

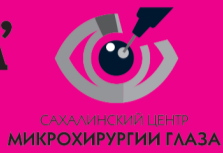
№8  
(1228)  
23 февраля  
2022  
среда

# Телемир

TM  
16+

Твоя любимая газета

Южно-Сахалинск,  
ул. Ленина, 279 А  
www.sakhglaz.ru  
@sakh\_glaz



САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР  
МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

## ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

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

**290-440, 266-220**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

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

## НАРКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ НА ДОМУ  
КОДИРОВАНИЕ

ежедневно до 21.00

☎ 25-81-55, 733-222

**АНОНИМНО**

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

ООО «Мегаресурс  
благополучия  
человека»

МЕДИЦИНСКИЕ  
РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ,  
ДЕЗИНФЕКЦИОННЫЕ  
СРЕДСТВА,  
ПЕРЕВЯЗКА ДЛЯ  
ЛЕЧЕНИЯ РАН

Подлежит обязательной сертификации  
ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3  
Т.: 22-08-79, 46-82-50  
E-mail: mbch\_sakh@mail.ru

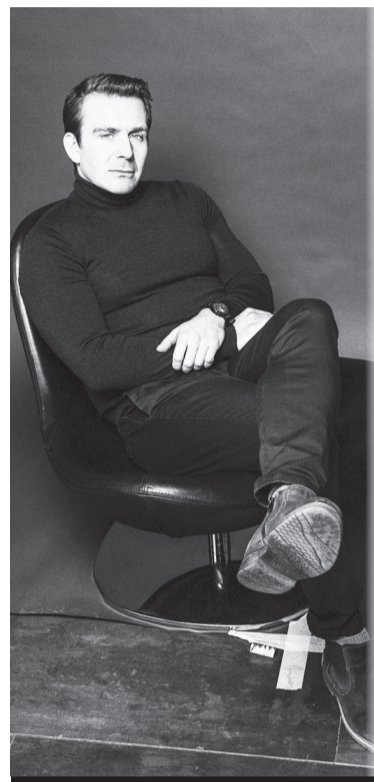
В продуктовый магазин  
ТРЕБУЕТСЯ ПРОДАВЕЦ

График работы сутки через двое.  
Зарплата достойная.

**8-962-581-79-32, Ирина**

## Антон Васильев: «Сейчас есть мода на «шепталый реализм»»

7



На Первом канале показали детективный сериал «Хрустальный» режиссера Душана Глигорова по сценарию Олега Маловичко. Проект рассказывает о московском следователе Сергее Смирнове, слышащем лучшим «охотником на маньяков». Для поимки очередного преступника, похитителя и убийцы детей ему приходится вернуться в родной город Хрустальный и столкнуться с травмирующими воспоминаниями детства. Главную роль сыграл актер Антон Васильев. Мы поговорили с ним о популярности детективного жанра, травмах, которые нужно обсуждать, и героях, которых не хватает современному российскому кино.

- Ваш герой – неоднозначный персонаж, следователь со своим методом работы. Легко ли вы согласились на участие в «Хрустальном» и чем вас привлек этот проект?

- Мне прислали сценарий в самом начале карантина. Я неважно себя чувствовал, к тому же тогда непонятно было, что это за вирус, настроения были тревожные, беспокойно было.

**Как  
научить  
ребенка  
вежливости**

стр. 5

"Мега Транс Сервис"  
Транспортно-экспедиционная компания  
г. Южно-Сахалинск

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

**БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО**

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



## ПРАЧЕЧНАЯ САМООБСЛУЖИВАНИЯ

с промышленным оборудованием

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

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



КОМПАНИЯ  
**ДОМИНАНТА**  
НЕДВИЖИМОСТЬ

**ЭФФЕКТИВНАЯ ПРОДАЖА  
ВАШЕЙ КВАРТИРЫ**



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

## Стоматологическая клиника ООО «Стоматолог»

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

**БУЛЬВАР ИМ. 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 ЗАРОВОХОРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ

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  
ШАКАФЫ-КУПЕ  
КУХНИ**



Скидки от 5 до 10%  
Рассрочка платежа

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



## СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»

Полный комплекс услуг по доступным ценам

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

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



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

О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

## СБТ65

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

**ВСЕ ВИДЫ  
СТРОИТЕЛЬНЫХ  
РАБОТ**

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

КРУГЛОСУТОЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ САХАЛИНА

# НОВЫЙ ACTV

ТЕПЕРЬ 24 ЧАСА  
ВО ВСЕХ СЕТЯХ КАБЕЛЬНЫХ ОПЕРАТОРОВ

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

Смотреть **НОВЫЙ ТЕЛЕКАНАЛ** уже можно в сетях крупнейших кабельных операторов Сахалина:  
в сети кабельного оператора «Солнце Телеком» (65 канал);  
в сети кабельного оператора «ТТК-Транстелеком» (65 канал);  
в интерактивном телевидении ООО «Сайт» (22 канал);  
в интерактивном телевидении «Ростелеком» (751 канал).  
Кроме того, телеканал **ACTV** – первый и единственный на Сахалине – запустил стриминговое вещание в сети Интернет - в том числе на портале **astv.ru** и в собственном мобильном приложении ACTV, доступном для скачивания в App Store и Google Play.  
По вопросам настройки просмотра телеканала ACTV обращайтесь на телефон горячей линии **8 (4242) 49-16-16**.



[ ЗДОРОВЬЕ ]

**СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»**

<b>Детские неврологи мануальные терапевты, остеопаты</b>	Лечение последствий родовых травм, неврологических синдромов (гипотонус, гипертонус, пилервозбудимость, пилеринезия, плохой сон и т.д.), нарушения осанки (сколиоз, сутулость и т.д.)	<b>735-999, 42-00-30</b> <small>Лин. 6501000008 от 15.03.08 вых. деп. здравоохран. Сак. обл.</small>
<b>Программа АНТИТАБАК</b>	Помощь в избавлении от никотиновой зависимости методом иглотерапии.	<b>735-999, 42-00-30</b> <small>Лин. 6501000008 от 15.03.08 вых. деп. здравоохран. Сак. обл.</small>
<b>Неврологи, мануальные терапевты, остеопаты, массажисты</b>	Лечение различных болей в позвоночнике, мышцах и суставах, в том числе при грыжах и протрузиях дисков, головных болей, головокружений, невритов и др.	<b>735-999, 42-00-30</b> <small>Лин. 6501000008 от 15.03.08 вых. деп. здравоохран. Сак. обл.</small>
<b>Врач-онколог высшей категории</b>	Удаление образований кожи (папиллом, бородавок, сосудистых звездочек) новейшими лазерными технологиями.	<b>735-999, 42-00-30</b> <small>Лин. 6501000008 от 15.03.08 вых. деп. здравоохран. Сак. обл.</small>

Клиника мануальной медицины, остеопатии и рефлексотерапии «Целитель»

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, О КОТОРЫХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ**

анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00

**ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич**

Т.: 41-86-86, 8-984-184-45-25

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

**ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ**

**ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ**

Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.

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

**ТАТУАЖ**

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

**НИЗКИЕ ЦЕНЫ**

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

ОБЯЗАТЕЛЬНА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

На базе областного медицинского учреждения выполняются следующие виды услуг:

**ИССЛЕДОВАНИЯ ЖЕЛУДКА И КИШЕЧНИКА**

Удаление папиллом, кондилом, родинок

**Тел. 48-03-77**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

[ СТРОЙКА ]

**ПИЛОМАТЕРИАЛ ТЫМОВСКИЙ ЛЕС**

2, 3, 4 СОРТА по СНИЖЕННЫМ ЦЕНАМ ОПТОМ и в РОЗНИЦУ

www.pilomat.tonsakh.ru **267-789**

**СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ СТРОИТЕЛЬСТВО**

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

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

**СКИДКИ**

индивидуальный подход

Пр. Мира, 57, оф. 213. Тел.: 444-777

**Услуги ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА**

Большой опыт работы

8-900-428-17-88

**СРОЧНО ТРЕБУЮТСЯ СТОРОЖА НА АВТОСТОЯНКУ И АВТОМОЙЩИКИ В Г. ЮЖНО-САХАЛИНСКЕ.**

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

# У «Орланов» появится новая станция

Валерий Лимаренко в ходе рабочей поездки в Дальнее, входящее в состав Южно-Сахалинска, ознакомился с проектом по созданию нового транспортно-пересадочного узла. Он будет организован на пересечении переулка Алых роз и улицы Ударной. Планируется увеличить частоту рейсов рельсовых автобусов в четыре раза – с двух до восьми в день на первом этапе. В результате пассажиропоток вырастет в 10 раз – с 30 тысяч до 300 тысяч человек в год.



- Мы провели опрос среди жителей и выяснили, что наиболее сдерживающими факторами при выборе способа передвижения в пользу рельсобуса являются неудобное расписание и удаленность станции, - рассказал руководитель проекта Василий Вишневецкий. - Поэтому первоочередные мероприятия – перенести станцию и увеличить частоту рейсов.

Концепция транспортно-пересадочного узла включает также перехватывающую парковку для личного транспорта жителей Дальнего, теплый павильон для пассажиров, станцию для хранения велосипедов и самокатов.

- Проект предполагает, что жителей Дальнего, у которых нет личного автомобиля, до транспортного узла будут довозить шаттлами, - прокомментировал мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин. - Это будут небольшие автобусы, курсирующие по

всему селу. Этот транспортный узел будет своего рода пилотным проектом, который в дальнейшем можно будет распространить на другие узловые точки пригородного сообщения.

- Предложение очень интересное, - отметил Валерий Лимаренко. - Учитывая, что село динамично развивается. Уже сейчас здесь проживает 20 тысяч человек, в ближайшие годы запланировано строительство новых домов и комплексное развитие территории. А современные рельсобусы очень удобный способ добраться до центра города. Планируем поставку ещё одного рельсобуса на остров в этом году и четырёх в 2023-м.

Авторы проекта отмечают, что добраться из Дальнего в центр города в часы пик на рельсобусе можно за 8-10 минут. На машине, учитывая пробки, путь занимает до 50 минут.

Напомним, подвижной состав на всем пригородном направлении на Сахалине обновили в 2019-2020 годах по инициативе Валерия Лимаренко. По острову курсируют шесть «Орланов» новейшей для страны модификации. Каждый вагон оборудован кондиционерами, биотуалетами, системами обеззараживания воздуха, фильтрации воды, пожарной сигнализацией и системой пожаротушения.

## Водородный кластер приобрел очертания

Завершено технико-экономическое обоснование проекта строительства завода по производству водорода на Сахалине. Это позволит уже в ближайшее время перейти к следующим этапам проектирования и изыскательским работам.

Строительство водородно-производственного комплекса станет неотъемлемой частью масштабного проекта создания и развития водородного кластера в Сахалинской области и заложит основы для организации на острове эффективной цепочки поставок водорода на внешние рынки и локальным потребителям в секторе энергетики, транспорта и промышленности.

Работы по проекту ведутся в рамках меморандума о взаимопонимании, подписанного АО «Русатом Оверсиз», Air Liquide и правительством Сахалинской области в апреле 2021 года. Благодаря

развитию новой водородной энергетики в регионе будут созданы высокооплачиваемые рабочие места, улучшится экология, бюджет области получит дополнительные налоговые поступления.

- Проект производства низкоуглеродного водорода на Сахалине методом паровой конверсии метана с применением экологичных технологий улавливания выбросов CO2 успешно развивается, - отметил губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко. - Вместе с нашими партнерами мы завершили первый основополагающий этап будущего комплекса. Это очень важный проект для нашего региона, и мы рассчитываем на его успешную реализацию.

- Мы видим, что многие компании из стран Азиатско-Тихоокеанского региона уделяют большое внимание развитию водородной экономики и заинтересованы в импорте низкоуглеродного водорода из

России, - сообщил президент АО «Русатом Оверсиз» Евгений Пакерманов. - Мы уже ведем переговоры с потенциальными партнерами в Японии и Республике Корея о запуске международной цепочки поставок низкоуглеродного водорода с 2025 года.

Реализация таких высокотехнологичных проектов должна поддерживаться развитием научной и образовательной базы, опережающей подготовкой квалифицированных кадров. На базе Сахалинского государственного университета формируется центр компетенций по перспективным энергетическим системам.

Подписано соглашение с ГАЗПРОМ ВНИИГАЗ, университетом нефти и газа имени Губкина об организации совместных образовательных и исследовательских программ в области водородной энергетики. Подготовка студентов в сахалинском университете по этому направлению стартовала в прошлом году.

## Поделись идеей о развитии туризма!

Жителям Сахалинской области предлагают поделиться идеей о развитии туризма в регионе. Сделать это можно на портале мойдальний-восток.рф. Предложения принимаются до 31 марта.

Идеи могут оставить все заинтересованные стороны: жители, местные сообщества, локальный бизнес, эксперты. Важно и участие тех, кто планирует путешествовать по рассматриваемой территории. Все идеи и предложения позволят сделать место привлекательным для туристов и одновременно комфортным для жителей.

Предложения будут использованы для развития туризма на территории субъектов Дальнего Востока, в частности для определения количества и видов предоставляемых туристических услуг и формирования маршрутов для путешественников.



