жена» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 За гранью (16+) 18.30 ДНК (16+) <b>19.35 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «Балабол» (16+)</b> 00.35 Сегодня 00.55 ЧП. Расследование (16+) 01.35 Захар Прилепин. Уроки русского (12+) 02.05 Мы и наука. Наука и мы (12+) <b>03.00 Сериал «Схватка» (16+)</b> <b>04.15 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b>	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 07.37 Это Сахалин, детка (16+) 07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.00 Наш день (16+) 09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.37 Сахалин в цифрах (16+) 09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.00 Наш день (16+) 10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.37 Это Сахалин, детка (16+) 10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.00 Наш день (16+) 11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.37 Мои острова (16+) 11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.00 Наш день. Коротко (16+) 12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.37 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Наш день. Коротко (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.37 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Наш день. Коротко (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.37 Мои острова (16+) 14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.37 Сахалин в цифрах (16+) 15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.00 Наш день. Коротко (16+) 16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.37 Это Сахалин, детка (16+) 16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Наш день. Коротко (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.37 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Наш день. Коротко (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.37 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Наш день. Коротко (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.37 Это Сахалин, детка (16+) 19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.00 Наш день (16+) 20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.37 Мои острова (16+) 20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.00 Наш день (16+) 21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.37 Сахалин в цифрах (16+) 21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.00 Наш день (16+) 22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.37 Это Сахалин, детка (16+) 22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.00 Наш день (16+) 23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) <b>РОССИЯ 24</b> 09.00 Вести. Сахалин – Курилы 09.15 Интервью 16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Спецрепортаж 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью	<b>05.20 Фильм «Свой среди чужих, чужой среди своих» (12+)</b> 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня <b>09.20 Фильм «Папашин» (12+)</b> 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня 13.25 Не факт! (12+) <b>14.05 Сериал «МУР» (16+)</b> 18.00 Новости дня 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Подпольщики». Док. сериал (16+) 19.40 Легенды телевидения (12+) 20.25 Код доступа (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Из жизни начальника уголовного розыска» (12+)</b> <b>01.30 Фильм «Подсудимый» (12+)</b> 03.00 «Военный врач Валентин Войно-Ясенецкий. Святитель-хирург». Док. фильм (16+) 03.40 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) <b>03.50 Сериал «МУР» (16+)</b>	07.30 Реальная мистика (16+) 08.25 По делам несовершеннолетних (16+) 09.30 Давай разведемся! (16+) 10.40 Тест на отцовство (16+) 12.55 Понять. Простить (16+) 14.10 Порча (16+) 14.40 Знахарка (16+) 15.15 Верну любимого (16+) <b>15.50 Фильм «Пробуждение любви» (16+)</b> <b>20.00 Фильм «Корзина для счастья» (16+)</b> <b>00.05 Сериал «Женский доктор-4» (16+)</b> 02.05 Реальная мистика (16+) 03.05 Порча (16+) 03.35 Знахарка (16+) 04.00 Понять. Простить (16+) 04.55 Тест на отцовство (16+) 06.35 По делам несовершеннолетних (16+) 07.25 6 кадров (16+) <b>ПЯТНИЦА!</b> 06.00 Орел и решка (16+) 06.40 Орел и решка (16+) 07.20 Орел и решка (16+) <b>08.20 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>10.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>10.50 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>11.40 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>12.40 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> 13.30 Адская кухня (16+) 15.30 Четыре свадьбы (16+) 17.00 Четыре свадьбы (16+) 18.30 Четыре свадьбы (16+) 20.00 Пацанки (16+) <b>22.00 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b> <b>22.30 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b> <b>23.00 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b> <b>23.40 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b> 00.00 Орел и решка (16+) 01.10 Пятница News (16+) 01.40 Инсайдеры (16+) 02.20 На ногах (16+) 03.20 Пятница News (16+) 03.40 Битва ресторанов (16+) 04.30 Дикари (16+) 05.20 Пятница News (16+) 05.40 Орел и решка (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.25 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>07.05 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>07.55 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>08.50 Сериал «Легавый» (16+)</b> 09.35 День ангела (0+) 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>10.35 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>11.30 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>12.25 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>13.20 Сериал «Легавый» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.25 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>14.40 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>15.40 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>16.35 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>17.30 Сериал «Легавый» (16+)</b> 18.30 Известия (16+) <b>18.45 Сериал «Спецотряд «Штурм» (16+)</b> <b>19.45 Сериал «Спецотряд «Штурм» (16+)</b> <b>20.45 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.40 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> 00.10 Сериал «Свои-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b> <b>03.20 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b> 04.15 Известия (16+) <b>04.25 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</b> <b>05.20 Сериал «Детективы» (16+)</b>

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

пятница, 22 октября

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	АСТВ 12 ТВК	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 Человек и закон (16+) 19.45 Поле чудес (16+) 21.00 Время 21.30 Голос. Юбилейный сезон (12+) 23.25 Вечерний Ургант (16+) 00.20 «Легендарные рок-промоутеры». Док. фильм (16+) 02.10 Наедине со всеми (16+) 02.55 Модный приговор (6+) 04.35 Давай поженимся! (16+) 05.15 Мужское/Женское (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 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести <b>14.55 Сериал «Тайны следствия» (16+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Тайна Лилит» (12+)</b> 23.40 Дом культуры и смеха (16+) <b>01.50 Фильм «Небо измеряется милями» (12+)</b>	<b>05.50 Сериал «Хорошая жена» (16+)</b> 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Мои университеты. Будущее за настоящим (6+) <b>10.25 Сериал «Морские дьяволы» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня <b>17.25 Фильм «О том, почему рака не стоит бояться» (16+)</b> 18.25 Жди меня (12+) <b>19.20 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Скорая помощь» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «Балабол» (16+)</b> 00.30 Своя правда 02.30 Квартирный вопрос (0+) 03.25 Агентство скрытых камер (16+) 03.55 Их нравы (0+) <b>04.20 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b>	07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды 07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп 07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 07.37 Это Сахалин, детка (16+) 07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.37 Мои острова (16+) 08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.00 Наш день (16+) 09.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 09.37 Сахалин в цифрах (16+) 09.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.00 Наш день (16+) 10.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 10.37 Это Сахалин, детка (16+) 10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.00 Наш день (16+) 11.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 11.37 Мои острова (16+) 11.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.00 Наш день. Коротко (16+) 12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 12.37 Сахалин в цифрах (16+) 12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.00 Наш день. Коротко (16+) 13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 13.37 Это Сахалин, детка (16+) 13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.00 Наш день. Коротко (16+) 14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 14.37 Мои острова (16+) 14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 15.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.37 Сахалин в цифрах (16+) 15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.00 Наш день. Коротко (16+) 16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 16.37 Это Сахалин, детка (16+) 16.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.00 Наш день. Коротко (16+) 17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 17.37 Мои острова (16+) 17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.00 Наш день. Коротко (16+) 18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 18.37 Сахалин в цифрах (16+) 18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.00 Наш день. Коротко (16+) 19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 19.37 Это Сахалин, детка (16+) 19.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.00 Наш день (16+) 20.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 20.37 Мои острова (16+) 20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.00 Наш день (16+) 21.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 21.37 Сахалин в цифрах (16+) 21.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.00 Наш день (16+) 22.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 22.37 Это Сахалин, детка (16+) 22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.00 Наш день (16+) 23.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 23.37 Мои острова (16+) 23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)	07.00 Наш день (16+) 07.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Южно-Сахалинск сейчас (16+) 15.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 22.00 Наш день (16+) <b>ЭХО САХАЛИНА 35 ТВК</b> 08.00 Наш день (16+) 20.00 Наш день (16+) 21.00 Наш день (16+) <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) <b>РОССИЯ 24</b> 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	<b>05.15 Сериал «МУР» (16+)</b> <b>06.50 Фильм «Приказ: огонь не открывать» (12+)</b> 09.00 Новости дня <b>09.20 Фильм «Приказ: огонь не открывать» (12+)</b> <b>09.45 Фильм «Приказ: перейти границу» (12+)</b> <b>11.50 Фильм «Коме, Мухтар!» (6+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.25 Фильм «Коме, Мухтар!» (6+)</b> <b>14.05 Сериал «МУР» (16+)</b> 18.00 Новости дня 18.20 Не факт! (12+) 18.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) <b>19.15 Сериал «Краповый берет» (16+)</b> 21.15 Новости дня <b>21.25 Сериал «Краповый берет» (16+)</b> 23.10 Десять фотографий. Софья Великая (12+) <b>00.05 Фильм «Папашин» (12+)</b> <b>01.45 Фильм «Земля, до востребования» (12+)</b> 04.10 «Легендарные самолеты. Ту-104. Турбулентность ясного неба». Док. фильм (16+)	07.30 6 кадров (16+) 07.35 Реальная мистика (16+) 008.40 По делам несовершеннолетних (16+) 09.45 Давай разведемся! (16+) 10.50 Тест на отцовство (16+) 13.00 Понять. Простить (16+) 14.15 Порча (16+) 14.45 Знахарка (16+) 15.20 Верну любимого (16+) <b>15.55 Фильм «Стань моей тенью» (16+)</b> <b>20.00 Фильм «Хрустальная мечта» (16+)</b> 00.35 Про здоровье (16+) <b>00.50 Фильм «Женская интуиция» (16+)</b> 03.20 Реальная мистика (16+) 04.15 Порча (16+) 04.40 Знахарка (16+) 05.05 Понять. Простить (16+) 06.00 Тест на отцовство (16+) 06.50 Домашняя кухня (16+) 07.15 6 кадров (16+) <b>ПЯТНИЦА!</b> 06.00 Орел и решка (16+) 06.40 Орел и решка (16+) 07.30 Орел и решка (16+) <b>08.30 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>10.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>11.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>12.00 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> <b>12.50 Сериал «Зачарованные» (16+)</b> 13.40 Пацанки (16+) 16.00 Пацанки (16+) 18.00 Пацанки (16+) <b>20.00 Фильм «Анна» (18+)</b> <b>22.20 Фильм «Тайна семи сестер» (18+)</b> <b>00.50 Фильм «Взрывная блондинка» (16+)</b> 02.30 Пятница News (16+) 03.00 На ногах (16+) 04.00 Битва ресторанов (16+) 04.40 Дикари (16+) 05.30 Пятница News (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.30 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>07.15 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>08.05 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>09.00 Сериал «Легавый» (16+)</b> 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>11.20 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>12.20 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>13.15 Сериал «Легавый» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.40 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>15.35 Сериал «Легавый» (16+)</b> <b>16.30 Сериал «Легавый-2» (16+)</b> <b>18.30 Сериал «Спецотряд «Штурм» (16+)</b> <b>19.30 Сериал «Спецотряд «Штурм» (16+)</b> <b>20.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.15 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.55 Сериал «След» (16+)</b> 00.45 Светская хроника (16+) <b>01.45 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>02.30 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>03.10 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>03.40 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>04.15 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>04.50 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b> <b>05.25 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b>