Работа по формированию федеральной туристической межрегиональной схемы территориально-пространственного планирования макрорегиона «Дальний Восток»

идет в рамках национального проекта «Туризм и индустрия гостеприимства», государственной программы Российской Федерации «Развитие туризма».

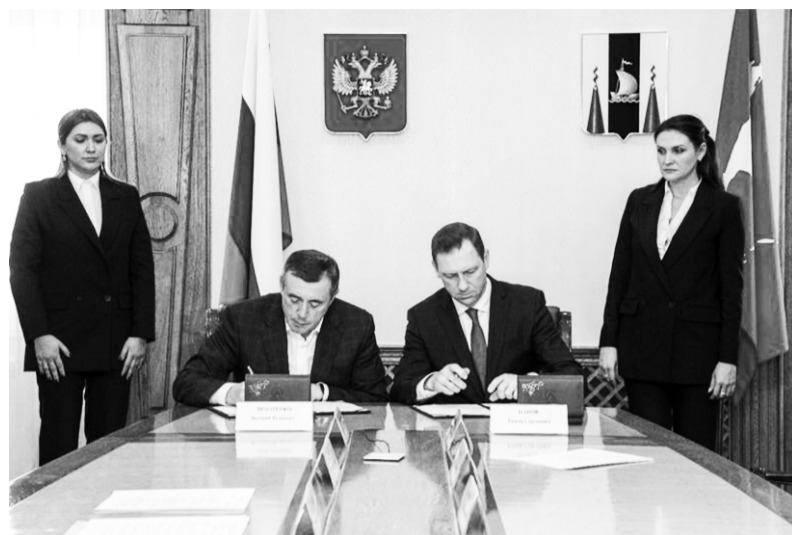
**ТМ Отдел рекламы**

**49-16-31**



# На Сахалине построят современный хирургический комплекс

Объект здравоохранения будет возведен силами правительства Сахалинской области и Газпромбанка. Стороны договорились о сотрудничестве на основе государственно-частного партнерства. Соответствующие документы подписали губернатор Валерий Лимаренко, глава регионального агентства по государственно-частному партнерству Евгений Ломакин, первый вице-президент Газпромбанка Роман Панов и первый вице-президент – начальник департамента инфраструктурных проектов и государственно-частного партнерства Газпромбанка Павел Брюссер.



Реализация проекта повысит доступность и качество медицинских услуг в регионе, создаст дополнительные рабочие места и условия для устойчивого экономического развития Сахалинской области.

Подписанное сегодня соглашение подразумевает создание и техническое обслуживание хирургического корпуса Сахалинской

областной клинической больницы, - отметил Валерий Лимаренко. - Для нас это первый крупный проект государственно-частного партнерства в социальной сфере, и я признателен Газпромбанку за поддержку. Реализация соглашения даст толчок для развития высокотехнологичного лечения на островах. А значит, у сахалинцев и курильчан будет больше возможностей получить ка-

чественную медицинскую помощь, не выезжая за пределы региона.

В состав нового корпуса войдут 18 отделений, оснащенные современным оборудованием. Ежегодно там планируется проводить около 30 тысяч операций различного профиля. Количество коек – 344. Площадь объекта – 36 тысяч квадратных метров. Планируемый объем инвестиций – 8,8 миллиарда рублей.

- Сахалин является для Газпромбанка одним из приоритетных регионов деятельности, и мы уже ведем активную работу над проектами этого субъекта в самых разных отраслях, - отметил Роман Панов. - Уверен, что успешная реализация проекта создания хирургического корпуса Сахалинской областной клинической больницы станет началом нашего длительного и взаимовыгодного сотрудничества в области комплексной модернизации медицинских учреждений на территории Сахалинской области и вывода их на лидирующие позиции не только в Дальневосточном регионе Российской Федерации, но и в масштабах всей страны.

Газпромбанк, реализующий стратегию #МЕГАИГРОКА на рынке инфраструктуры, один из лидеров на отечественном рынке финансирования проектов по созданию инфраструктуры по механизмам ГЧП и концессий, уже несколько лет успешно участвует в медицинских проектах в рамках ГЧП в регионах России, - прокомментировал Павел Брюссер. - Мы

рады финансировать строительство важного социального медицинского инфраструктурного объекта, который позволит существенно повысить доступность медпомощи населению и придаст «тонус» экономике региона.

Кроме того, в ходе встречи стороны договорились о совместном строительстве поликлиник. Два новых объекта здравоохранения появятся в Южно-Сахалинске, еще по одному учреждению – в Холмске и Углегорске. На их возведение направят 8 миллиардов рублей. Соответствующее соглашение планируется подписать в этом году.

Также в планах – совместная работа по строительству общеобразовательной школы и кампуса в Южно-Сахалинске.

Напомним, ранее Газпромбанк стал одним из спонсоров профессионального спортивного клуба «Сахалин». В прошлом году было выделено 25 миллионов рублей. В этом – еще 50 миллионов. В рамках партнерства между банком и спортивным клубом важную роль играет поддержка детских спортивных школ.

## В Углезаводске отметили новоселье



Ключи от квартир в современном трехэтажном доме, расположенном в селе Долинского района, получили переселенцы из ветхого и аварийного жилья. Активная работа по переселению ведется по поручению губернатора Валерия Лимаренко в рамках национального проекта.

К строительству дома по переулку Горному застройщик приступил в январе 2020 года. В новом доме общей площадью более 1300 квадратных метров расположились одно-, двух- и трехкомнатные квартиры. Ранее жители проживали в домах по улицам Новой и Ленина.

- От лица главы региона и министерства строительства поздравляю жителей с заселением в новые, уютные квартиры, - обратился к новоселам заместитель министра строительства Сахалинской области Николай Давыдов. - Хочу отметить, что Сахалинская область в лидерах по переселению из аварийного жилого фонда. На этот год на всей территории области планируется расселить 128 тысяч квадратных метров аварийного жилья, это более пяти тысяч человек. В этом году на эти цели удалось привлечь федеральные деньги.

Квартиры сданы под ключ: в помещениях выполнен косметический ремонт, установлены

сантехника и электроприборы. На всех нагревательных приборах установлены регулирующие клапаны, позволяющие автоматически поддерживать заданную температуру воздуха в помещении. Также для пожаротушения в каждой квартире предусмотрен отдельный кран. Новоселам остается лишь перевезти мебель.

- Я очень рада новой квартире, - поделилась жительница Углезаводска Светлана Кезикова. - Здесь тепло, сухо, я так долго ждала этого. В старом доме жила с 2003 года, там все сыпалось, обои отклеивались из-за влажности. В новой квартире будем жить с сыном. Планируем обустроиться в течение нескольких недель.

Отметим, по поручению губернатора Валерия Лимаренко активное расселение жителей из аварийных домов идет на территории всего региона. Сахалинская область досрочно выполнила программу по переселению граждан из аварийного жилищного фонда, признанного таковым до 1 января 2017 года и первой в России приступила к переселению из домов, признанных аварийными после 2017 года. В 2021 году в новое жилье были переселены 4 тысячи человек. Благодаря тому, что регион участвует в новой программе, в ближайшую пятилетку новоселье отметят почти 30 тысяч сахалинцев и курильчан.



## Губернатор поздравил фельдшеров с профессиональным праздником

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко посетил станцию скорой помощи Южно-Сахалинска. Почти половина сотрудников учреждения - фельдшеры. Глава области поздравил специалистов и совместно с волонтерами преподнес подарки.

- Сегодня Международный день фельдшера, - обратился к медикам Валерий Лимаренко. - Поздравляю вас с этим замечательным праздником. Прежде всего, желаю здоровья и выражаю вам огромную благодарность. Уже два года мы живем в условиях пандемии. Несмотря на то что на вас сейчас большая нагрузка, всё работает как часы. Мы гордимся нашей медициной.

Передав виновникам торжества пироги и кофейные наборы, глава региона поинтересовался, как фельдшеры обустроились в новом здании, и спросил о пожеланиях. Работники рассказали, что в помещениях всё отлично, не хватает лишь кофемашины в комнате отдыха. Валерий Лимаренко поручил минздраву решить этот вопрос.

Напомним, новое здание станции Скорой помощи в Южно-Сахалинске было открыто в прошлом году на улице Бумажной. Общая площадь строения – 13 тысяч квадратных метров. В распорядке медицинских работников – комнаты отдыха, душевые, столовая и даже спортивный зал. В свободное время можно играть в настольный теннис, баскетбол, волейбол, мини-футбол, заниматься на беговых дорожках и велотренажерах.

С вводом нового корпуса появилась возможность запустить единую диспетчерскую. Уже сейчас операторы могут принимать и перераспределять вызовы со всего юга острова. От этого звена во многом зависит оперативность выездов бригад. Диспетчер видит всю картину передвижения машин и может скоординировать маршрут любой кареты скорой помощи, даже если вызов поступил из соседнего района.

В оперативном отделе специалисты в интерактивном режиме отслеживают, сколько машин находится на выезде и в ожидании, сколько времени затрачивается на путь и оказание помощи. Решение, кого назначить на вызов, принимается за секунды.

Работу медицинских работников облегчают планшеты. Фельдшер получает вызов со всей необходимой информацией о пациенте. По приезде специалист добавляет диагноз, сведения о препаратах и медицинских манипуляциях, которые были применены.

Всего в Сахалинской области фельдшерами трудятся 753 человека. Из них большая часть – 405 человек – в службе скорой помощи. 90 фельдшеров заняты в ФАПх и амбулаториях. Еще более 250 человек трудоустроены в поликлиниках, лабораториях и различных медицинских подразделениях. Профессиональная подготовка многих из них прошла в сахалинском базовом медицинском колледже. Учебное заведение ежегодно выпускает нужных для отрасли специалистов.



# Губернатор встретился с жителями Дальнего

На встрече губернатора Валерия Лимаренко с жителями Дальнего большинство вопросов затронуло сферу здравоохранения. Люди пожаловались, что на прием к кардиологу приходится записываться за месяц. Глава региона поручил до конца марта наладить систему записи к докторам узких специальностей.

Сейчас пациенту сначала необходимо попасть к терапевту, а тот, в свою очередь, дает талон на плановый прием к узкому специалисту. На ожидание иногда уходит несколько недель. С 18 февраля расширяются возможности услуги «видеоврач». Позвонив на 1-300, пациент может получить консультацию терапевта по видеосвязи или по телефону. Врач запишет человека на личный прием к узкому специалисту на ближайшее время.

- Консультации глаза в глаза это не заменит, - сказал Валерий Лимаренко. - Но мы хотим облегчить жизнь пациентов и избавить их от лишних визитов в поликлинику, особенно в условиях пандемии. В единой информационной системе БАРС «видеоврач» видит всю историю болезни, результаты обследований. Этого достаточно, чтобы дать направление к узкому специалисту. На следующий прием доктор сам запишет пациента. За несколько дней нужно будет позвонить человеку и уточнить, не изменились ли у него планы. Если



пациент не сможет прийти на прием, нужно отдать талон другому нуждающемуся. Ячейки по всем врачам должны быть расписаны. У нас раньше не было такого, чтобы сейчас время каждого специалиста находилось на контроле.

До конца недели на 1-300 проведут технические работы, чтобы медицинский сервис справлялся с огромным количеством обращений в пиковые периоды и не испытывал перегрузок. Для удобства пациентов отменили добавочные кнопки – теперь звонящий на горячую линию может обратиться по всем вопросам здравоохранения к одному из 80 операторов.

На встрече с главой региона жительница Дальнего Галина Эскина пожаловалась, что в городской поликлинике

№ 2 не смогла попасть на прием к кардиологу даже с талоном.

- Походила возле закрытой двери и уехала домой. Оказалось, кардиолог работает в ковидной бригаде, - рассказала пенсионерка.

С подобной проблемой столкнулись и другие жители Дальнего. Губернатор дал поручение – на этой неделе принять всех пациентов, которые были записаны на прием, и отправить менее востребованного специалиста в ковидную бригаду. Также Валерий Лимаренко напомнил пенсионерам о возможности бесплатно пройти высокотехнологичную диагностику. Жители Дальнего обследуются в консультативно-диагностическом центре, поликлинике № 2 и областной больнице. В этом году углубленное обследование охватит 90

тысяч сахалинцев и курильчан.

Еще одной злободневной темой на встрече стало расселение аварийного фонда.

- У нас двухэтажные дома, канализации нет, печное отопление. Каждый год случаются пожары. Когда нас переселят? – поинтересовались жильцы домов на улице Гвардейской.

Долгое время эти дома находились в ведении Минобороны, их признали аварийными только в 2020 году. Мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин рассказал, что жителей планируется расселить до конца 2023 года. А в ближайшее время специалисты обследуют жилфонд, с точки зрения пожарной безопасности. Губернатор поручил в марте заключить с жителями соглашения, когда и по какому адресу они переддут.

Часть вопросов коснулась развития инфраструктуры на участках для многодетных семей. Там уже проложили 5 километров дорог, за три года будет обустроено еще около шести. В конце этого года по центральному магистральям уже пустят воду. Жители, которые построили дома, могут получать технические условия на присоединение. В 2023 году подведут воду ко всем улицам. Готовится проект по водоотведению и очистным сооружениям. В 2024 году планируется проложить сети газоснабжения и догазифицировать дома.

За два часа общения с жителями Дальнего Валерий Лимаренко ответил более чем на два десятка вопросов. По ним были даны соответствующие поручения и установлены конкретные сроки исполнения.

## Инспекция на очистных



Валерий Лимаренко проконтролировал соблюдение графика реконструкции очистных сооружений в Южно-Сахалинске. Работы должны завершиться 1 ноября этого года. Ранее именно такой срок обозначил перед подрядчиком глава региона, и этот график удастся выдерживать. С запуском очистных сооружений пропускная способность канализационных стоков вырастет более чем в два раза. Это позволит сохранить чистым залив Анива.

- Старые очистные сооружения физически и морально устарели, - отметил Валерий Лимаренко. - Сейчас нет возможности принимать все стоки с города. Реконструкция сооружений – первый шаг к тому, чтобы очистить море. Мы должны сохранить прекрасную островную природу. Загрязнение моря канализационными стоками – многолетняя проблема, и ее необходимо решать незамедлительно.

Сахалинские общественники, которые создали движение защитников залива Анива, поблагодарили губернатора за внимание к насущному экологическому вопросу.

Действующие очистные сооружения способны принимать 30 тысяч кубометров канализационных стоков в сутки. В то время как из города поступает 46 тысяч кубометров. После реконструкции производительность вырастет до 72 тысяч кубометров в сутки.

- Город активно растет и развивается, новые

мощности учитывают и перспективную жилую застройку. Подрядчик сегодня идет в графике, ряд работ выполняется даже с опережением, - отметил мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин.

Сейчас на объекте идет реконструкция четырех секций второй линии технологической очистки. Летом планируется провести монтаж технологического оборудования, а осенью – пусконаладочные работы. С запуском очистных сооружений будет выведен из строя ряд старых изношенных объектов в разных частях города.

На следующем этапе – до конца 2023 года – планируется увеличить производительность очистных сооружений до 90 тысяч кубометров в сутки. На строительство второй очереди очистных сооружений привлекается 300 млн рублей из средств государственной корпорации – Фонда содействия реформированию ЖКХ. Договор на оказание финансовой поддержки за счет средств госкорпорации подписан в 2021 году.

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



## Новый детский сад откроется в апреле

В ходе поездки в Дальнее глава региона совместно с мэром города проинспектировал, как проходит подготовка к сдаче в эксплуатацию современного дошкольного учреждения на улице Большая Полянка. Объект возведен в рамках нацпроекта «Демография».

- Детский сад примет 330 малышей, - отметил Валерий Лимаренко. - Это очень долгожданный объект. Жители Дальнего обращались ко мне с просьбой о новом дошкольном учреждении. На его строительство были направлены областные средства. Также удалось привлечь федеральную помощь. Раньше некоторым семьям приходилось возить малышей в город. Теперь маленькие сахалинцы смогут получать дошкольное образование рядом с домом. Всего за прошлый год в Сахалинской области мы создали более тысячи мест для дошкольников.

Строительство детского сада на 330 мест завершилось в конце декабря 2021 года. Работы проводил тот же подрядчик, который возводил новую школу в Дальнем.

В дошкольном учреждении разместятся 14 групп детей. В двухэтажном здании предусмотрены музыкальный и спортивный залы, бассейн с чашей 3x7 метров, кабинеты для занятий художественным творчеством. Для ребят из групп

комбинированного вида оборудовали кабинеты для логопедов и психолога. На территории детского сада появились прогулочные площадки, спортивная зона для игры в мини-футбол, беговая дорожка и садовая зона с двумя теплицами.

Сегодня в Дальнем работают два детских сада, но этого недостаточно для быстрорастущего села. С открытием нового дошкольного учреждения в населенном пункте будет полностью решена проблема очередности детей в возрасте от двух лет.

- Строительство нового дошкольного учреждения – значимое событие для Дальнего, население которого уже сегодня сравнимо с численностью среднестатистического сахалинского города, - подчеркнул мэр областного центра Сергей Надсадин. - Хотелось бы поблагодарить областные власти за помощь в создании социальной инфраструктуры в Дальнем. И откровенно, что многие наши планы по дальнейшему развитию этого района поддержаны губернатором Валерием Лимаренко.

Отметим, в прошлом году детский сад на 240 мест ввели в селе Новотроицком Анивского района. В планах на этот год – открыть дошкольное учреждение на 40 мест в селе Новом Макаровского района и школу-детский сад на 60 мест в селе Кировском Тымовского района.



Обязательным условием нормальной жизни в обществе является поддержание оптимальных отношений между его членами и стремление избежать конфликтов. Это становится возможным, только признавая право каждого человека на внимание и уважение путём соблюдения правил вежливости. К сожалению, в обществе нередко проявление резкости, грубости, неуважения к другим людям. Нормы приличного поведения часто пренебрегают, хотя установить взаимовыгодные и гармоничные отношения в социуме без вежливости установить чрезвычайно трудно.

### Что такое вежливость и её значение?

Вежливостью называют черту характера, относящуюся к категориям «нравственности» и «поведения».

Человеку, наделённому этим качеством, свойственно:

- умение тактично и уважительно контактировать с людьми;
- способность находить компромиссные решения в конфликтных ситуациях;
- искусство слушать противоположную точку зрения.

Понятие «вежливость» в разных культурах имеет разное содержание. То, что в одних странах считается странным или грубым, в других считают проявлением вежливости. Это своеобразный инструмент, с помощью которого люди чувствуют себя комфортно, находясь в обществе и контактируя друг с другом.

Чтобы это произошло, подрастающему поколению необходимо объяснять, что такое хороший тон, что такое этикет. С помощью специальных упражнений необходимо сделать так, чтобы вежливость для детей была естественной.

Она хорошо дополняется деликатностью, являющейся врождённым качеством, которому, к сожалению, научиться нельзя, но приблизиться, изучив правила вежливости детей, можно. Кроме родителей и педагогов, этому с успехом способствуют собственные старания обучающегося и вдохновляющие примеры.

Критерий, по которому можно определить, насколько вежлив человек, можно по умению не ставить людей в неловкое положение. Находясь в обществе, каждый поступок и желание неизбежно, прямо или косвенно, отражается на других.

Поэтому всегда между желаниями и возможностями должна быть установлена граница. Для её укрепления существует самооценка и собственная установка не причинять зла и неудобств другим.

### С чего начинать?

Первое, чему должен научиться ребёнок, это слова «спасибо», «пожалуйста» и «простите» («извините»), и ситуации, когда их применение уместно. К примеру, словом «спасибо» принято благодарить, и означает это слово то, которым мы говорим человеку «спаси Бог» за то, что он совсем не обязан был сделать. «Пожалуйста» означает «подарить, потому что любишь» (от др.-рус. «жаловати»), произнося это слово, мы признаём свободную волю другого. Словом «простите» или «извините» мы просим прощения.

Эти слова должны употребляться свободно, автоматически, естественно, в противном случае они звучат невежливо, с нотками хамства, неуважения и вражды.

В обучении вежливости детей нет мелочей, всё, что касается взаимоотношений, требует внимания. Прави-



# Как научить ребенка вежливости



ла вежливости для детей включают приёмы обращения, знакомства, приветствия, знакомства.

В общении необходимо помнить о «неравенстве» между взрослыми и детьми, присутствующими и входящими в помещение, девочками и мальчиками, ожидающими и опаздывающими.

Ребёнок должен понимать, что физические недостатки людей - не повод для насмешек; обращаться к сверстникам и младшим нужно по имени, к взрослым - по имени и отчеству. Нужно обращать его внимание на то, что высказывать открыто и бурно свои негативные эмоции почти всегда неуместно. И что высший показатель проявления вежливости к окружающим - сдержанность.

### Практическое обучение детей

Практические занятия вежливости для детей начинаются в семье. Лучшие образцы для подражания - домашние, и в первую очередь - родители. То, что прививается примерным поведением (заслуживающим подражания), не привить насильственно.

Наблюдая за поведением малыша, нужно отмечать его ошибки во взаи-

моотношениях, а позже в спокойной обстановке обсудить ситуацию и объяснить, почему он неправ. Желательно привести пример того, как это нужно было сделать.

В бытовых ситуациях ребёнку нужны слова «спасибо» - «пожалуйста», «доброе утро» - «спокойной ночи» и т. п., и следить, чтобы он отвечал и подражал вам.

### Воспитание с помощью игр

Игра - это самое доступное для понимания ребёнка средство постижения устройства мира, это самая благоприятная обстановка для обучения его необходимым навыкам.

Незаметно и ненавязчиво созданная в игре ситуация научит ребёнка лучше, чем тысяча слов. Например, взяв плюшевую игрушку в руки, поздоровайтесь с ребёнком. Так вы научите его приветствию. Попросите его о чём-то с применением слова «пожалуйста» и т. д.

### Поощрения и замечания

Очень важно поощрять ребёнка похвалой, особенно тогда, когда он только начинает постигать азы вежливости. Отмечайте, когда он сделал

всё правильно, так он будет более ориентированным, то есть хорошо усвоит, какое поведение является правильным.

Прежде чем сделать замечание, выясните, по какой причине он поступил невежливо. Возможно, этому есть объяснение. В разговоре может выясниться, что ребёнок стеснялся или был расстроен. Важно найти общий язык со своим ребёнком, чтобы навести к нему мосты доверия.

Хорошее средство обучения вежливости - совместный просмотр мультфильмов и художественных фильмов, обращая внимание на промахи героев или их проявления благопристойного поведения. Выскажите своё мнение и послушайте оценку персонажа со стороны своего ребёнка. Обсудите с ним «острые» моменты сюжета.

### Недостаток внимания

Случается, что ребёнок выходит из-под контроля: оговаривается, отмалчивается, не реагирует на замечания, не стесняется употреблять ненормативную лексику. Он никого не слушает и меняет обычную манеру поведения в семье.

Такое поведение характерно для детей подросткового возраста. Своими поступками он сознательно или бессознательно стремится доказать окружающим, что уже не ребёнок. При этом требует к себе уважительного отношения и неприкосновенности своего личного пространства. Любое вторжение он расценивает как крайнее неуважение.

Опытные педагоги считают, что такое поведение - результат недостатка внимания и равнодушия со стороны авторитетных для него людей. Отсюда грубость, в ответ - конфликт, словесная перепалка. У подростка возникает повод проявить самостоятельность, и он хлопает дверью. Вот знакомая для многих ситуация.

Единственный выход из создавшегося положения - проявить уважение

к ребёнку и признать его «взрослым». В результате выяснения отношений он должен понять, что быть взрослым - это ответственность. Например, скажите ему: «я не буду трогать твою одежду, но ты должен следить за тем, чтобы она была в порядке»; «я не буду заходить в твою комнату, но ты теперь должен сам мыть пол и вытирать пыль».

Осторожно апеллируйте к кумирам ребёнка, не спекулируйте на его чувствах к той или иной знаменитости.

Приемлемо только ненавязчивое упоминание о лучших качествах его героя. Поинтересуйтесь его биографией. Негативные моменты жизни звезды хорошо бы разобрать по косточкам и обсудить с ребёнком, в чём была ошибка, которая привела к негативным последствиям, и что он при этом потерял.

Бывают ситуации, когда оценку поведения вашего ребёнка даёт посторонний человек. В этом случае оптимальным вариантом будет придерживаться двух принципов:

- родители всегда находятся на стороне своего ребёнка;

- сдержанность, что означает не ввязываться в конфликт и не обострять отношения с третьим лицом.

Только наедине с ребёнком вы можете отчитать его за недостойное поведение и сделать «работу над ошибками», то есть тщательно разобраться в том, что произошло, и определить возможные варианты правильного поведения.

### Что делать с детской непосредственностью?

Необходимо знать, что она происходит от недостатка самосознания. После любого проявления, таких как показ на кого-то пальцем и громкое обсуждение внешнего вида постороннего человека, рассказ о домашних делах в гостях, нужно поговорить с ребёнком и обсудить ситуацию.

Попросите его представить, что он тоже может оказаться в неудобной ситуации.

Например, мама с такой же непосредственностью расскажет о его секретах или он в среде авторитетных людей будет осмеян без причин. Спросите, как бы он чувствовал себя в подобной ситуации.



# 140 лет в объятиях Сусуная

В нашей газете был опубликован материал об акции, посвященной празднованию 140-й годовщины Южно-Сахалинска в 2022 году. В ходе этого мероприятия каждый желающий может совершить восхождение на десять вершин Сусунайского хребта и, в случае успешного восхождения хотя бы на восемь из них, получить памятный знак, вручение которого культурно-туристский центр города планирует проводить к празднованию юбилея столицы области. И рассказ об этих вершинах продолжается.

[ КОНСТАНТИН ЧЕПУРНЫЙ ]

## Майорский массив

Всем, кто вылетал на самолете из аэропорта Хомутово в южном направлении или заходил оттуда на посадку, бросался в глаза этот примечательный коренастый, разлапистый, припудренный снегом поздней осенью и зимой горный массив. Являясь южной оконечностью Сусунайского хребта, от остальной части он отделен седловиной между верховьями притока Сусуи реки Хомутовки и правого притока Песковки. Эта седловина между вершинами Стланик и Стахановской называется Марковский перевал, его высота — 345 метров. Лесная дорога через него сходится с дорогой, ведущей от городского парка через Чеховский перевал к селу Лесному, примыкая к ней в районе заброшенного пионерлагеря «Зарница». В километре западнее перевала в течении реки Марковки, в сотне метров севернее дороги, находится четырехметровый Марковский водопад: течение ручья обрывается в находящуюся ниже круглую чашу. Со склонов массива берут начало истоки реки Комиссаровки, текущей мимо останца Лягушка. Здесь, в ее верховьях, находится восьмиметровый водопад Айхор. В верховьях безымянного правого притока реки Песковки, стекающего со склонов горы Стахановской, находится Стахановский каскад водопадов. А в семи километрах от остановки Хомутово находится одно из мест занятий скалолазанием вблизи города — Хомутовские скалы.