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

суббота, 23 октября

<b>1</b>	<b>РОССИЯ 1</b>	<b>НТВ</b>	<b>АСТВ</b>	<b>Солнце 18</b>	<b>ЗВЕЗДА</b>	<b>П</b>	<b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b>
<p>06.00 Доброе утро. Суббота</p> <p>09.00 Умницы и умники (12+)</p> <p>09.45 Слово пастыря (0+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.15 На дачу! (6+)</p> <p>11.15 Видели видео? (6+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.15 Видели видео? (6+)</p> <p>14.20 ТилиТелеТесто (6+)</p> <p>15.55 Кто хочет стать миллионером? (12+)</p> <p>17.30 Ледниковый период. Новый сезон (0+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.20 Сегодня вечером (16+)</p> <p>23.45 Горячий лед. Гранпри, 2021 г. Лас-Вегас. Фигурное катание. Пары. Короткая программа. Трансляция из США (0+)</p> <p>00.45 Горячий лед. Гранпри, 2021 г. Лас-Вегас. Фигурное катание. Мужчины. Короткая программа. Трансляция из США (0+)</p> <p>02.20 Германская головоломка (18+)</p> <p>03.10 Наедине со всеми (16+)</p> <p>03.50 Модный приговор (6+)</p> <p>04.35 Давай поженимся! (16+)</p> <p>05.15 Мужское/Женское (16+)</p>	<p>05.00 Утро России. Суббота</p> <p>08.00 Вести. Сахалин-Курилы</p> <p>08.20 Местное время. Суббота (12+)</p> <p>08.35 По секрету всему свету</p> <p>09.00 Формула еды (12+)</p> <p>09.25 Пятеро на одного</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)</p> <p>12.35 Доктор Мясников (12+)</p> <p><b>13.40 Сериал «Скалолазка» (12+)</b></p> <p>18.00 Привет, Андрей! (12+)</p> <p>20.00 Вести в субботу</p> <p><b>21.00 Фильм «Формула жизни» (12+)</b></p> <p><b>01.05 Фильм «Перекресток» (12+)</b></p>	<p>05.50 ЧП. Расследование (16+)</p> <p><b>06.20 Фильм «Взлом» (16+)</b></p> <p>08.20 Смотр (0+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 Готовим (0+)</p> <p>09.50 Поедем, поедим! (0+)</p> <p>10.25 Едим дома (0+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Главная дорога (16+)</p> <p>12.00 Живая еда (12+)</p> <p>13.00 Квартирный вопрос (0+)</p> <p>14.05 Однажды... (16+)</p> <p>15.00 Своя игра (0+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 По следу монстра (16+)</p> <p>20.00 Центральное телевидение</p> <p>21.20 Шоумаскгоон (12+)</p> <p>23.40 Ты не поверишь! (16+)</p> <p>00.45 Международная пирамида (16+)</p> <p>01.35 Квартирник НТВ у Маргулиса. Группа «Анимация» (16+)</p> <p>02.55 Дачный ответ (0+)</p> <p>03.45 Агентство скрытых камер (16+)</p> <p><b>04.30 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b></p>	<p>07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды</p> <p>07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп</p> <p>07.00 Репортаж (16+)</p> <p>07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Репортаж (16+)</p> <p>08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.00 Репортаж (16+)</p> <p>09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.25 Держи краба (16+)</p> <p>09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Репортаж (16+)</p> <p>10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Репортаж (16+)</p> <p>11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.25 Держи краба (16+)</p> <p>11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Репортаж (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Репортаж (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Репортаж (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Репортаж (16+)</p> <p>15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Репортаж (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.25 Держи краба (16+)</p> <p>16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Репортаж (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Репортаж (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Репортаж (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.25 Держи краба (16+)</p> <p>19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Репортаж (16+)</p> <p>20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.00 Репортаж (16+)</p> <p>21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.25 Держи краба (16+)</p> <p>21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Репортаж (16+)</p> <p>22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.00 Репортаж (16+)</p> <p>23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>16.00 Дальний Восток</p> <p>Отдел рекламы «Телемира» <b>49-16-31</b></p> <p><b>ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06</b></p>	<p><b>04.50 Фильм «Большая семья» (6+)</b></p> <p><b>06.40 Фильм «Женатый холостяк» (6+)</b></p> <p>08.00 Новости дня</p> <p><b>08.15 Фильм «Женатый холостяк» (6+)</b></p> <p>08.40 Морской бой (6+)</p> <p>09.45 Круиз-контроль (12+)</p> <p>10.15 Легенды цирка (12+)</p> <p>10.45 Загадки века (12+)</p> <p>11.40 Улика из прошлого (16+)</p> <p>12.30 Не факт! (12+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.15 СССР. Знак качества (12+)</p> <p>14.05 Легенды кино (12+)</p> <p><b>15.05 Сериал «Большая перемена» (6+)</b></p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.15 Задело!</p> <p><b>18.30 Сериал «Большая перемена» (6+)</b></p> <p><b>21.20 Сериал «Сержант милиции» (12+)</b></p> <p><b>01.25 Сериал «Кадеты» (12+)</b></p> <p>04.55 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+)</p>	<p>07.30 Порча (16+)</p> <p><b>11.30 Сериал «С волками жить...» (16+)</b></p> <p>19.45 Скажи, подруга (16+)</p> <p><b>20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+)</b></p> <p>23.00 Скажи, подруга (16+)</p> <p><b>23.15 Фильм «Дом, который» (16+)</b></p> <p><b>03.10 Сериал «С волками жить...» (16+)</b></p> <p>06.20 Героини нашего времени (16+)</p> <p>07.10 6 кадров (16+)</p> <p><b>ПЯТНИЦА!</b></p> <p>06.00 Орел и решка (16+)</p> <p>06.40 Орел и решка (16+)</p> <p>07.40 Орел и решка (16+)</p> <p>08.50 Орел и решка (16+)</p> <p>09.40 Мамы Пятницы (16+)</p> <p>10.00 Орел и решка (16+)</p> <p>11.10 Орел и решка (16+)</p> <p>12.20 Орел и решка (16+)</p> <p>13.20 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</p> <p><b>14.00 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b></p> <p><b>14.20 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b></p> <p><b>15.00 Сериал «Училки в законе-2» (16+)</b></p> <p>15.20 Мир наизнанку (16+)</p> <p>16.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>17.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>18.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>19.20 Мир наизнанку (16+)</p> <p>20.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>21.40 Мир наизнанку (16+)</p> <p>23.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p><b>00.00 Фильм «Анна» (18+)</b></p> <p><b>02.00 Фильм «Взрывная блондинка» (16+)</b></p> <p>03.50 Пятница News (16+)</p> <p>04.10 Битва ресторанов (16+)</p> <p>05.00 Пятница News (16+)</p> <p>05.20 Орел и решка (16+)</p>	<p><b>06.00 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>06.35 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</b></p> <p><b>07.10 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p><b>07.45 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p><b>08.30 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p><b>09.15 Сериал «Свои-4» (16+)</b></p> <p>10.00 Светская хроника (16+)</p> <p><b>11.05 Сериал «Тайсон» (16+)</b></p> <p><b>12.05 Сериал «Тайсон» (16+)</b></p> <p><b>13.05 Сериал «Тайсон» (16+)</b></p> <p><b>14.00 Сериал «Тайсон» (16+)</b></p> <p><b>15.00 Сериал «Спеццы» (16+)</b></p> <p><b>15.55 Сериал «Спеццы» (16+)</b></p> <p><b>16.45 Сериал «Спеццы» (16+)</b></p> <p><b>17.45 Сериал «Спеццы» (16+)</b></p> <p><b>18.35 Сериал «Спеццы» (16+)</b></p> <p><b>19.25 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>20.15 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.05 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>21.55 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>22.35 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>23.20 Сериал «След» (16+)</b></p> <p><b>00.05 Сериал «След» (16+)</b></p> <p>01.00 Известия. Главное (16+)</p> <p><b>01.55 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p> <p><b>02.50 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p> <p><b>03.25 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p> <p><b>04.05 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p> <p><b>04.45 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p> <p><b>05.20 Сериал «Последний мент-2» (16+)</b></p>