В Майорском горном массиве расположены два из пяти тысячников Сусунайского хребта, на склонах разрабатываются два карьера — Лиственничный и Известковый, а у подножия находится село Восточка и несколько садовых товариществ. Вдоль его южной оконечности проходит автомобильная дорога в село Охотское.

## Поход на вершины

Продолжая покорять вершины Сусунайского хребта, в этот раз несколько групп решили пройти три вершины из объявленных десяти, расположенных в Майорском массиве. Чтобы не терять силы на прокладывание тропы, свои выходы группы спланировали от карьера Лиственничный, по следам предыдущих. Группа, вышедшая первой, проходила три основные вершины Майорского массива — Острую, Высокую и Майорскую, а шедшая по их следам вторая группа, кроме этих трех вершин по пути поднималась еще на две — Медика и Стахановскую, лежащие чуть в стороне от основного хребта.

Подъем со стороны карьера Лиственничный проще, чем от карьера Известковый, в связи с тем, что от карьера серпантин идет дорога,



подъем по которой более пологий, чем на склонах горы Майорской. Склоны здесь открыты ветрам и снег твердый и спрессованный в отличие от рыхлого «пухляка», укрытого от ветра кронами пихт и елей по пути от Известкового.

Через километр, после четырех петель серпантина карьерной дороги, тропа вывела на седловину. В километре позади слева осталась гора Медика высотой 785 метра. В трех километрах на запад от нее, уже на другом берегу Хомутовки, находится гора Пирогова высотой 373 метра. Во время японской оккупации юга острова она носила название Мару-Яма — «круглая гора». Русские названия двух этих вершин связаны с основателем военно-полевой хирургии, участником Крымской и Русско-турецкой войны 1877-78 гг. русским хирургом Николаем Ивановичем Пироговым (1810-1881).

Ну а путь поднимающихся групп лежал дальше и выше.

Хребет был покрыт настом, снеготупы держали хорошо. Но на хребте участники восхождений встретил крепкий северо-восточный ветер. Севернее Майорского массива над Сусунайским хребтом завихрился снег, видимость была около десяти километров, и дальше горы Лысой хребет скрывался в серой пелене.

На картах 1960-х годов между горами Медика и Острой, отмечена еще одна вершина — гора Известный высотой 959 метров, но на более новых картах она больше не встречается. Вероятно, это связано с тем, что в составе хребта она является локальной возвышенностью и ярко не выделяется.

В двух километрах восточнее седловины находилась первая из трех вершин, на которые планировали взойти в этот день — гора Острая высотой 972 метра. Ранее вблизи нее находился гранитный знак пункта японской геодезической сети с номером 4418, в настоящее время исчезнувший. А в трехстах метрах южнее водораздела, на склоне, лежат обломки самолета.

Здесь 18 декабря 1976 года потерпел крушение самолет Ил-14РР (рыбной разведки), вылетевший из аэропорта Халактырка на полуострове Камчатка (аэропорт был закрыт в 2003 году, после катастрофы вертолета Ми-8, в которой погибли люди, включая гу-



бернатора Сахалинской области Игоря Фархутдинова). Самолет проводил ледовую разведку акватории Охотского моря, и при заходе на посадку в аэропорт Южно-Сахалинска в условиях облачности столкнулся со склоном горы. Три пассажира и пять членов экипажа погибли в момент катастрофы, второй пилот умер от ран на второй день. На третий день, в ходе поисковых работ, было обнаружено место катастрофы и два выживших служебных пассажира с тяжелыми ранениями, которых эвакуировали вертолетом Ми-8. Погибшие члены экипажа были похоронены на городском кладбище.

С каждым годом место катастрофы зарастает все больше, и если раньше хвост самолета можно было разглядеть с хребта, то теперь, не зная, где находятся обломки, можно их и не найти.

Вершина горы Острой увенчана скальным останцем. Различные причудливые скальные останцы встречаются по всему хребту, а зимой выдающиеся предметы — скалы-останцы, пирамиды пунктов геодезической сети, кусты и деревья — покрываются цветной горизонтально расположенных снежных игл, которые, намерзая, принимают различные формы.

В полутора километрах северо-восточнее Острой хребет разделяется. На северо-запад уходит короткий отрог, ведущий к Марковскому перевалу, который венчает гора Стахановская высотой 945 метров, а на юго-восток подъем идет к вершине горы Высокой

(1021 м). Японское название горы Стахановской — Комамацу-яма. Современное название — Стахановская и расположенной неподалеку горы Ударник напоминают о временах, когда труд являлся делом чести, а лучшие труженики, перевыполняющие нормы, являлись примером. Одним из символов советской эпохи являлся Алексей Григорьевич Стаханов, луганский шахтер, многократно превысивший норму добычи угля, а основанное им движение по перевыполнению плана получило название «стахановского». Понятие «ударник» так же зародилось в годы первых советских пятилеток. Так называли работников-передовиков, добивающихся высоких результатов в труде.

## Гора Высокая

Гора Высокая, находящаяся далее по хребту, — один из двух тысячников Майорского массива и четвертая по высоте вершина в составе Сусунайского хребта. Глядя с ее вершины в западном направлении, становится понятным название горы Острой: с этой стороны ее верхушка завершается небольшим острым пиком, в то время как с запада она вообще не похожа на отдельную вершину. На южных склонах горы Высокой лежат останки еще одного самолета.

В соответствии с донесением командира 105-го авиационного корпуса командующему Северо-Тихоокеанской флотилией 21 мая 1954 года в небе, предположительно, столкнулись два

самолета МиГ-17. Останки одного из самолетов были обнаружены на следующий день после крушения — 22 мая, на склонах горы Красной, а другого — 29 мая в районе горы Майорской.

Об останках истребителя на горе Красной было известно многим, но где находилось место падения второго, столкнувшегося с ним самолета, кроме информации из донесения, долгое время было неизвестно. Весной 2019 года туристы во главе с педагогом дополнительного образования Центра детско-юношеского туризма города Южно-Сахалинска В.П. Лазаренко, спускаясь по склонам горы к истокам Комиссаровской, в густых зарослях бамбука случайно наткнулись на хвостовую часть самолета МиГ-17Ф. Информацию об этом передали Сахалинскому отделению Поискового движения России, которое ведет дальнейшую работу по выяснению обстоятельств катастрофы и увековечению памяти о погибших пилотах.

## Майорская

До горы Майорской от Высокой оставалось всего полтора километра, но друг от друга они отделены глубокой седловиной. В этой седловине передовая группа остановилась на короткий обед, во время которого группу догнали и ушли подниматься на склоны Майорской несколько лыжников, вышедших на пару часов позже. Несколько глотков чая из термосов, пару конфет и продолжение маршрута по следам лыжников.

Наконец достигнута третья вершина — пятый тысячник Сусуная — гора Майорская. Высота ее 1014,5 метра.

Современное название гора носит с 1867 года по воинскому званию бывшего в то время помощником начальника острова Федора Михайловича Депперадовича. В 1867 году по пути от Кусунайского (в районе современного села Ильинского) до Муравьевского поста (в районе впадения реки Шишкевича в лагуну Буссе), пройдя около 350 верст, он проходил эту вершину. Прежнее айновское название ее — Поронупури, означающее «большая гора», вновь было присвоено ей, во время японской оккупации юга острова, трансформировавшись в название Хоронабари-яма. После освобождения вершине вернулось название Майорская.

На вершине находится покореженная пирамида геодезического пункта, а немного в стороне скала-останец. С вершины открывается панорама Муравьевской низменности, видны озера Изменчивое и Тунайча, ясно различим остров Птичий, при ясной погоде видны вершины Тонино-Анивского хребта. Тропа, ведущая вниз, промаркирована и местами оборудована веревочными перилами. У въезда на карьер Известковый, возле памятника ветерану советских строек и горных разработок — экскаватору ЭО-10011Д, ожидали машины товарищей, приехавших за покорителями вершин.

Всего же в пределах Майорского массива 11 поименованных вершин, это уже упомянутые горы Медика, Острая, Высокая, Стахановская, Майорская, а также Комиссарская, Горбунова, Буинская, Чапаевская, Бакунист и Столовая, а чуть южнее массива, отделенная от него ручьем Знаменка, отстоит гора Ударник. Каждая из этих вершин интересна по-своему и тоже заслуживают внимания туристов и любителей активного отдыха и красивых пейзажей.





| Антон Васильев

На Первом канале показали детективный сериал «Хрустальный» режиссера Душана Глигорова по сценарию Олега Маловичко. Проект рассказывает о московском следователе Сергее Смирнове, слышущем лучшим «охотником на маньяков». Для поимки очередного преступника, похитителя и убийцы детей ему приходится вернуться в родной город Хрустальный и столкнуться с травмирующими воспоминаниями детства. Главную роль сыграл актер Антон Васильев. Мы поговорили с ним о популярности детективного жанра, травмах, которые нужно обсуждать, и героях, которых не хватает современному российскому кино.

[ KINO-TEATR.RU ]

- Ваш герой – неоднозначный персонаж, следователь со своим методом работы. Легко ли вы согласились на участие в «Хрустальном» и чем вас привлек этот проект?

- Мне прислали сценарий в самом начале карантина. Я неважно себя чувствовал, к тому же тогда непонятно было, что это за вирус, настроения были тревожные, беспокойно было. И в этот момент мне приходит сценарий, где на первой странице мертвый изнасилованный ребенок... Я сценарий открыл - и сразу закрыл. Решил, что это уже перебор. Позже Душан настоял на встрече в Zoom: он был удивлен, что я не нашел этот сценарий интересным. Я ответил, что следователей уже наиграли и мне категорически не нравится такой прямой ход – мертвые дети. Почему в этом сценарии убивают детей, а не женщин или стариков? Что изменится, если поменять жертв? На что Душан ответил: «Все изменится кардинально - ты почти целиком и поговорим». Я благодарен ему за то, что он настоял и не дал мне совершить огромную ошибку. Истории такого уровня – несчастные гости моей электронной почты. Прочитав сценарий, я увидел, что это повод для серьезного высказывания, приглашение к глубокому диалогу. И тут же поехал на пробы. Для меня это стопроцентная драма, а расследование, поиски маньяка - это лишь предлагаемые обстоятельства. Внутри этих ужасающих обстоятельств происходит разговор о человеке, душевных травмах, наших потаенных страхах и желаниях.

- Такие психологические детективные драмы, на мой взгляд, делятся на два типа: когда создатели рассказывают про маньяка, как он им стал, и когда речь идет о жертвах, на фоне чего происходили эти преступления. Как вам кажется, «Хрустальный» к какому типу принадлежит? Сейчас стала популярной дискуссия, о ком же нужно говорить: про маньяка или все-таки о его жертвах.

- Главное – нужно говорить, не молчать. Именно при общем «молчании» происходят самые страшные вещи. Я, работая над этим сериалом, пытался ответить для себя на много вопросов. Есть ли поступки, после которых можно «отмотать» назад? Есть ли вещи, которые можно забыть и жить дальше, сохранив себя таким же? Что делать, чтобы с твоим ребенком не случилось страшного? Как бороться с тьмой, которая сжирает изнутри?

- Я на вас, честно говоря, обратила внимание после «Звоните ДиКаприо!». Вы везде разный, с одной стороны, но с другой – даже если ваш герой такой коммуникабельный профессионал-балагур, в нем есть некий надлом, может быть, не сразу заметный обществу или даже близким людям. Получается, что вам интереснее играть таких персонажей



| Кадр из сериала «Хрустальный»

## Антон Васильев: «Сейчас есть мода на «шепталый реализм»

- или вам стали больше такого предлагать?

- Это прозвучит несколько самонадеянно, но это я делаю персонажей такими. Не все роли, которые мы с вами имеем в виду, были прописаны с каким-то надломом или со сложной душевной конструкцией. Иногда это прямые, кондовые, плоские персонажи, которых в нашем кинопроизводстве очень много. И, к сожалению, я не в том статусе и не с таким художественным предложением, чтобы выбирать только интересующих меня персонажей. Я научен так: режиссер и актер должны работать в сотворчестве. В этом смысле для некоторых режиссеров я «неудобный» артист, потому что задаю вопросы, предлагаю варианты. В общем, нахожусь в диалоге и поиске, а иногда им нужно, чтобы я просто сказал текст. Сейчас есть мода на «шепталый реализм», когда актеры просто «сливают текст», а художественное произведение складывается за счет режиссуры, монтажа, музыки, сценарных решений. У меня возникает вопрос: «Зачем тогда я?» Актерская профессия и так не совсем «мужская» - и у меня много вопросов к себе, что я в ней делаю, а тут еще требуется просто бормотать текст... Так что я все-таки предпочитаю разрабатывать, придумывать персонаж как можно подробнее и разноплановее, и мне предельно важно, что и как он говорит. Тем более роль в сериале «Хрустальный» требовала совершенно другого уровня подключения и эмоциональных затрат: я увидел возможность вложить в моего героя максимальное количество личного опыта, наблюдений, страхов, откровений.