воскресенье, 24 октября

<b>1</b>	<b>РОССИЯ 1</b>	<b>НТВ</b>	<b>АСТВ</b>	<b>Солнце 18</b>	<b>ЗВЕЗДА</b>	<b>П</b>	<b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b>
<p>06.00 Новости</p> <p>06.15 Игрый, гармонь любимая! (12+)</p> <p>06.55 Часовой (12+)</p> <p>07.25 Непутевые заметки (12+)</p> <p>07.45 Горячий лед. Гранпри, 2021 г. Лас-Вегас. Фигурное катание. Танцы. Ритм-танец. Женщины. Короткая программа. Прямой эфир из США</p> <p>10.50 Здоровье (16+)</p> <p>12.00 Новости</p> <p>12.10 Жизнь других (12+)</p> <p>13.05 Видели видео? (6+)</p> <p>15.30 К 110-летию Аркадия Райкина. «Человек с тысящей лиц» (12+)</p> <p>16.35 Порезанное кино (16+)</p> <p>17.45 Три аккорда (16+)</p> <p>19.25 Лучшее всех! Новый сезон (0+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>22.00 Что? Где? Когда? Осенняя серия игр (12+)</p> <p>23.10 Вызов. Первые в космосе (12+)</p> <p>00.05 Горячий лед. Гранпри, 2021 г. Лас-Вегас. Фигурное катание. Женщины. Короткая программа. Пары. Произвольная программа. Трансляция из США (0+)</p> <p>01.40 «Горячий лед». Гранпри, 2021 г. Лас-Вегас. Фигурное катание. Мужчины. Произвольная программа. Трансляция из США (0+)</p> <p>03.45 Наедине со всеми (16+)</p>	<p><b>05.20 Фильм «Храни ее любовь» (12+)</b></p> <p>07.15 Устами младенца</p> <p>08.00 Местное время. Воскресенье. Вести. События недели</p> <p>08.35 Когда все дома</p> <p>09.25 Утренняя почта</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Большая переделка</p> <p>12.00 Петросян-шоу (16+)</p> <p><b>14.00 Сериал «Скалолазка» (12+)</b></p> <p>18.00 Дуэты (12+)</p> <p>20.00 Вести недели</p> <p>22.00 Москва. Кремль. Путин</p> <p>22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым (12+)</p> <p><b>01.30 Фильм «Если бы я тебя любил...» (12+)</b></p> <p><b>03.20 Фильм «Храни ее любовь» (12+)</b></p>	<p><b>06.05 Сериал «Схватка» (16+)</b></p> <p>07.35 Центральное телевидение (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 У нас выигрывают! (12+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Первая передача (16+)</p> <p>12.00 Чудо техники (12+)</p> <p>12.50 Дачный ответ (0+)</p> <p>14.00 НашПотребНадзор (16+)</p> <p>15.00 Секрет на миллион. Ольга Кормухина (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>19.00 Новые русские сенсации (16+)</p> <p>20.00 Итоги недели</p> <p>21.10 Ты супер! Новый сезон (6+)</p> <p>00.00 Звезды сошлись (16+)</p> <p>01.40 Международный фестиваль оперы и балета «Херсонес» (12+)</p> <p><b>03.20 Сериал «Москва. Три вокзала» (16+)</b></p>	<p>07.40, 08.40, 09.40, 10.40, 11.40, 12.40, 13.40, 14.40, 15.40, 16.40, 17.40, 18.40, 19.40, 20.40, 21.40, 22.40, 23.40 Прогноз погоды</p> <p>07.30, 08.30, 09.30, 10.30, 11.30, 12.30, 13.30, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30, 19.30, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 Гороскоп</p> <p>07.00 Репортаж (16+)</p> <p>07.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>07.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>07.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.00 Репортаж (16+)</p> <p>08.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>08.37 Мои острова (16+)</p> <p>08.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.00 Репортаж (16+)</p> <p>09.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>09.25 Держи краба (16+)</p> <p>09.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.00 Репортаж (16+)</p> <p>10.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>10.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>10.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.00 Репортаж (16+)</p> <p>11.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>11.25 Держи краба (16+)</p> <p>11.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.00 Репортаж (16+)</p> <p>12.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>12.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>12.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.00 Репортаж (16+)</p> <p>13.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>13.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>13.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.00 Репортаж (16+)</p> <p>14.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>14.37 Мои острова (16+)</p> <p>14.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.00 Репортаж (16+)</p> <p>15.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>15.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>15.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.00 Репортаж (16+)</p> <p>16.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>16.25 Держи краба (16+)</p> <p>16.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.00 Репортаж (16+)</p> <p>17.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>17.37 Мои острова (16+)</p> <p>17.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.00 Репортаж (16+)</p> <p>18.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>18.37 Сахалин в цифрах (16+)</p> <p>18.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.00 Репортаж (16+)</p> <p>19.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>19.25 Держи краба (16+)</p> <p>19.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.00 Специальный Репортаж (16+)</p> <p>20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>20.37 Мои острова (16+)</p> <p>20.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.00 Репортаж (16+)</p> <p>21.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>21.25 Держи краба (16+)</p> <p>21.40 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.00 Репортаж (16+)</p> <p>22.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>22.37 Это Сахалин, детка (16+)</p> <p>22.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.00 Репортаж (16+)</p> <p>23.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p>23.37 Мои острова (16+)</p> <p>23.38 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p>	<p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p><b>АСТВ 12 ТВК</b></p> <p>20.00 Специальный репортаж АСТВ (16+)</p> <p>20.10 Южно-Сахалинск сейчас (16+)</p> <p><b>РОССИЯ 24</b></p> <p>16.00 Вести. Сахалин – Курилы</p> <p>16.30 Спецрепортаж</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».</p> <p>Отдел рекламы «Телемира» <b>49-16-31</b></p>	<p><b>05.10 Сериал «Сержант милиции» (12+)</b></p> <p>09.00 Новости недели</p> <p>09.25 Служу России (12+)</p> <p>09.55 Военная приемка (12+)</p> <p>10.45 Скрытые угрозы (12+)</p> <p>11.30 Секретные материалы (12+)</p> <p>12.20 Код доступа (12+)</p> <p>13.10 «Война миров». Док. сериал (16+)</p> <p><b>14.00 Сериал «Краповый берет» (16+)</b></p> <p>18.00 Главное</p> <p>19.25 Легенды госбезопасности (16+)</p> <p>20.10 Легенды советского сыска (16+)</p> <p>22.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+)</p> <p>23.00 Фетисов (12+)</p> <p><b>23.45 Фильм «Двойной капкан» (12+)</b></p> <p><b>02.20 Фильм «Комне, Мухтар!» (6+)</b></p> <p>03.40 «Оружие Победы». Док. сериал (12+)</p> <p><b>03.55 Сериал «МУР» (16+)</b></p>	<p>07.30 Знахарка (16+)</p> <p><b>11.15 Фильм «Корзина для счастья» (16+)</b></p> <p><b>15.15 Фильм «Хрустальная мечта» (16+)</b></p> <p>19.45 Пять ужинов (16+)</p> <p><b>20.00 Сериал «Любовь Мерьем» (16+)</b></p> <p>22.40 Про здоровье (16+)</p> <p><b>22.55 Фильм «Незабытая» (16+)</b></p> <p><b>02.55 Сериал «С волками жить...» (16+)</b></p> <p>06.10 Героини нашего времени (16+)</p> <p>06.55 Домашняя кухня (16+)</p> <p>07.20 6 кадров (16+)</p> <p><b>ПЯТНИЦА!</b></p> <p>06.00 Орел и решка (16+)</p> <p>06.40 Орел и решка (16+)</p> <p>07.30 Орел и решка (16+)</p> <p>08.50 Орел и решка (16+)</p> <p>09.30 Мамы Пятницы (16+)</p> <p>10.00 Орел и решка (16+)</p> <p>11.00 Гастротур (16+)</p> <p>12.00 Орел и решка (16+)</p> <p>13.00 На ножах (16+)</p> <p>14.00 На ножах (16+)</p> <p>15.00 На ножах (16+)</p> <p>16.30 На ножах (16+)</p> <p>17.40 На ножах (16+)</p> <p>18.40 На ножах (16+)</p> <p>19.40 На ножах (16+)</p> <p>20.40 На ножах (16+)</p> <p>21.40 На ножах (16+)</p> <p>22.50 На ножах (16+)</p> <p><b>00.00 Фильм «Тайна семи сестер» (18+)</b></p> <p>02.00 На ножах (16+)</p> <p>03.00 На ножах (16+)</p> <p>03.50 Пятница News (16+)</p> <p>04.10 Битва ресторанов (16+)</p> <p>05.00 Пятница News (16+)</p> <p>05.30 Орел и решка (16+)</p>	<p><b>06.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+)</b></p> <p><b>07.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+)</b></p> <p><b>07.45 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+)</b></p> <p><b>08.45 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>09.40 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>10.40 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>11.40 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>12.40 Сериал «Ветеран» (16+)</b></p> <p><b>13.35 Сериал «Ветеран» (16+)</b></p> <p><b>14.30 Сериал «Ветеран» (16+)</b></p> <p><b>15.30 Сериал «Ветеран» (16+)</b></p> <p><b>16.25 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>17.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>18.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>19.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>20.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>21.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>22.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>23.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>00.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>01.30 Сериал «Возмездие» (16+)</b></p> <p><b>02.30 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>03.20 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>04.10 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p> <p><b>04.55 Сериал «Проверка на прочность» (16+)</b></p>

Отдел рекламы «Телемира» **49-16-31**

# Красная икра: польза



Красная икра является одним из самых полезных продуктов питания. Она обладает уникальными питательными свойствами и составом, что делает ее очень популярной.

## Виды икры

Специалисты выделяют несколько разновидностей натуральной лососевой икры. На прилавках современных магазинов можно встретить икру:

**Форели.** Для этого вида характерными являются небольшие размеры икринок – диаметр каждой из них не превышает 2–3 мм. Структура такой икры достаточно плотная. Икриночки окрашены в оранжевый цвет и имеют неповторимый нежный вкус.

**Кижуча.** Для этой разновидности характерен насыщенный бордовый цвет и небольшие размеры – диаметр каждой икринки составляет 4 мм. Обладает отличными вкусовыми характеристиками и имеет легкий горький привкус.

**Нерки.** Размеры этой разновидности красной икры ненамного отличаются от икры форели – диаметр каждой икринки не превышает 4 мм. Цвет ярко-красный, оболочка мягкая, а вкусовые характеристики очень высокие. Главной отличительной особенностью этой икры является присутствие легкой горчинки в послевкусии, которая ничуть не портит общее впечатление от вкуса.

**Горбуши.** Икра этой рыбы – одна из самых популярных и распространенных разновидностей. Главными отличительными характеристиками этого вида красной икры является ее размер, цвет и вкус. Диаметр каждой икринки достигает 5 мм, они окрашены в светлый оттенок оранжевого цвета и имеют приятный вкус, который оценят все без исключения.

**Кеты.** Эта разновидность красной икры отличается правильной формой икринок, которые окрашены в яркий янтарный цвет и достигают 6 мм в диаметре. Икра кеты обладает отличными вкусовыми характеристиками без каких-либо привкусов.

Каждая из этих разновидностей имеет не только отличные вкусовые характеристики, но и ряд полезных свойств, которые могут помочь человеку предотвратить развитие некоторых заболеваний, а в некоторых случаях даже справиться с ними. Натуральная красная икра поможет:

- улучшить кровообращение;
- остановить развитие многих сердечно-сосудистых заболеваний;
- предотвратить образование тромбов;
- значительно укрепить костную систему;
- улучшить качество зрения и даже справиться с некоторыми офтальмологическими заболеваниями и незначительными приобретенными патологиями;
- укрепить детскую иммунную систему и повысить иммунитет взрослого человека после перенесения серьезных заболеваний;
- остановить развитие атеросклероза;
- значительно повысить содержание гемоглобина в крови пациента, страдающего от анемии.

## Какая полезнее?

А какая икра полезнее: красная или черная? Польза красной и черной икры является неоспоримым фактом. Однако споры о том, какой же из этих двух морепродуктов полезнее, не утихают. Специалисты утверждают, что однозначно ответить на этот вопрос просто невозможно. И красная и черная икра содержат в своем составе множество полезных микроэлементов, минеральных веществ, жирных кислот и витаминов, которые способны благотворно влиять на организм человека. Систематическое употребление красной или черной икры может:

- простимулировать работу иммунной системы;
- улучшить состояние кожи;
- нормализовать выработку половых гормонов как у женщин, так и у мужчин;
- ускорить метаболизм;
- оказать благотворное влияние на работу центральной нервной системы;
- произвести положительное воздействие на работу почек;
- предотвратить ухудшение зрения.

Единственным отличием между этими двумя видами икры является содержание разного количества некоторых элементов. Так, например, в красной икре содержится на порядок больше полезных жиров и легкоусвояемых белков, а в состав черной – входит небольшое количество железа. Поэтому выделить наиболее полезный вид икры не получается, ведь каждый из них способен оказать благотворное влияние на человеческий организм.

## Сколько можно есть в день

Конечно, никто не станет спорить о полезных свойствах тех микроэлементов и витаминов, которые входят в состав красной икры. Однако не стоит забывать и о том, что переизбыток полезных веществ в человеческом организме опасен так же, как и их нехватка. Поэтому специалисты не рекомендуют употреблять в пищу слишком много икры и советуют не превышать суточную норму.

Чтобы насытить организм всеми необходимыми микроэлементами и витаминами, достаточно ежедневно употреблять 20 граммов натуральной красной икры. Специалисты утверждают, что регулярное употребление такого небольшого количества этого уникального морепродукта поможет не только поддержать организм, но и справиться с некоторыми заболеваниями.

## Состав и калорийность

Современные медики считают красную икру одним из самых ценных продуктов питания, так как в ее состав входит множество полезных веществ:

- легкоусвояемый белок – 24,6 г;
- жиры – 17,9 г;
- углеводы – 9 г;
- вода – 47,5 г;
- железо;
- калий;
- фолиевая кислота;
- жирные кислоты;
- витамины группы А, D, E.



Благодаря такому богатому составу этот морепродукт рекомендуют употреблять во время лечения тяжелых заболеваний, для восстановления работы иммунной системы и профилактики многих патологий.

Красная икра считается низкокалорийным продуктом питания. Она содержит в себе 248–252 ккал и способна быстро насытить организм.

## Чем полезна

Благодаря богатому составу терапевты рекомендуют употреблять красную икру для профилактики и лечения многих заболеваний. По мнению специалистов, регулярное употребление красной икры поможет:

1. Предотвратить развитие рахита. Этот уникальный морепродукт содержит в себе огромное количество витамина D, который предотвращает развитие рахита у детей.
2. Поддержать нервную систему и мыслительную деятельность. Лецитин, который входит в состав красной икры, гарантирует правильную работу нервной системы и насыщает клетки необходимой им энергией. А жирные кислоты способны защитить человека от развития таких заболеваний, как болезнь Альцгеймера, астма, экзема и псориаз.
3. Улучшить работу иммунной системы. Витамины, которые содержатся в красной икре, способны улучшить работу иммунитета.
4. Предотвратить ухудшение зрения. Большое количество витамина А поможет предотвратить развитие некоторых офтальмологических патологий и сохранить хорошее зрение.