- Вы как актер стали ощущать больше предложений в связи с развитием сериальной индустрии?

- Я вижу, что появляется много качественных работ, но, к сожалению, я пока редкий гость в таких проектах. Так что роль в сериале «Хрустальный» для меня очень важна и, надеюсь, поворотна. Я очень благодарен за оказанное доверие. Хотя мне грех жаловаться: я работал с Серебренниковым, Крыжовниковым, Мещаниновой. Если я интересен режиссерам такого уровня, у меня есть основания полагать, что я не ошибся профессией и предложения не заставят себя ждать.

- А кто из режиссеров на вас больше повлиял в плане профессии?

- Вениамин Михайлович Фильштинский, мой учитель. Я окончил театральную академию в 2006 году - до сих пор никто не сообщил мне о профессии ничего нового. Эта встреча - лучшее, что могло случиться со мной, когда мне было 16 лет. И, конечно, работа с Кириллом Серебренниковым. Находясь в сотворчестве с художником такого уровня, хочешь не хочешь будешь развиваться.

- Ваш герой в «Хрустальном» приезжает из Москвы в провинцию – тоже очень частый конфликт в нынешнем российском кино, хотя здесь он решен в несколько ином ключе.

- Мой герой – из маленького городка, когда-то убежавший от детских травм, от самого себя в большой город. Человек, который вроде как сумел справиться, устроить жизнь, которую, по общим канонам, называют «нормальной»: жена, ипотека, машина, - но он не смог по-настоящему преодолеть внутренний ад. И возвращение в Хрустальный - город его детства - стирает время, проведенное в большом городе. Он оказывается в той же точке, откуда уезжал. Мы придумали, что даже в мелких вещах мой герой остается без «московских» атрибутов: разбил манерный телефон, порвалась-испачкалась одежда, разбилась машина. То есть буквально он убежал от этого города 10 лет, а когда вернулся, за два дня этот «город детства» просто смял его и сказал: «Вот ты и дома, и нет никакой Москвы, никуда ты не убежал».

- Буквально в первых сериях вы по сюжету погружаетесь в шахту. Расскажите, как вы погрузились к этой сцене и вообще насколько легко соглашаетесь на такие физические погружения в актерской профессии?

- Я люблю так работать. Экспедиция - это всегда интересно: очень помогает, что нет быта, можно сосредоточиться только на работе. Сцену, о которой вы говорите, мы снимали в настоящей шахте, спускались на 100 метров вниз. Это было непросто, но тут такая вещь, что в какой-то момент и усталость, и максимальное некомфортное состояние начинают работать на дело. Причем это касалось не только конкретной смены, а всей работы. У меня первая сцена на съемках - как я

нахожу убитого, изнасилованного ребенка. И из таких напряженных сцен складываются два месяца работы, что, конечно, на меня сильно влияло. Я дистанцировался от всех, общался только по делу с режиссером и партнерами... Меня, наверное, считали странным парнем, потому что я не болтал, не травил анекдоты, после смены не ехал пить вино и вообще вел себя диковато. Я был максимально сосредоточен - и это мой любимый способ работы, хотя, наверное, это не очень профессионально и вредно для душевного равновесия.

- Несмотря на то что «Хрустальный» вместе с тем же «Звоните ДиКаприо!» исследует вопрос травм, это тот разговор, который у нас все еще не принят в обществе. Почему, как вам кажется, такие сериалы стали появляться, нужно ли, чтобы их было больше, и как вы вообще сами относитесь к этому разговору про травматичный опыт?


- Это сложная штука. Конечно, я считаю, что этого должно быть много и о проблемах обязательно нужно говорить. Но сам я так не делаю, я так не могу, для себя я этот вопрос закрыл - это не мой путь. Я остаюсь со своим адом один на один и делиться чем-то потаенным могу только через роли. У всех складывается по-разному: кто-то ходит к психологу, кто-то делится с другом, кто-то пишет песни, а я «выговариваюсь» через сыгранных персонажей. Но сам посыл, что нужно говорить, а не держать в себе, конечно, важен. В «Хрустальном» - большой разговор о детях, о детских травмах. Мой герой говорит: «Хочешь спасти ребенка - будь рядом, будь в его жизни». Наверное, это единственный шанс помочь детям. Не учить их, не рассказывать, как надо, а быть рядом, всегда быть за него.

- Сейчас как раз в кино и сериалах очень часто ищут героев нашего времени. Вот на ваш взгляд, может ли существовать такой герой, и если да, то кто он. Или, может быть, есть такие персонажи, которых вам самому не хватает в сценариях?

- Герой любого времени - это «маленький», «невидимый» человек, который изо дня в день честно выполняет свою работу, несмотря ни на что. На таких людях все держится.



**ФИНАЛЬНАЯ РАСПРОДАЖА ШУБ**



**СКИДКИ на ВСЁ до 50%**

**25-27 \* ДК «ЖД»**  
ул. Вокзальная, 55  
с 10.00 - 19.00

**ШУБЫ**  
КАК С ОБЛОЖКИ НА ЛЮБУЮ ФИГУРУ

Реклама 0+, меховыетрадиции.рф, 8.800.250.42.42

# Гороскоп на неделю

с 28 февраля по 6 марта

- Овен.** Вашей щедрости просто нет границ. Это благоприятное время для покупки оргтехники, музыкальных инструментов, музыкальной техники. Вы станетесь еще прекраснее и начинаете просто излучать красоту.
- Телец.** Благоприятное положение планет в данное время дарит Тельцам внутреннее и внешнее преображение, дает стремление к новым горизонтам, желание изменить свою жизнь к лучшему.
- Близнецы.** Кто сказал, что Близнецы никогда не плетут сети интриг и не любят быть серыми кардиналами? Сейчас как раз подходящий период для этого. Если вы будете вести честную игру, то почти ничего не выиграете.
- Рак.** В начале марта продолжается благоприятное сочетание планет для вашего знака. На этой неделе ваша витальность находится в тоне, благодаря своему жизнелюбию вы способны переделать и окружающих, и себя.
- Лев.** В это время так сойдутся звезды над вашей головой, что вы будете чувствовать уверенность в себе и иметь все необходимое для реализации задуманного – способность рисковать и быстро принимать решения.
- Дева.** Не повезет в карьере. На этой неделе Девам захочется «учиться, учиться и еще раз учиться!» 2022 год – идеальное время для начала занятий иностранными языками. У вас будет ряд важных встреч.
- Весы.** Благоприятный аспект планет способствует расширению вашей жилплощади. Делайте ремонт, крушите стены для увеличения пространства. Это идеальная неделя для переезда в другую местность.
- Скорпион.** Это особо благоприятная неделя для Скорпионов. У некоторых представителей данного знака может возникнуть пламенная любовь, страсть. У остальных проснется творческое настроение.
- Стрелец.** На этой неделе вы будете напоминать монолит, скалу: вас сейчас трудно сбить с толку, у вас в голове полная ясность и четкий план действий. Это благоприятная неделя для деловых начинаний.
- Козерог.** Сейчас хорошо претворять задуманное в жизнь, тратить деньги на рекламную кампанию, продвижение своего товара. Это такое время, когда можно работать на будущее.
- Водолей.** Сейчас увеличивается ваша удачливость, повышается значимость вашей личности. Для Водолея это время маленьких и больших удовольствий, радости жизни, песен, веселья.
- Рыбы.** Рыбы склонны радовать прежде всего самих себя, покупать что-то лично для себя. В данное время в вашем кошельке появится достаточно денег – и лучше всего потратить их с пользой.

## понедельник, 28 февраля

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00, 09.15 Доброе утро 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (0+) 12.10 Время покажет (16+) 15.10 Давай поженимся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 17.00 Время покажет (16+) 18.00 Вечерние новости (16+) 18.40 На самом деле (16+) 19.45 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Сериал «Янычар» (16+) 23.25 Вечерний Ургант (16+) 00.00 Познер (16+) 01.05 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 «Зацепка» (16+) 17.00 Вести 17.30 Малахов (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 Сериал «Линия света» (12+) 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) 02.25 Сериал «Пыльная работа» (16+) 04.05 Сериал «Семейный детектив» (16+)	05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (16+) 07.30 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 11.00 Сегодня 11.25 Сериал «Морские дьяволы. Смерч» (16+) 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня 21.00 Сериал «Первый отдел» (16+) 00.20 Сегодня 00.40 Сериал «Пёс» (16+) 04.20 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Сахалин в цифрах (12+) 07.53, 08.53, 09.53, 10.53, 11.53, 12.53, 13.53, 14.53, 15.53, 16.53, 17.53, 18.53, 19.53, 20.53, 21.53, 22.53, 23.53 ДВ блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Опрос дня (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Новостя (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Наши в YouTube (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Yandex всплески (12+)	06.00 Сериал «Приключения и жизнь Мишки Япончика» (16+) 11.00 Новости 11.10 Белорусский стандарт (12+) 11.20 Сериал «Приключения и жизнь Мишки Япончика» (16+) 14.00 Новости 14.15 Дела судебные (16+) 15.10 Дела судебные (16+) 16.05 Дела судебные (16+) 17.00 Новости 17.15 Дела судебные (16+) 18.10 Мировое соглашение (16+) 19.05 Дела судебные (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.10 Игра в кино (12+) 21.55 Слабое звено (12+) 22.55 Слабое звено (12+) 23.55 Назад в будущее (16+) 00.50 Сериал «Свои» (16+) 03.00 Наше кино (12+) 03.25 Фильм «Москва-Кассиопея» (6+) 04.50 Фильм «Отроки во Вселенной» (6+)	05.20 Сериал «Курьерский особой важности» (16+) 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) 09.20 Специальный репортаж (16+) 09.40 Фильм «Неисправимый лгун» (12+) 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня (16+) 14.00 Сериал «Высший пилотаж» (16+) 18.00 Новости дня (16+) 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (16+) 18.50 «Непокорённые». Док. сериал (16+) 19.40 Скрытые угрозы (16+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня (16+) 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 Сериал «Рожденная революцией» (12+) 02.25 Фильм «Неисправимый лгун» (12+) 03.40 «Оружие Победы». Док. сериал (12+) 03.50 Сериал «Высший пилотаж» (16+)	07.30 Сериал «Сезон дождей» (16+) 08.00 По делам несовершеннолетних (16+) 09.40 Давай разведемся! (16+) 10.40 Тест на отцовство (16+) 12.55 Понять. Простить (16+) 14.00 Порча (16+) 14.30 Знахарка (16+) 15.05 Верну любимого (16+) 15.40 Фильм «Белое платье» (16+) 17.55 Фильм «Карусель» (16+) 20.00 Сериал «Следуя за сердцем» (16+) 00.00 Сериал «Женский доктор-2» (16+) 01.55 Понять. Простить (16+) 02.55 Порча (16+) 03.25 Знахарка (16+) 03.50 Верну любимого (16+) 04.15 Тест на отцовство (16+) 05.55 6 кадров (16+) 06.00 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) 06.25 Сериал «Улицы разбитых фонарей-3» (16+) 06.40 Сериал «Улицы разбитых фонарей-3» (16+) 07.20 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 08.15 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 09.15 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 10.00 Известия (16+) 10.25 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 10.45 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 11.50 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 12.50 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 13.55 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 14.00 Известия (16+) 14.25 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 15.15 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 16.20 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 17.25 Сериал «Немедленное реагирование» (16+) 18.30 Известия (16+) 18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+) 19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+) 20.35 Сериал «След» (16+) 21.25 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+) 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) 01.30 Сериал «След» (16+) 02.15 Сериал «След» (16+) 03.05 Сериал «След» (16+) 03.45 Сериал «След» (16+) 04.20 Известия (16+) 04.30 Сериал «Детективы» (16+) 05.05 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

**РЕМОНТ СОЦИАЛЬНЫЙ**

- электроника
- сантехника
- стяжка пола
- укладка напольных покрытий
- установка м/н дверей
- поклейка обоев
- малярные работы

**8-924-191-60-26**

**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.

**Солнце ТВ**

- Куплю 3-комн. квартиру (Южно-Сахалинске). Тел. 44-77-30.
- Куплю 3-комн. квартиру (брежневку, хрущевку) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю 1-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Тел. 44-77-30.
- Куплю 2-комн. квартиру (138, 97, 102 серии, новострой) 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.