**Для женщин.** Красная икра оказывает благотворное воздействие на женский организм. Регулярное употребление этого морепродукта поможет улучшить работу репродуктивных органов, выровнять гормональный фон и даже облегчить самочувствие во время критических дней, сняв неприятную симптоматику. Кроме того, красная икра оказывает омолаживающий эффект, повышая синтез коллагена.

**Для мужчин.** Красная икра не менее полезна и для мужского организма. Она стимулирует выработку таких гормонов, как тестостерон и серотонин, повышает потенцию. Кроме того, регулярное употребление красной икры предотвратит развитие атеросклероза и заболеваний сердечно-сосудистой системы, которым особенно подвержены мужчины.

Красная икра станет отличным помощником для мужчин, которые занимаются спортом, так как содержит в своем составе большое количество протеина.

**При беременности.** Красная икра считается источником всех необходимых витаминов и минералов. Поэтому этот продукт очень полезен женщинам, вынашивающим ребенка.

В этом морепродукте содержится большое количество легкоусвояемого белка, лецитина, фолиевой кислоты, полиненасыщенных жиров и витаминов. Такой состав гарантирует правильное формирование и развитие плода, поможет предотвратить развитие опасных патологий, сни-

зит риск преждевременных родов и вероятность скопления вредного холестерина.

**При грудном вскармливании.** А вот после рождения малыша лучше отказаться от употребления этого морепродукта. Вводить красную икру в ежедневное меню кормящей женщины следует только тогда, когда грудной ребенок достигнет шестимесячного возраста. При этом вводить этот продукт в рацион следует с особой осторожностью, так как он способен изменить вкус материнского молока и стать причиной возникновения серьезных аллергических реакций у грудного ребенка.

**Для детей.** Детский организм особенно нуждается в регулярном поступлении витаминов и полезных микроэлементов. Полезные вещества, которые содержатся в красной икре, гарантируют правильное развитие ребенка, насыщая его организм всем, что для этого необходимо.

Однако, несмотря на множество полезных свойств этого морепродукта, его запрещено вводить в меню детям, которые не достигли трехлетнего возраста. Это может вызвать серьезную аллергическую реакцию, которая потребует долгого лечения.

## Можно ли при похудении

Принимая решение сбросить определенное количество лишних килограммов, необходимо понимать, насколько важно составить правильное меню, которое будет не только способствовать потере веса, но и сможет насытить организм всеми необходимыми витаминами и минералами.

Насытить организм веществами, необходимыми для его правильной работы, во время диеты поможет красная икра. Она является низкокалорийным продуктом, не подвергается термической обработке во время приготовления, не содержит в себе вредный холестерин и даже помогает улучшить обмен веществ. При этом огромное количество минералов и витаминов насытит организм, предотвращая развитие авитаминоза, истощения и прочих неприятных последствий неправильной диеты.

Диетологи допускают употребление красной икры во время диеты, целью которой является снижение веса, но только в ограниченных количествах. Допускается употребление 15–20 граммов икры в сутки. Однако при этом стоит исключить высококалорийный хлеб. Можно съесть бутерброд с низкокалорийным хлебом или положить пару чайных ложек икры на лист салата. Такой завтрак впишется в любое диетическое меню, насытит организм витаминами и не станет причиной повышения веса.

## В медицине

Медики утверждают, что систематическое употребление красной икры поможет не только насытить организм витаминами и минералами, но и предотвратить развитие многих заболеваний. А вот какими свойствами обладает этот продукт, как он может влиять на течение болезни – давайте разбираться.

**При сахарном диабете.** На сегодняшний день

# И вред для здоровья



сахарный диабет является одним из самых распространенных заболеваний и несет большую угрозу для здоровья и жизни человека. Эта болезнь становится причиной нарушения работы внутренних органов человека, что приводит к возникновению множества сопутствующих патологий. Современная медицина предлагает пациентам, страдающим от сахарного диабета, не только принимать специальные препараты, но и контролировать свое ежедневное меню, что поможет предотвратить резкое повышение сахара в крови.

Рацион питания диабетика включает в себя множество продуктов с пониженным уровнем содержания сахара, низкой калорийностью и большим содержанием полезных микроэлементов. Специалисты утверждают, что к таким продуктам можно отнести и красную икру. Этот морепродукт имеет множество полезных свойств и является источником:

- ценного белка, который легко усваивается;
- йода, который, в свою очередь, улучшает работу щитовидной железы;
- витаминов и минералов;
- полиненасыщенных Омега-кислот;
- фолиевой и многих других кислот, которые способны нормализовать обменные процессы;
- кальция;
- фосфора;
- здоровых жиров;
- витаминов.

Однако людям, которые страдают от диабета, не стоит употреблять слишком много красной икры. Она будет полезна только в умеренных количествах.

**Важно: гликемический индекс красной икры 0 единиц.**

**При панкреатите.** А вот при таком заболевании, как панкреатит, гастроэнтерологи советуют воздержаться от употребления красной икры. Этот запрет распространяется на острую и хроническую стадию заболевания. Разнообразить ежедневный рацион красной икрой можно только в период стойкой ремиссии. При этом количество этого морепродукта должно быть небольшим.

При употреблении красной икры гастроэнтерологи советуют своим пациентам придерживаться следующих правил:

- людям, которые страдают от панкреатита, запрещено есть красную икру на голодный желудок;
- чтобы предотвратить проникновение в организм вредоносных микроорганизмов и не допустить обострения заболевания, рекомендуется употреблять икру высокого качества;
- больным панкреатитом разрешается съедать только 1 столовую ложку красной икры. При этом употреблять ее каждый день запрещено.

**При гастрите.** Гастроэнтерологи также рекомендуют отказаться от употребления красной икры тем людям, которые страдают от гастрита. Это объясняется тем, что данный морепродукт раздражает слизистую желудка и способен вызвать не только неприятную симптоматику, но и стать причиной ухудшения общего состояния пациента, спровоцировав развитие осложнений.

**При подагре.** Подагра – заболевание, для ко-

торого характерно отложение кристаллов мочевой кислоты на суставах. Болезнь имеет острое течение и вызывает сильные боли. Снять неприятную симптоматику и вывести кристаллы мочевой кислоты из организма человека помогает только диета. Она подразумевает исключение из ежедневного рациона тех продуктов, которые провоцируют образование кристаллов.

Одним из продуктов, которые запрещены во время обострения этого заболевания, является и красная икра. Она повышает уровень содержания мочевой кислоты в организме человека и приводит к отложению ее кристаллов в суставах, что способствует развитию болезни и ухудшению общего состояния пациента. Специалисты разрешают ввести небольшое количество красной икры в меню пациента только тогда, когда заболевание перешло в стадию ремиссии.

**Для печени.** Специалисты отмечают, что при диагностировании каких-либо заболеваний печени от красной икры также следует отказаться. В противном случае пациент может столкнуться не только с ухудшением общего состояния, но и с развитием разнообразных осложнений, которые потребуют сложного и длительного лечения.

**При холецистите.** Красная икра содержит в себе не только множество полезных элементов, но и большое количество соли. Кроме того, современные производители добавляют в этот морепродукт разнообразные консерванты, которые способны навредить организму человека и спровоцировать развитие многих заболеваний. Именно по этим причинам тем людям, которые страдают от холецистита, лучше отказаться от употребления красной икры, особенно в период обострения заболевания.

А вот можно ли употреблять этот морепродукт во время ремиссии и в каких количествах, может проконсультировать только лечащий терапевт, который знаком с течением болезни, сопутствующими заболеваниями и особенностями организма.

## В косметологии

Одной из уникальных особенностей этого морепродукта можно назвать удивительную способность оказывать благотворное воздействие на состояние кожи. Красная икра помогает не только улучшить внешний вид кожных покровов и сохранить молодость, но и оказать содействие при лечении таких заболеваний, как дерматит, псориаз и даже экзема.

Омолаживающий эффект этого морепродукта объясняется тем, что его регулярное употребление способствует активной выработке коллагена, который, в свою очередь, помогает подтянуть кожу лица и предотвращает возникновение морщин. Кроме этого, способность ускорить обмен веществ в организме и большое содержание витаминов также помогают улучшить внешний вид кожных покровов, сохраняя их красоту и здоровье на долгие годы.