**УСЛУГИ**

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

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

**Отдел рекламы «Телемира» 49-16-31**



вторник, 1 марта

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00, 09.15 Доброе утро 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (0+) 12.10 Время покажет (16+) 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 «Янычар» (16+)</b> 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.05 Влад Листьев. «Зачем я сделал этот шаг?» (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 <b>14.55 Сериал «Зацепка» (16+)</b> 17.00 Вести 17.30 Малахов (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Линия света» (12+)</b> 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Пыльная работа» (16+)</b> <b>04.00 Сериал «Семейный детектив» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (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 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня <b>21.00 Сериал «Первый отдел» (16+)</b> 00.20 Сегодня <b>00.40 Сериал «Пёс» (16+)</b> <b>04.30 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</b>	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23 Новостята (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 Наши в YouTube (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Yandex всплески (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Минута урбанистики (12+) 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ блиц (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Готовим просто (12+)	<b>06.00 Фильм «Отроки во Вселенной» (6+)</b> <b>06.10 Сериал «Ночные ласточки» (16+)</b> 11.00 Новости <b>11.10 Сериал «Ночные ласточки» (16+)</b> 14.00 Новости 14.15 Дела судебные (16+) 15.10 Дела судебные (16+) 16.05 Дела судебные (16+) 17.00 Новости 17.15 Дела судебные (16+) 18.10 Мировое соглашение (16+) 19.05 Дела судебные (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.10 Игра в кино (12+) 21.55 Слабое звено (12+) 22.55 Слабое звено (12+) 23.55 Назад в будущее (16+) <b>00.50 Сериал «Свои» (16+)</b> 03.00 Дела судебные (16+) <b>03.45 Сериал «Забудь и вспомни» (16+)</b>	<b>05.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) <b>09.20 Фильм «Отчий дом» (12+)</b> 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня (16+) <b>14.00 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 18.00 Новости дня (16+) 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (16+) 18.50 «Непокорённые». Док. сериал (16+) 19.40 Легенды армии (12+) 20.25 Улика из прошлого (16+) 21.15 Новости дня (16+) 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Сериал «Рожденная революцией» (12+)</b> 02.45 «Нормандия-Неман. В небесах мы летали одним...» Док. фильм (12+) 03.40 «Оружие Победы». Док. сериал (12+) <b>03.50 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b>	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.45 Давай разведемся! (16+) 10.45 Тест на отцовство (16+) 13.00 Понять. Простить (16+) 14.05 Порча (16+) 14.35 Знахарка (16+) 15.10 Верну любимого (16+) <b>15.45 Фильм «Миллионер» (16+)</b> <b>18.05 Фильм «Услышь мое сердце» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Крылья бабочки» (16+)</b> <b>00.00 Сериал «Женский доктор-2» (16+)</b> 02.00 Понять. Простить (16+) 03.00 Порча (16+) 03.25 Знахарка (16+) 03.50 Верну любимого (16+). 04.15 Тест на отцовство (16+) 05.55 6 кадров (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.40 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>08.10 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>09.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>10.30 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>11.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>12.20 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>13.20 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>14.40 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>15.35 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>16.35 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>17.30 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> 18.30 Известия (16+) <b>18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>20.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Велико-лепная пятёрка-4» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.45 Сериал «След» (16+)</b> 04.20 Известия (16+) <b>04.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.05 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.30 Сериал «Детективы» (16+)</b>

**ТРЕБУЮТСЯ**  
\* сторожа  
\* водители категории С и Е  
\* автослесарь  
\* автомойщики  
**790-242 28-65-54**

**Продам зальную стенку, мягкий уголок с креслом, два дивана, два холодильника, стиральную машинку, два стула б/у. Цена договорная, недорого. Тел. 75-00-36; 8-962-124-65-89.**

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

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

среда, 2 марта

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00, 09.15 Доброе утро 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (0+) 12.10 Время покажет (16+) 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 <b>21.30 Сериал «Янычар» (16+)</b> 23.35 Вечерний Ургант (16+) 00.15 Алексей Балабанов. «Найти своих и успокоиться» (16+) 02.20 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 «Зацепка» (16+)</b> 17.00 Вести 17.30 Малахов (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Линия света» (12+)</b> 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Пыльная работа» (16+)</b> <b>04.00 Сериал «Семейный детектив» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (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 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня <b>21.00 Сериал «Первый отдел» (16+)</b> 00.20 Сегодня <b>00.40 Сериал «Пёс» (16+)</b> <b>04.30 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</b>	06.00, 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 06.23, 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23 Минута урбанистики (12+) 06.25, 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 06.50, 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ блиц (12+) 06.55, 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Готовим просто (12+) 06.57, 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Новостята (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Наши в YouTube (12+)	<b>06.00 Сериал «Забудь и вспомни» (16+)</b> 11.00 Новости <b>11.10 Сериал «Забудь и вспомни» (16+)</b> 14.00 Новости 14.15 Дела судебные (16+) 15.10 Дела судебные (16+) 16.05 Дела судебные (16+) 17.00 Новости 17.15 Дела судебные (16+) 18.10 Мировое соглашение (16+) 19.05 Дела судебные (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.10 Игра в кино (12+) 21.55 Слабое звено (12+) 22.55 Слабое звено (12+) 23.55 Назад в будущее (16+) <b>00.50 Сериал «Забудь и вспомни» (16+)</b> <b>03.00 Фильм «Подкидыш» (6+)</b> 04.10 Дела судебные (16+) 04.55 Дела судебные (16+) <b>05.40 Сериал «Чужая милая» (12+)</b>	<b>05.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) <b>09.20 Фильм «Шофер поневоле» (12+)</b> 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня (16+) <b>14.00 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 18.00 Новости дня (16+) 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (16+) 18.50 «Непокорённые». Док. сериал (16+) 19.40 Главный день. Первый искусственный спутник Земли (16+) 20.25 Секретные материалы (16+) 21.15 Новости дня (16+) 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Сериал «Рожденная революцией» (12+)</b> 03.00 «Суперкрепость по-русски». Док. фильм (12+) <b>03.50 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b>	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.05 Тест на отцовство (16+) 13.20 Понять. Простить (16+) 14.25 Порча (16+) 14.55 Знахарка (16+) 15.30 Верну любимого (16+) <b>16.05 Сериал «Следуя за сердцем» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Я тебя не боюсь!» (16+)</b> <b>00.15 Сериал «Женский доктор-2» (16+)</b> 02.10 Понять. Простить (16+) 03.10 Порча (16+) 03.35 Знахарка (16+) 04.00 Верну любимого (16+). 04.25 Тест на отцовство (16+) 06.05 6 кадров (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.10 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.55 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>08.50 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>09.50 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>11.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>12.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>13.00 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>15.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>17.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> 18.30 Известия (16+) <b>18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>20.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Велико-лепная пятёрка-4» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.10 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.45 Сериал «След» (16+)</b> 04.20 Известия (16+) <b>04.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.05 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.30 Сериал «Детективы» (16+)</b>

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

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

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



четверг, 3 марта

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00, 09.15 Доброе утро 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (0+) 12.10 Время покажет (16+) 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 «Янычар» (16+)</b> 22.35 Док-ток (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 Юрий Сенкевич. «Жизнь как удивительное приключение» (12+) 01.15 Время покажет (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 8.35, 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 «Зацепка» (16+)</b> 17.00 Вести 17.30 Малахов (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Линия света» (12+)</b> 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым (12+) <b>02.20 Сериал «Пыльная работа» (16+)</b> <b>04.00 Сериал «Семейный детектив» (16+)</b>	<b>05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (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 17.45 За гранью (16+) 18.50 ДНК (16+) 20.00 Сегодня <b>21.00 Сериал «Первый отдел» (16+)</b> 00.20 Сегодня 00.40 ЧП. Расследование (16+) 01.15 Поздняков (16+) 01.30 Мы и наука. Наука и мы (12+) <b>02.30 Сериал «Пёс» (16+)</b> <b>04.30 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</b>	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (16+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23 Новостя (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 ДВ блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55 Наши в YouTube (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Минута урбанистики (12+) 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)	<b>06.00 Сериал «Чужая милая» (12+)</b> <b>08.50 Сериал «Свои» (16+)</b> 11.00 Новости <b>11.10 Сериал «Свои» (16+)</b> 14.00 Новости 14.15 Дела судебные (16+) 15.10 Дела судебные (16+) 16.05 Дела судебные (16+) 17.00 Новости 17.20 Дела судебные (16+) 18.10 Мировое соглашение (16+) 19.05 Дела судебные (16+) 20.00 Новости 20.25 Игра в кино (12+) 21.10 Игра в кино (12+) 21.55 Слабое звено (12+) 22.55 Слабое звено (12+) 23.55 Назад в будущее. Спецвыпуск к Международному женскому дню (16+) <b>00.50 Сериал «Свои» (16+)</b> <b>03.00 Фильм «Близнецы» (12+)</b> 04.20 Дела судебные (16+) 05.05 Дела судебные (16+)	<b>05.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 07.00 Сегодня утром (12+) 09.00 Новости дня (16+) <b>09.20 Фильм «Апачи» (12+)</b> 11.20 Открытый эфир (12+) 13.00 Новости дня (16+) <b>14.00 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 18.00 Новости дня (16+) 18.20 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (16+) 18.50 «Непокорённые». Док. сериал (16+) 19.40 Легенды телевидения (12+) 20.25 Код доступа (12+) 21.15 Новости дня (16+) 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Сериал «Рожденная революцией» (12+)</b> 02.55 «Битва за Гималаи». Док. фильм (12+) 03.40 «Оружие Победы». Док. сериал (12+) <b>03.50 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b>	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 10.00 Давай разведемся! (16+) 11.00 Тест на отцовство (16+) 13.15 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.50 Знахарка (16+) 15.25 Верну любимого (16+) <b>16.00 Сериал «Крылья бабочки» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Тонкая работа» (16+)</b> <b>00.20 Сериал «Женский доктор-2» (16+)</b> 02.15 Понять. Простить (16+) 03.15 Порча (16+) 03.40 Знахарка (16+) 04.05 Верну любимого (16+) 04.30 Тест на отцовство (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.35 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.20 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>08.15 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>09.15 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 09.35 День ангела (0+) 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>11.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>12.00 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>13.00 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>15.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>16.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>17.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> 18.30 Известия (16+) <b>18.45 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>19.40 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>20.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск (16+) <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>03.45 Сериал «След» (16+)</b> 04.20 Известия (16+) <b>04.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.05 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.30 Сериал «Детективы» (16+)</b>

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

пятница, 4 марта

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
05.00, 09.15 Доброе утро 09.00, 12.00, 15.00 Новости 09.50 Жить здорово! (16+) 10.55 Модный приговор (0+) 12.10 Время покажет (16+) 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 <b>21.30 Сериал «Янычар»</b> 22.35 Большая игра (16+) 23.30 Вечерний Ургант (16+) 00.10 Михаил Жванецкий. «Вам помочь или не мешать?» (16+) 01.10 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 «Зацепка» (16+)</b> 17.00 Вести 17.30 Малахов (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Линия света» (12+)</b> <b>23.35 Фильм «Любовь с риском для жизни» (12+)</b> <b>03.15 Фильм «Соседи по разводу» (12+)</b>	<b>05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (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» (16+)</b> <b>12.00 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Чрезвычайное происшествие <b>15.00 Сериал «Ментовские войны» (16+)</b> 17.00 Сегодня 17.45 ДНК (16+) 18.55 Жди меня (12+) 20.00 Сегодня <b>21.00 Сериал «Первый отдел» (16+)</b> 00.20 Сегодня 00.40 Своя правда 02.30 Захар Прилепин. Уроки русского (12+) 02.55 Квартирный вопрос (0+) <b>04.00 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</b>	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день (16+) 07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23, 00.23, 01.23, 02.23, 03.23, 04.23, 05.23, 06.23 Минута урбанистики (12+) 07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+) 07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ блиц (12+) 07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55, 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+) 07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+) 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день (12+) 00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостя (12+) 00.50, 02.50, 04.50, 06.50 Готовим просто (12+) 01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+) 01.50, 03.50, 05.50 Наши в YouTube (12+)	06.00 Дела судебные (16+) 06.15 Наше кино (12+) <b>06.55 Фильм «Гусарская баллада» (6+)</b> <b>08.40 Сериал «Свои» (16+)</b> 11.00 Новости 11.10 В гостях у цифры (12+) <b>11.20 Сериал «Свои» (16+)</b> 14.00 Новости 14.15 Дела судебные (16+) 15.10 Дела судебные (16+) 16.05 Дела судебные (16+) 17.00 Новости 17.20 Дела судебные (16+) <b>18.30 Фильм «Добро пожаловать, или Посторонним вход запрещен» (6+)</b> 20.00 Новости 20.15 Слабое звено (12+) 21.15 Игра в кино. Спецвыпуск к Международному женскому дню (12+) <b>22.00 Фильм «Человек с бульвара Капуцинов» (12+)</b> <b>00.00 Фильм «Новые амазонки» (18+)</b> <b>01.40 Фильм «Попса» (16+)</b> <b>03.40 Фильм «Весна» (12+)</b> 05.20 Мультфильмы (0+)	<b>05.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> <b>07.10 Фильм «Екатерина Воронина» (12+)</b> 09.00 Новости дня (16+) <b>09.15 Фильм «Екатерина Воронина» (12+)</b> <b>11.00 Сериал «Гаишники» (16+)</b> 13.00 Новости дня (16+) <b>13.20 Сериал «Гаишники» (16+)</b> 18.00 Новости дня (16+) <b>18.30 Сериал «Гаишники. Продолжение» (16+)</b> 21.15 Новости дня (16+) <b>21.25 Сериал «Гаишники. Продолжение» (16+)</b> 23.10 Десять фотографий (12+) <b>00.00 Сериал «Рожденная революцией» (12+)</b> <b>03.05 Фильм «Апачи» (12+)</b> 04.35 «Александр Феклисов. Карибский кризис глазами резидента». Док. фильм (12+) 05.20 «Хроника Победы». Док. сериал (16+) 05.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+)	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.45 Давай разведемся! (16+) 10.45 Тест на отцовство (16+) 13.00 Понять. Простить (16+) 14.05 Порча (16+) 14.35 Знахарка (16+) 15.10 Верну любимого (16+) <b>15.45 Сериал «Я тебя не боюсь!» (16+)</b> <b>20.00 Сериал «Ребенок с гарантией» (16+)</b> 00.00 Про здоровье (16+) <b>00.20 Сериал «Женский доктор-2» (16+)</b> <b>02.20 Фильм «Ангелика – маркиза ангелов» (16+)</b> 04.25 Понять. Простить (16+) 05.15 Порча (16+) 05.40 Знахарка (16+) 06.05 Верну любимого (16+) 06.30 Предсказания. 2022 (16+)	06.00 Известия (16+) <b>06.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.10 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>07.55 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>08.50 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 10.00 Известия (16+) <b>10.25 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>11.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>12.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> <b>13.05 Сериал «Тихая охота» (16+)</b> 14.00 Известия (16+) <b>14.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>15.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>16.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>17.25 Сериал «Пропавший без вести» (16+)</b> <b>18.25 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>19.20 Сериал «Условный мент-2» (16+)</b> <b>20.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.05 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.55 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.35 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.00 Сериал «След» (16+)</b> 00.45 Светская хроника (16+) <b>01.45 Сериал «Свои-2» (16+)</b> <b>02.35 Сериал «Свои-2» (16+)</b> <b>03.20 Сериал «Свои-2» (16+)</b> <b>03.55 Сериал «Свои-2» (16+)</b> <b>04.35 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b> <b>05.10 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b> <b>05.50 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</b>