Благодаря таким уникальным свойствам все больше компаний, которые занимаются изготовлением косметических средств, направленных на сохранение молодости кожи, добавляют красную икру в состав дорогостоящей косметики. Однако

изготовить подобные косметические средства можно и самостоятельно, не прикладывая особых усилий.

Большинство женщин используют красную икру для омолаживания кожных покровов лица и шеи. Для этих целей отлично подойдут несколько рецептов.

**Маска из крема и красной икры.** Для приготовления этой домашней омолаживающей маски понадобится 1 чайная ложка натуральной красной икры любого вида и немного увлажняющего крема. Икру растолочь, а затем смешать с кремом до получения однородной массы. Полученную смесь следует нанести на кожу лица и шеи, оставить на 15–20 минут. По истечении указанного времени маску необходимо снять при помощи спонжа и умыться холодной водой.

**Натуральная омолаживающая маска.** Этот рецепт омолаживающего косметического средства является полностью натуральным и подразумевает использование 0,5 чайной ложки свежей икры и 1 яичного белка. Ингредиенты следует тщательно размешать до образования однородной массы. Маску необходимо выдержать 10–15 минут, после чего смыть прохладной водой и нанести питательный крем.

Косметологи не рекомендуют использовать омолаживающие маски чаще, чем 1 раз в 7–10 дней. При этом для их приготовления должна использоваться только свежая, натуральная красная икра высокого качества, в противном случае повышается риск возникновения аллергических реакций в виде сыпи, отеков, сильного зуда и прочих неприятных симптомов.

Красная икра широко используется в косметологии и может входить в состав не только омолаживающих, но и освежающих косметических средств и масок с лифтинг-эффектом.

## Вред и противопоказания

Несмотря на богатый состав, красная икра может навредить человеку. Однако это возможно только в случае наличия противопоказаний к ее употреблению, которые могут быть связаны с индивидуальной непереносимостью или наличием в анамнезе человека некоторых серьезных заболеваний.

Кроме того, специалисты рекомендуют не злоупотреблять этим морепродуктом по таким причинам:

1. Наличие большого количества соли в этом продукте. Соль имеет способность задерживать воду в человеческом организме, что является одной из главных причин возникновения отеков.
2. Способность икры накапливать и сохранять токсины и тяжелые металлы. Из-за этой особенности медики не рекомендуют злоупотреблять этим морепродуктом.
3. Специалисты рекомендуют приобретать только качественную икру с достаточным сроком хранения. Просроченная или некачественно упакованная красная икра опасна для организма человека. Испорченный морепродукт оказывает негативное воздействие на многие внутренние органы.

Категорически противопоказана красная икра тем, у кого есть болезни сосудов, повышен уровень холестерина в крови, а также при риске развития атеросклероза.

## Как выбрать красную икру хорошего качества

Красная икра является одним из самых популярных морепродуктов. Именно по этой причине на прилавках рыбных магазинов и супермаркетов можно встретить не только натуральный продукт высокого качества, но и подделку сомнительного происхождения. Чтобы не приобрести некачественный продукт, важно знать простые правила выбора красной икры.

**Упаковка.** Специалисты советуют отказаться от приобретения красной икры в жестяных банках и обратить внимание на тот морепродукт, который упакован в прозрачные баночки. Через стеклянную или прозрачную тару покупатель может оценить целостность икринок, увидеть их цвет и размер, что поможет определить качество продукта.

**Условия хранения.** Красная икра должна храниться только в холодильнике, в противном случае велик риск порчи продукта.

**Дата изготовления.** При покупке фасованной красной икры специалисты советуют обратить внимание на дату изготовления морепродукта. Натуральный продукт должен быть изготовлен не позднее октября. Если же икра была изготовлена в ноябре и позднее, ее нельзя назвать натуральной, так как нерест рыбы, икра которой используется для изготовления этого морепродукта, происходит в период с июля по сентябрь.

**Наличие лишней жидкости.** В том случае, если во время переворачивания банки, икра слишком быстро перемещается с одной стороны в другую, то это может говорить только о том, что в этой баночке присутствует слишком много жидкости.

Опираясь на эти правила, каждый покупатель сможет выбрать икру высокого качества и насладиться ее уникальным вкусом.

## Как правильно хранить

Красная икра должна храниться в холодильнике при температуре не выше -4 и не ниже -6 градусов по Цельсию. При этом срок хранения этого морепродукта составляет 12 месяцев.

Красную икру можно хранить в морозильной камере, однако повторно замораживать этот морепродукт не рекомендуется. Поэтому перед тем как заморозить икру, лучше расфасовать ее по емкостям небольшого размера. При этом замороженная икра может храниться до 12 месяцев, но только при условии поддержания постоянной температуры.

Чтобы икра сохранила все свои полезные свойства и не потеряла вкусовые качества, ее следует правильно разморозить. Разморозка этого морепродукта должна происходить при температуре +5 градусов по Цельсию, без дополнительного подогрева. Спустя сутки икра будет разморожена.

# Сахалинец, укравший пожертвования, задержан



30 сентября в дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинску поступило сообщение от работников одного из местных магазинов. Неизвестный гражданин зашел в торговый зал и на виду у продавщицы и покупателя похитил ящик с пожертвованиями, после чего скрылся с места преступления.

Прибывшие на место происшествия сотрудники уголовного розыска изучили записи с камер видеонаблюдения магазина и прилегающей к нему терри-

тории. В скором времени сотрудники полиции выяснили личность злоумышленника. Им оказался 40-летний уроженец города Невельска, который уже неоднократно попадал в поле зрения оперативников – мужчина неоднократно привлекался к уголовной ответственности за совершение имущественных преступлений и в начале года вышел из мест лишения свободы.

В результате последовавших оперативно-разыскных мероприятий местонахождение злоумышленника было установлено, а сам он задержан.

Как оказалось, в коробке с пожертвованиями находилось около пяти тысяч рублей, которые мужчина в тот же вечер потратил на личные нужды.

По данному факту возбуждено уголовное дело по статье «Грабеж». В настоящий момент сотрудники полиции проверяют причастность подозреваемого к другим противоправным действиям.

Если вы пострадали от действий указанного гражданина, просьба обратиться по телефонам 789-439, 789-144, 789-405, либо обратиться в УМВД России по городу Южно-Сахалинску.

## Островитянка, присматривая за квартирой, обокрала ее

Следственным отделом ОМВД России по Холмскому городскому округу окончено расследование уголовного дела в отношении 35-летней местной жительницы, обвиняемой в растрате.

В августе текущего года 44-летний островитянин улетел в отпуск в Санкт-Петербург. При этом он оставил своей знакомой ключи от квартиры, чтобы та в его отсутствие присматривала за ней.

Вместо этого женщина привела туда посторонних лиц и продала им кондиционер и морозильную камеру общей стоимостью 30 тысяч рублей. Полученные от незаконной сделки деньги подозреваемая потратила по своему усмотрению.

Сотрудники полиции установили покупателей, изъяли краденое имущество и передали законному владельцу.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Сахалинец украл доллары и выкинул их

Следственным отделом ОМВД России по Холмскому городскому округу окончено расследование уголовного дела по факту кражи. Обвиняемый - 38-летний, ранее судимый местный житель.

Следователи установили, что вышеуказанный гражданин 9 июля приехал в город Холмск. Находясь в состоянии алкогольного опьянения, он зашел в один из местных офисов, где зашел в один из служебных кабинетов. В помещении никого не было, а на диване лежала женская сумочка.

Убедившись, что за его действиями никто не наблюдает, обвиняемый открыл сумку, в которой увидел кошелек, похитил его и скрылся.

Уже на улице он открыл портмоне и увидел стопку купюр различным номиналом. Также в кошельке имелись доллары США разными купюрами. Не зная, что делать с иностранной валютой, он выбросил ее вместе с кошельком. Остальные похищенные денежные средства обвиняемый потратил на покупку алкогольных напитков. Общая сумма ущерба составила более 13 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Серийного вора задержали в Корсакове

Следственным отделом ОМВД России по Корсаковскому городскому округу окончено расследование многоэпизодного уголовного дела в отношении 22-летнего местного жителя, который обвиняется в кражах.

Установлено, что 12 июня ночью фигурант распивал алкогольные напитки в баре. Там он познакомился с заявителем. Обвиняемый приметил, что у потерпевшего при себе находилось портмоне, в котором лежала банковская карта. Выйдя с ним на улицу покурить, злоумышленник попросил телефон, чтобы позвонить. Заявитель ответил на просьбу согласием, разблокировал телефон и передал злоумышленнику. Тот в свою очередь, запомнил пароль. Взяв телефон, молодой человек выяснил, что на счету потерпевшего, привязанном к телефону, имеется 36 тысяч рублей. У него возникло желание похитить эти деньги. Дождавшись, когда через несколько часов новый знакомый уже находился в состоянии алкогольного опьянения и не контролировал обстановку, путем несложных манипуляций получил доступ к мобильному банку потерпевшего и перевел указанную сумму на свой счет.

В эти же сутки, около 5 часов утра, фигурант приметил в баре ещё одного гражданина в состоянии алкогольного опьянения. В кармане его кофты он увидел телефон, который решил похитить. Незаметно вытащив гаджет стоимостью около 13 тысяч рублей, обвиняемый с места преступления скрылся и впоследствии распорядился им по своему усмотрению.

Он же 20 июля в вечернее время находился в гостях у своего знакомого и решил совершить кражу его мобильного телефона. Когда товарищ отправился спать, обвиняемый забрал аппарат стоимостью 12 тысяч рублей и покинул квартиру.

На следующий день около трех часов ночи обвиняемый распивал спиртные напитки в баре вместе с молодым человеком. Решив его обокрасть, фигурант дождался, когда потерпевший будет в состоянии сильного алкогольного опьянения, и незаметно вытащил из кармана его куртки мобильный телефон стоимостью 28 тысяч рублей.

22 июля он познакомился на улице с другим потерпевшим, который позвал его к себе в гости для распития спиртных напитков. Когда мужчина отправился спать, злоумышленник похитил телефон стоимостью 16 590 рублей, наручные часы, стоимостью 5 590 рублей и семь тысяч рублей наличными, после чего поспешил скрыться. Ущерб составил более 29 тысяч рублей.

26 июля, находясь на детской площадке по улице Окружной, обвиняемый попросил у несовершеннолетнего телефон, чтобы позвонить, после чего сбежал вместе с гаджетом. Стоимость телефона составила более 10 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Под суд за пьяную езду

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Долинский» окончено расследование уголовного дела в отношении 19-летнего жителя села Быков.

Установлено, что 27 июня обвиняемый, находясь в состоянии опьянения, будучи лишенным водительских прав за аналогичное правонарушение, управляя легковым автомобилем, передвигался по автодороге сообщением Долинск – Быков.

Около 2 часов 20 минут, из-за темноты и скользкой дороги, водитель выехал за пределы проезжей части, автомобиль перевернулся. Ни водитель, ни его 21-летний пассажир не были пристегнуты ремнями безопасности. В результате дорожно-транспортного происшествия пассажир сломал позвоночник.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Кража банковской карты

4 октября в дежурную часть ОМВД России по городскому округу Долинский поступило заявление от 57-летней местной жительницы. Женщина сообщила, что у неё украдена банковская карта, с которой впоследствии были потрачены средства на различные покупки.

Сотрудники уголовного розыска в ходе проведения оперативных мероприятий вышли на след подозреваемого. Им оказался 33-летний, ранее неоднократно судимый житель Быкова.

Выяснилось, что мужчина вместе со своей сожительницей пришли в гости к знакомой. Пробыв у нее некоторое время, мужчина украл банковскую карту из её сумки. Далее он совершил несколько покупок в магазине Долинска до изъятия карты оперативниками.

По факту кражи с банковского счета возбуждено уголовное дело. В отношении подозреваемого избрана мера пресечения в виде подписки о невыезде и надлежащем поведении.

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. Колпацкая, 8  
тел.: 77-08-16, 8-914-090-21-58

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

**ТМ**  
**Отдел рекламы**

**49-16-31**



# Просто вкусно!

## Блюда на каждый день

### Картофельные котлеты с куриным мясом

**Ингредиенты:** картофель - 1 кг, куриный окорочок - 1 шт., лук репчатый - 1 шт., масло сливочное - 40 г, яйца куриные - 2 шт., мука пшеничная - 4-5 ст. л., масло растительное - 50 мл, соль и перец по вкусу.

**Приготовление:** куриный окорочок варить на небольшом огне до готовности, около 40 минут, под крышкой. Вынуть, охладить. Куриное мясо отделить от костей.

Вскипятить чайник. Картофель очистить, помыть, нарезать кусочками, выложить в кастрюлю, посолить, залить кипятком. Варить на небольшом огне до мягкости (около 20 минут).

Воду слить, картошку растолочь в однородную массу, добавить сливочное масло. Перемешать. Добавить яйца, поперчить. Добавить муку, 2-3 ст. ложки. Хорошо перемешать. Картофельное «тесто» готово. Лук репчатый очистить, помыть, нарезать кубиками. Разогреть сковороду, налить растительное масло (2 ст. ложки). В горячее масло выложить лук. Обжарить лук на среднем огне, помешивая, до золотистого цвета (2-3 минуты).

Куриное мясо пропустить через мясорубку. Добавить в



сковороду к луку. Посолить, поперчить. Обжарить на среднем огне, помешивая, 4-5 минут.

Из картофельного «теста» сделать круглые лепешки, на середину лепешек положить фарш. Слепить котлеты, обвалить в муке. Разогреть сковороду. Налить растительное масло. В горячее масло выложить картофельные котлеты. Жарить картофельные котлеты с мясом на среднем огне сперва с одной стороны 2-3 минуты, до золотистого цвета. Затем перевернуть и жарить котлеты с другой стороны. Так пожарить все котлеты.

Партнер



рубрики

### БАЛОВЕНЬ СУПЕРМАРКЕТ

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

#### ЦЕНА ВОПРОСА

**305 рублей.**

- Картофель – 65 руб.
- Куриный окорочок – 175 руб.
- Лук репчатый – 20 руб.
- Масло сливочное – 25 руб.
- Яйца – 20 руб.

Растительное масло, мука, соль и перец - из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете «Баловень».

Получит обязательный сертификат

### Домашний кетчуп (на зиму)

**Ингредиенты:** помидоры - 5 кг, лук репчатый - 1 кг, сахар - 300 г, соль - 70-80 г (2 ст. л.), корица молотая - 1 ч. л., гвоздика - 1 ч. л., перец черный молотый - 1 ч. л., паприка молотая - 1 ч. л., уксус 9%-ный - 50 мл, вода (при необходимости) - 0,5 стакана.



**Приготовление:** у помидоров удалить сердцевину и крупно нарежьте помидоры. Также крупно нарежьте лук.

Сложите помидоры в кастрюлю (5-литровую) и включите минимальный нагрев. Если сок из помидоров не выделился, долейте немного воды на дно кастрюли.

Через 10-20 минут, когда помидоры дадут сок, аккуратно перемешайте, отрегулируйте нагрев, чтобы масса немного бурлила, и тушите 40-50 минут.

Когда помидоры немного осядут, добавьте лук (если объем кастрюли позволяет, добавляйте лук сразу) и

процедите через сито.

Независимо от того, процеживали вы соус или нет, верните его на плиту, добавьте гвоздику и уваривайте домашний кетчуп до желаемой густоты, это примерно 1,5 часа. Крышкой накрывать кастрюлю не нужно. Нагрев такой, чтобы сохранялось небольшое кипение.

Добавьте уксус, перемешайте и разлейте соус, не снимая кастрюлю с огня, по стерилизованным банкам.

Закройте банки крышками, переверните, накройте чем-либо теплым и оставьте домашний кетчуп остывать.

оставьте на минимальном нагреве на 1,5-2 часа, сохраняя небольшое кипение, не накрывая крышкой.

Добавьте соль, сахар и приправы (кроме гвоздики).

Перемешайте все погружным блендером или пропустите через мясорубку.

Если хотите совсем магазинный вариант кетчупа,

### Жульен с курицей и грибами

**Ингредиенты:** куриное филе - 100 г, грибы шампиньоны - 100 г, лук репчатый небольшой - 1 шт. (40 г), масло сливочное - 20 г, масло растительное - 20 мл, мука пшеничная - 20 г, сливки 12% - 100 г, сыр твердый (моцарелла) - 50 г, соль - по вкусу, мускатный орех - по вкусу.

**Приготовление:** лук нарезать соломкой. Обжарить лук на растительном масле.

Тем временем нарезать соломкой куриное филе. Нарезать грибы. Добавить в сковороду к луку сливочное масло. Затем добавить курицу и грибы. Обжаривать на большом огне, до полной готовности.

Затем добавить муку, уменьшить огонь. Перемешивая, дать муке немного обжариться.