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



суббота, 5 марта

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.00, 09.15 Доброе утро</p> <p>09.00, 12.00, 15.00 Новости</p> <p>09.50 Жить здорово! (16+)</p> <p>10.55 Модный приговор (0+)</p> <p>12.10 Время покажет (16+)</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 Человек и закон (16+)</p> <p>19.45 Поле чудес (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.30 Голос. Дети. Новый сезон (0+)</p> <p>23.05 Вечерний Ургант (16+)</p> <p>00.00 В день 80-летия со дня первого исполнения Седьмой симфонии. «Двое. Рассказ жены Шостаковича» (12+)</p> <p>02.05 Наедине со всеми (16+)</p> <p>02.50 Модный приговор (0+)</p> <p>03.40 Давай поженимся! (16+)</p> <p>04.20 Мужское/Женское (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</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>13.40 Фильм «Ни к селу, ни к городу...» (12+)</p> <p>18.00 Привет, Андрей! (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.05 Вести. Местное время</p> <p>21.20 Сериал «Линия света» (12+)</p> <p>23.35 Фильм «Лёд-2» (6+)</p> <p>02.05 Фильм «Секта» (16+)</p>	<p>06.15 Сериал «Возвращение Мухтара» (16+)</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>16.00 Следствие вели... (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>20.00 Центральное телевидение</p> <p>21.20 Сериал «Первый отдел» (16+)</p> <p>02.40 Дачный ответ (0+)</p> <p>03.30 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</p>	<p>07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30 Наш день (16+)</p> <p>07.23, 08.23, 09.23, 10.23, 11.23, 12.23, 13.23, 14.23, 15.23, 16.23, 17.23, 18.23, 19.23, 20.23, 21.23, 22.23, 23.23, 00.25, 02.25, 04.25, 06.25 Минута урбанистики (12+)</p> <p>07.25, 08.25, 09.25, 10.25, 11.25, 12.25, 13.25, 14.25, 15.25, 16.25, 17.25, 18.25, 19.25, 20.25, 21.25, 22.25, 23.25, 00.27, 01.25, 02.27, 03.25, 04.27, 05.25, 06.27 Черно-белый Сахалин (12+)</p> <p>07.50, 08.50, 09.50, 10.50, 11.50, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 19.50, 20.50, 21.50, 22.50, 23.50 ДВ блиц (12+)</p> <p>07.55, 08.55, 09.55, 10.55, 11.55, 12.55, 13.55, 14.55, 15.55, 16.55, 17.55, 18.55, 19.55, 20.55, 21.55, 22.55, 23.55, 01.20, 03.20, 05.20 Опрос дня (12+)</p> <p>07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+)</p> <p>00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день</p> <p>00.23, 02.23, 04.23, 06.23 Новостята (12+)</p> <p>00.50, 02.50, 04.50, 06.50 Готовим просто (12+)</p> <p>01.23, 03.23, 05.23 Сахалин в цифрах (12+)</p> <p>01.50, 03.50, 05.50 Наши в YouTube (12+)</p>	<p>06.00 Мультфильмы (0+)</p> <p>07.00 Всё, как у людей (6+)</p> <p>07.15 Мультфильмы (0+)</p> <p>09.00 Наше кино (12+)</p> <p>09.25 Наше кино (12+)</p> <p>10.00 Слабое звено (12+)</p> <p>11.00 Погода в мире</p> <p>11.10 Фильм «Добро пожаловать, или Посторонним вход запрещен» (6+)</p> <p>12.35 Фильм «Человек с бульвара Капуцинов» (12+)</p> <p>14.35 Фильм «Женитьба Бальзаминова» (16+)</p> <p>16.25 Сериал «Сердца трех» (16+)</p> <p>17.00 Новости</p> <p>17.15 Сериал «Сердца трех» (16+)</p> <p>20.00 Новости</p> <p>20.15 Сериал «Сердца трех» (16+)</p> <p>22.05 Фильм «Новые амазонки» (18+)</p> <p>00.10 Фильм «Дон Сезар де Базан» (12+)</p> <p>02.35 Любимые актеры (12+)</p> <p>03.00 Сериал «Чужая милая» (12+)</p>	<p>06.00 Фильм «Разные судьбы» (12+)</p> <p>08.40 Фильм «...А зори здесь тихие» (12+)</p> <p>09.00 Новости дня (16+)</p> <p>09.20 Фильм «...А зори здесь тихие» (12+)</p> <p>13.00 Новости дня (16+)</p> <p>13.50 Сериал «Убить Сталина» (16+)</p> <p>18.00 Новости дня (16+)</p> <p>18.15 Сериал «Убить Сталина» (16+)</p> <p>22.50 Фильм «Черный океан» (16+)</p> <p>00.35 Фильм «Меченый атом» (12+)</p> <p>02.10 Фильм «Права лейтенанта Климова» (12+)</p> <p>03.35 Фильм «В небе «ночные ведьмы» (12+)</p> <p>04.55 «Хроника Победы». Док. сериал (16+)</p>	<p>07.30 Предсказания. 2022 (16+)</p> <p>08.05 Сериал «Подари мне жизнь» (16+)</p> <p>12.15 Сериал «Маркус» (16+)</p> <p>19.45 Скажи, подруга (16+)</p> <p>20.00 Сериал «Великолепный век» (16+)</p> <p>01.00 Скажи, подруга (16+)</p> <p>01.15 Сериал «Вспомнить себя» (16+)</p> <p>04.45 Фильм «Великолепная Анжелика» (16+)</p> <p>06.25 Предсказания. 2022 (16+)</p>	<p>06.00 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</p> <p>06.25 Сериал «Великолепная пятёрка» (16+)</p> <p>07.05 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+)</p> <p>07.45 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+)</p> <p>08.25 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+)</p> <p>09.15 Сериал «Великолепная пятёрка-4» (16+)</p> <p>10.00 Светская хроника (16+)</p> <p>11.00 Они потрясли мир (12+)</p> <p>11.55 Сериал «Стажер» (16+)</p> <p>12.50 Сериал «Стажер» (16+)</p> <p>13.50 Сериал «Стажер» (16+)</p> <p>14.50 Сериал «Стажер» (16+)</p> <p>15.40 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</p> <p>16.35 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</p> <p>17.20 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</p> <p>18.05 Сериал «Крепкие орешки» (16+)</p> <p>18.55 Сериал «След» (16+)</p> <p>19.45 Сериал «След» (16+)</p> <p>20.40 Сериал «След» (16+)</p> <p>21.25 Сериал «След» (16+)</p> <p>22.20 Сериал «След» (16+)</p> <p>23.00 Сериал «След» (16+)</p> <p>23.55 Сериал «След» (16+)</p> <p>00.50 Сериал «След» (16+)</p> <p>01.25 Сериал «След» (16+)</p> <p>02.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</p> <p>03.15 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</p> <p>04.10 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</p> <p>05.05 Сериал «Прокурорская проверка» (16+)</p>
<p>Отдел рекламы «Телемира»</p> <p>49 16 31</p>			<p>Солнце ТВ</p> <p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p>	<p>РОССИЯ 24</p> <p>16.00 Дальний Восток</p> <p>ОТДЕЛ ИНФОРМАЦИИ «ТЕЛЕМИРА» 49-16-06</p>		<p>ПЯТНИЦА!</p> <p>06.00 Мои первые каникулы (16+)</p> <p>06.50 Мои первые каникулы (16+)</p> <p>07.50 Орел и решка (16+)</p> <p>09.00 На ножах (16+)</p> <p>10.00 На ножах (16+)</p> <p>11.00 На ножах (16+)</p> <p>12.10 На ножах (16+)</p> <p>13.20 На ножах (16+)</p> <p>14.20 На ножах (16+)</p> <p>15.40 На ножах (16+)</p> <p>17.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p>18.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p>19.00 Мир наизнанку (16+)</p> <p>20.00 Фильм «Поезд в Пусан» (18+)</p> <p>22.10 Фильм «Поезд в Пусан-2» (18+)</p> <p>00.30 Фильм «Заражение» (12+)</p> <p>03.10 Адская кухня (16+)</p> <p>05.10 Мои первые каникулы (16+)</p>	