Затем добавить сливки. Тщательно перемешать, разбивая все комочки в соусе. Добавить соль, мускатный орех.



Когда соус загустеет, все практически готово.

Жюльен поместить в кокотницу, сверху засыпать натертым сыром.

Поставить жульен с курицей и грибами в духовку при температуре 210 градусов на 5 минут.

Жюльен с курицей и грибами готов!

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

## Тема следующего номера - блюда на каждый день

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



**БУДНИ**  
07.00-11.00 Обла-бла-стное шоу  
07.20, 07.40 08.20, 08.40, 09.20, 09.40 10.20, 10.40, 11.20, 11.40  
12.20, 12.40 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20  
Прогноз погоды  
07.15, 08.15, 09.15, 10.15  
Гороскоп  
07.30, 17.10 ИнтерШум  
07.50 «Фейк-ньюз», игра  
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости  
08.35, 14.35 На старте  
09.45, 14.50, 18.50  
Информационный выпуск о

транспортной обстановке  
09.30 Афиша  
10.30 «О Май Гаджет», техноновости  
10.50 «РакаМакаФо», игра  
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости  
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор  
12.10 «Жевать – не пережевывать», игра  
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (пн-ср)  
12.44, 14.44, 15.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (чт, пт) Золотой хит  
13.00-14.00 Открытая студия  
16.00-17.00 Наша музыка (ср)  
16.40 (пт) МЭТР  
16.50 (вт) «Крупным планом», программа о кино

18.00-19.00 От первого лица (чт)  
20.00-21.00 Шоу «Приём»  
22.00 - 00.00 (пн - чт) Ловец снов  
Свободный выход 1 раз в день - «Билетная касса», игра  
**В ВЫХОДНЫЕ ДНИ**  
09.00 – 10.00 (ВС); 15.00-16.00 (сб) Топ хит-чарт  
09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40,  
00.20 Прогноз погоды  
10.10, 11.10 Гороскоп  
11.25, 17.25 «Раскадровка», игра  
12.30 «Театральные выходные», игра  
12.44, 14.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44, 21.44 (сб)  
12.44, 14.44, 15.44, 16.44, 17.44, 18.44, 19.44 (вс)  
Золотой хит  
13.00 – 14.00, 20.00 – 21.00 Шоу «Приём»



Жизнь до 30: ничего не понятно, но очень интересно.  
Жизнь после 30: ничего не интересно, но зато всё очень понятно.

- Что может быть хуже для часового, чем услышать в метре от себя хруст ветки под ногой индейца?  
- Не услышать.

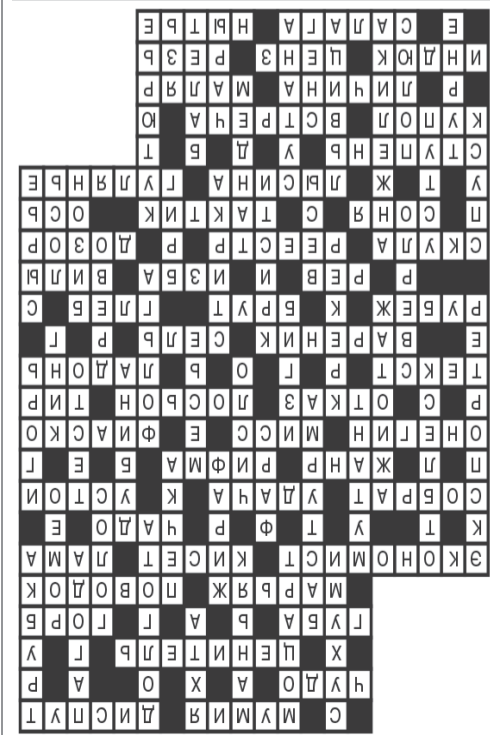
Сын мой, я злюсь не из-за того, что ты пьёшь, играешь в карты, шляешься по беспутным девкам. Я злюсь из-за того, что ты при этом - несчастлив.

Как говорит мой кот: «Ты чё там жрешь? Дай мне немного! Я такое не ем, но дай».

Ирландец поймал лепрекона. Лепрекон говорит ему:  
- Отпусти меня, и я исполню три твоих желания.

- Мне бутылку виски! - распорядился ирландец. Бац, у него в руках увесистая бутылка доророго виски.  
- Эта бутылка волшебная, - говорит лепрекон. - Сколько бы ты не пил, виски никогда не кончится. Какое твоё второе и третье желание?  
- Ещё две таких бутылки!

## ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16



**ТЕПЛИЦЫ** ПРОФЕС-СИОНАЛ+  
**«САХАЛИНОЧКА»**

- Суперусиленный каркас
- Различные размеры
- Хранение бесплатно
- Доставка по Сахалину

ул. Крюкова 33, 2-й эт.  
 e-mail: balkonkluch@mail.ru  
 www.professional-sakh.ru  
 50-09-49, 63-66-45

**Гарантия на металлический каркас**

Выздоровление безнадёжного больного	Столица абхазцев "Чучело" фараона							Публичный спор учёных мужей													
						Композитор, "заставивший" Фигаро петь		Одержимый психопат-убийца	"Кораблик" олигарха		Координата "в паре" с шириной	Тайский храм с кокетливой крышей					"Люлька" курящего Сталина				
"Занавес" для ряда зубов	Восточное блюдо из вяленого мяса											Достоинство оперной дивы					Юный Монтекки, полюбивший Джульетту				
						Поклонник и знаток искусства		Африканский гигант с длинной шеей	"Транспорт" ленивого Емели		Изыяны фигуры Квазимодо										
Комбинация короля и дамы одной масти									Ремень для прогулок Барбосом												
							Расшитый мешочек с махоркой						Тибетский наставник								
	Страна-поставщик И. А. Смит, и Е. Гайдар	Сияние отражённого пламени	Азарт покупателей на распродаже		Двухголовый генетический уродец	Собрание превращённых балаган		"Первый" компонент даты на заявлении	Дитя, заласканное нянками								"Глина" из муки и соли для поделок малыша			Имя актёра Костюлевского	
					Главное пожелание игроку				Обращение к прохожему в Марселе		"Колотушка" дикаря в шкуре мамонта										
	Близкий товарищ по партии	Повесть или новелла в литературоведении				"Связка" поэтических строк					Металлическая обертка форели в духовке	Сложившиеся в обществу традиции					Автор романа "Зелёная миля"				
					"Неокольцованная" англичанка			Жидкость, успокаивающая кожу после бритья	Крах махи-нации, "вылетевшей в трубу"												
	Евгений, стрелявший в Ленского	Вонзенное в стену " жало" дрели				Изысканная линия лебединой шеи						Парковая палатка с винтовками									
			Ответ невесты, огорчивший жениха		Печенье, пригодное для долгого похода	Английская королева детективов		Обязанность прачки	Пятипалая "кормушка" для пони												
	Заготовка для диктанта	Украинский "пельмень" с вишней						ЧП в горах после сильных ливней				"Ветвистая" родословная		Бык с Дикого Запада				Мясо для колбасного завода			
				Звук мощного мотора	"Вруны" в арсенале нечестной продавщицы				Бревенчатое жилище крестьянина	Имя Жеглова-коллеги Шаропова							Лесной великан-"рогоносец"				
Путешествие вниз по лестнице	Граница между ушедшей и новой эпохами	Порожек на отвесной скале	Главная героиня романов Анн и Серж Голон			"Иуда" в окружении Цезаря		Велотранспорт на две персоны				"Острога" для уборки сена									
				Список зарегистрированных туроператоров						Двухмачтовое парусное судно	Модельер с мировым именем										
	"Рельеф" щеки	Зевающий лежебока			Верная подруга царя с гривой	Полководец, продумавший план боя						Рейд сторожевого корабля	"Вертел", на котором крутится глобус								
	"Этаж" лестницы	Кругосветка певца	Каждый из концов магнита	"Пробел" в шевелюре, скрываемый париком						Тональный крем советских дам											
					Осадки, смягчившие мороз	"Хламида" Арамиса в стенах церкви		Флюиды оборотистой красавицы			Массовый "кутеж" на Масленицу										
				Радостное событие после разлуки							Рыба из карповых с "металлическим" телом										
Крыша собора, увенчанная крестом		Маска святости, "надетая ханжой"				Работник, "гримирующий" стены дома															
				Ограничение по возрасту для избирателей					Острая боль в районе аппендикса												
Попавший суп пернатый "мыслитель"		Матрос-новобранец на корабле				"Скулеж" отпрыска, изматывающий нервы															

TM  
 Отдел рекламы  
**49-16-31**