воскресенье, 6 марта

1	РОССИЯ 1	ТВ	АСТВ	МИР	ЗВЕЗДА	D	5 ПЯТЫЙ КАНАЛ
<p>05.15 Фильм «За двумя зайцами» (0+)</p> <p>06.00, 10.00, 12.00 Новости</p> <p>06.10 Фильм «За двумя зайцами» (0+)</p> <p>06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)</p> <p>07.40 Часовой (12+)</p> <p>08.10 Здоровье (16+)</p> <p>09.20 Непутевые заметки (12+)</p> <p>11.10 Видели видео? (0+)</p> <p>12.15 Фильм «Родня» (12+)</p> <p>14.05 Фильм «Свой среди чужих, чужой среди своих» (12+)</p> <p>16.00 Кто хочет стать миллионером? (12+)</p> <p>17.25 «Этот мир придуман не нами». Юбилейный концерт Александра Зацепина (6+)</p> <p>19.25 Лучше всех! (0+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>22.00 Фильм «Трое» (16+)</p> <p>00.25 Фильм «Эвита» (12+)</p> <p>02.45 Модный приговор (0+)</p> <p>03.35 Давай поженимся! (16+)</p> <p>04.15 Мужское/Женское (16+)</p>	<p>05.25 Фильм «Алла в поисках Аллы» (12+)</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 Вести</p> <p>11.30 Аншлаг и компания (16+)</p> <p>13.35 Фильм «Ни к селу, ни к городу...-2» (12+)</p> <p>17.50 Танцы со звездами (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>01.30 Фильм «Другой берег» (16+)</p> <p>03.15 Фильм «Алла в поисках Аллы» (12+)</p>	<p>05.50 Сериал «Возвращение Мухтара» (16+)</p> <p>06.40 Наш космос (16+)</p> <p>07.35 Центральное телевидение (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 У нас выиграют! (12+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Первая передача (16+)</p> <p>12.00 Чудо техники (12+)</p> <p>13.00 Дачный ответ (0+)</p> <p>14.00 НашПотребНадзор (16+)</p> <p>15.00 Своя игра (0+)</p> <p>16.00 Следствие вели... (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Следствие вели... (16+)</p> <p>20.00 Итоги недели</p> <p>21.10 Маска. Новый сезон (12+)</p> <p>00.35 Звезды сошлись (16+)</p> <p>02.05 Основано на реальных событиях (16+)</p> <p>04.50 Сериал «Человек ниоткуда» (16+)</p>	<p>07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30, 20.00, 20.30, 21.00, 21.30, 22.00, 22.30, 23.00, 23.30, 00.00, 00.30, 01.00, 01.30, 02.00, 02.30, 03.00, 03.30, 04.00, 04.30, 05.00, 05.30, 06.00, 06.30 Наш день</p> <p>07.23, 09.23, 11.23, 13.23, 15.23, 17.23, 19.23, 21.23, 23.23 Новостята (12+)</p> <p>07.27, 08.25, 09.27, 10.25, 11.27, 12.25, 13.27, 14.25, 15.27, 16.25, 17.27, 18.25, 19.27, 20.25, 21.27, 22.25, 23.27, 00.25, 01.25, 02.25, 03.25, 04.25, 05.25, 06.25 Черно-белый Сахалин (12+)</p> <p>07.50, 09.50, 11.50, 13.50, 15.50, 17.50, 19.50, 21.50, 23.50 Готовим просто (12+)</p> <p>07.57, 08.57, 09.57, 10.57, 11.57, 12.57, 13.57, 14.57, 15.57, 16.57, 17.57, 18.57, 19.57, 20.57, 21.57, 22.57, 23.57, 00.57, 01.57, 02.57, 03.57, 04.57, 05.57, 06.57 Фэн Шуй прогноз (12+)</p> <p>08.20, 10.20, 12.20, 14.20, 16.20, 18.20, 20.20, 22.20, 00.55, 01.55, 02.55, 03.55, 04.55, 05.55, 06.55 Опрос дня (12+)</p> <p>08.23, 10.23, 12.23, 14.23, 16.23, 18.23, 20.23, 22.23, 00.50, 01.50, 02.50, 03.50, 04.50, 05.50, 06.50 Сахалин в цифрах (12+)</p> <p>08.50, 10.50, 12.50, 14.50, 16.50, 18.50, 20.50, 22.50 Наши в YouTube (12+)</p> <p>00.53, 01.53, 02.53, 03.53, 04.53, 05.53, 06.53 ДВ блиц (12+)</p>	<p>06.00 Мультфильмы (0+)</p> <p>08.25 Фильм «Золушка» (0+)</p> <p>09.55 Рожденные в СССР (12+)</p> <p>10.25 ФазендаЛайф (6+)</p> <p>11.00 Новости</p> <p>11.10 Фильм «Сказка о потерянном времени» (0+)</p> <p>12.40 Сериал «Сердца трех» (16+)</p> <p>17.00 Новости</p> <p>17.10 Сериал «Сердца трех» (16+)</p> <p>18.10 Фильм «Неуловимые мстители» (12+)</p> <p>19.30 Вместе (16+)</p> <p>20.30 Фильм «Неуловимые мстители» (12+)</p> <p>20.40 Фильм «Новые приключения неуловимых» (12+)</p> <p>22.20 Фильм «Корона Российской империи, или Снова неуловимые» (12+)</p> <p>01.00 Вместе (16+)</p> <p>02.00 Фильм «Попса» (16+)</p> <p>03.55 Фильм «Музыкальная история» (12+)</p> <p>05.10 Мультфильмы (0+)</p>	<p>05.50 Фильм «Постарайся остаться живым» (12+)</p> <p>07.05 Фильм «Тихая застава» (16+)</p> <p>09.00 Новости недели (16+)</p> <p>09.25 Служу России (12+)</p> <p>09.55 Военная приемка (12+)</p> <p>10.45 Скрытые угрозы (16+)</p> <p>11.30 Секретные материалы (16+)</p> <p>12.20 Код доступа (12+)</p> <p>13.10 Специальный репортаж (16+)</p> <p>13.30 Сериал «В июне 41-го» (16+)</p> <p>18.00 Главное (16+)</p> <p>19.20 «Легенды футбола. 11 молчаливых мужчин». Док. фильм (16+)</p> <p>21.00 Легенды советского сыска (16+)</p> <p>22.45 «Сделано в СССР». Док. сериал (12+)</p> <p>23.00 Фетисов (12+)</p> <p>23.45 «Набирая высоту. Истории про больших мечтателей». Док. фильм (16+)</p> <p>01.00 Фильм «Екатерина Воронина» (12+)</p> <p>02.35 Фильм «Постарайся остаться живым» (12+)</p> <p>03.40 Фильм «Дом, в котором я живу» (12+)</p> <p>05.15 «Незабудки. Бессмертный авиакороль». Док. фильм (16+)</p>	<p>07.30 Предсказания. 2022 (16+)</p> <p>07.50 Сериал «Степанная комната» (16+)</p> <p>11.35 Сериал «Тонкая работа» (16+)</p> <p>15.45 Сериал «Ребенок с гарантией» (16+)</p> <p>19.45 Пять ужинов (16+)</p> <p>20.00 Сериал «Великолепный век» (16+)</p> <p>01.00 Про здоровье (16+)</p> <p>01.20 Сериал «О чем не расскажет река» (16+)</p> <p>04.45 6 кадров (16+)</p> <p>05.05 Фильм «Анжелика и король» (16+)</p> <p>06.45 Фильм «Волшебная лампа Аладдина» (0+)</p>	<p>06.00 Сериал «Улицы разбитых фонарей-4» (16+)</p> <p>06.45 Сериал «Улицы разбитых фонарей-4» (16+)</p> <p>07.25 Сериал «Улицы разбитых фонарей-4» (16+)</p> <p>08.10 Сериал «Улицы разбитых фонарей-4» (16+)</p> <p>09.05 Сериал «Мама в законе» (16+)</p> <p>10.00 Сериал «Мама в законе» (16+)</p> <p>11.00 Сериал «Мама в законе» (16+)</p> <p>11.55 Сериал «Мама в законе» (16+)</p> <p>12.50 Сериал «Игра с огнем» (16+)</p> <p>13.50 Сериал «Игра с огнем» (16+)</p> <p>14.40 Сериал «Игра с огнем» (16+)</p> <p>15.40 Сериал «Игра с огнем» (16+)</p> <p>16.35 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>17.30 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>18.30 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>19.20 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>20.15 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>21.15 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>22.05 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>23.00 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>23.55 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>00.50 Сериал «Условный мент-2» (16+)</p> <p>01.45 Сериал «Временно недоступен» (16+)</p> <p>02.40 Сериал «Временно недоступен» (16+)</p> <p>03.35 Сериал «Временно недоступен» (16+)</p> <p>04.25 Сериал «Временно недоступен» (16+)</p> <p>05.15 Сериал «Временно недоступен» (16+)</p>
<p>Отдел рекламы «Телемира»</p> <p>49 16 31</p>			<p>Солнце ТВ</p> <p>12.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Сахалинская неделя. Итоги недели (16+)</p>	<p>РОССИЯ 24</p> <p>16.00 События недели</p> <p>16.30 Интервью</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>ПЯТНИЦА!</p> <p>06.00 Мои первые каникулы (16+)</p> <p>07.00 Пятница News (16+)</p> <p>07.20 Орел и решка (16+)</p> <p>08.20 Орел и решка (16+)</p> <p>09.30 Мамы Пятницы (16+)</p> <p>10.00 Гастротур (16+)</p> <p>10.50 На ножах (16+)</p> <p>12.00 На ножах (16+)</p> <p>13.00 На ножах (16+)</p> <p>14.10 На ножах (16+)</p> <p>15.20 На ножах (16+)</p> <p>16.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>17.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>18.20 Мир наизнанку (16+)</p> <p>19.30 Мир наизнанку (16+)</p> <p>20.50 Мир наизнанку (16+)</p> <p>21.50 Мир наизнанку (16+)</p> <p>22.50 Мир наизнанку (16+)</p> <p>00.00 Секретный миллионер (16+)</p> <p>01.10 Секретный миллионер (16+)</p> <p>02.50 Адская кухня (16+)</p> <p>04.50 Мои первые каникулы (16+)</p>	





# Лук в помощь

**Репчатый лук - универсальное средство, предупреждающее и излечивающее болезни. Обычно его назначают в комплексном лечении, но возможно и применение в составе монотерапии. Овощ зарекомендовал себя как недорогое, доступное и при этом эффективное средство в борьбе с разными заболеваниями. Его использование имеет минимум побочных эффектов и противопоказаний, хорошо переносится пациентами.**

Регулярное употребление лука в пищу способствует поддержанию здоровья, невосприимчивости к болезням, а при заболеваниях - скорейшему выздоровлению. Это источник витаминов, минералов, аминокислот, эфирных масел, флавоноидов и других элементов, при недостатке которых организм лишен возможности нормально функционировать и противостоять опасным бактериям.

Популярность лука для лечения и профилактики заболеваний обусловлена его мягким безвредным воздействием на организм и почти полным отсутствием побочных эффектов. Благодаря наличию в составе разнообразных биологически активных компонентов лук используется в качестве противовоспалительного, антисептического, ранозаживляющего, болеутоляющего, спазмолитического, адсорбирующего, мочегонного средства.

Репчатый лук - профилактическое средство от атеросклероза, гипертонии. Действие лука охватывает органы зрения, репродуктивной системы (повышает потенцию, стимулирует выработку спермы, восстанавливает функции яичников), железы внутренней секреции. Лук также необходим для правильного функционирования иммунной системы, замедляет процессы старения.

## Какие болезни можно лечить

Что лечит лук и как правильно его использовать? Польза и противопоказания овоща определяются в соответствии с заболеванием на консультации у лечащего врача. Народная медицина предлагает лечить луком болезни пищеварительной, мочевыделительной, нервной, дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, сердца и сосудов.

**ВАЖНО!** Несмотря на широкий спектр действий, кардинально повлиять овощ на течение болезни не может. Народные рецепты с его участием помогают облегчить тяжесть симптомов, ускорить процесс вы-

здоровления, предупредить осложнения, отсрочить наступление рецидива.

**Гнойники, нарывы, язвы.** Лук имеет противовоспалительное, ранозаживляющее, бактерицидное свойства и действует как мощный антисептик, эффективен при лечении открытых ран на коже и слизистых.

В зависимости от характера воспаления и поражения тканей лук используют в составе монотерапии или комбинированного лечения:

- абсцессов;
- фурункулов;
- нарывов;
- язв;
- бактериального кольпита;
- механического или химического повреждения кожи.

**Ушные заболевания.** При ощущении давления или наполненности в ушах, боли в ухе, снижении слуха лук устраняет неприятные симптомы, тормозит воспалительный процесс, снижает интенсивность боли.

При отите инфекционной природы оказывает антибактериальное действие - уничтожает патогенную микрофлору или подавляет ее жизнедеятельность, снижает риск возникновения осложнений.

**Простудные.** Лук используют при ОРЗ, для лечения и профилактики заболеваний дыхательных путей: пневмонии, бронхита, тонзиллита, фарингита, бронхоэктатической болезни. Настой и отвар вызывают разжижение мокроты, смягчают кашель, облегчают отделение секрета. Ингаляции на основе лука стимулируют секрецию бронхиальных желез, успокаивают кашлевый центр в мозгу, уменьшают воспалительный процесс слизистой, обеспечивают быструю эвакуацию разжиженной мокроты.

Лук характеризуется выраженным противомикробным действием. Флавоноиды и органические кислоты в составе луковиц очищают дыхательные пути от вирусов, бактерий, подавляют их рост и размножение, препятствуют проникновению в нижние отделы органов дыхания.

**Кожные.** Эффективен лук при кожных заболеваниях. Его используют для лечения мозолей, бородавок, акне, лишая, грибковых поражений кожи, экземы. Овощ оказывает разностороннее действие - обезболивает, антисептическое, успокаивающее, сосудорасширяющее, усиливает иммунитет, препятствует размножению возбудителей инфекций.

При угревой сыпи лук регулирует секрецию кожного сала, снимает воспалительный процесс, ускоряет заживление рубцов.

## Способы применения

Для медицинских целей используют все части растения - луковицы и шелуху. В зависимости от типа заболевания и причин его возникновения лук употребляют в пищу или перерабатывают на сок, готовят отвар, настой. Из луковой кашицы делают компрессы, примочки, ингаляции.

**Свежий репчатый.** Свежий репчатый лук употребляют в пищу как витаминное средство для защиты от гриппа, простуд, мочеполовых инфекций. Благодаря низкой калорийности и высокому содержанию клетчатки лук используют для похудения.

Луковый суп не только поможет избавиться от ненужных килограммов, но и приведет в норму обмен веществ, улучшит пищеварение, очистит кишечник от шлаков и токсинов, понизит уровень сахара, выведет лишнюю жидкость.

**Свежий репчатый лук в комбинации с медом - проверенное и эффективное средство от кашля. Рецепт приготовления:**

1. 400 г лука пропустить через мясорубку или измельчить в блендере до кашицеобразного состояния.
2. Луковую смесь переложить в металлическую емкость, добавить 400 г сахара, 50 г меда. Все ингредиенты перемешать, залить 1 л воды.
3. Довести до кипения. Варить на медленном огне в течение 2,5-3 часов. Остудить.
4. Лекарство принимать внутрь. Дозировка для взрослых - 2-3 ст. л. трижды в день. Курс лечения 5-7 дней. Средство хранить в холодильнике в герметичной посуде.

**Луковый сок.** Переработка луковицы в сок позволяет сохранить его целебные свойства.

**Существует несколько способов, как приготовить луковый сок:**

- очищенные от кожуры луковицы измельчить в блендере, переложить в марлю, сложенную в несколько слоев. Отжать сок;
- лук натереть на терке. Луковую кашицу выложить в дуршлаг, протереть ложкой, пока весь сок не стечет;
- очищенный от кожуры и нарезанный дольками лук поместить в контейнер соковыжималки, включить устройство. В процессе отжима сок автоматически стечет в стакан, а твердый остаток попадет в отдельный контейнер.

Луковым соком рекомендуют смазывать герпес несколько раз в день до полного исчезновения симптомов. С целью профилактики герпетической инфекции сок принимают внутрь по 2 ст. л. три раза в день через час после еды. Курс длится семь дней с периодичностью раз в три месяца.

**Кашица.** Чтобы получить луковую кашу, очищенный лук измельчают с помощью блендера или терки, отделяют сок от твердой части через сложенную в несколько слоев марлю, сито.

Такую кашу используют в качестве ингаляций при простудах, тонзиллите, фарингите.

### ИНСТРУКЦИЯ:

Измельченный лук переложить в чистую сухую емкость.

Голову накрыть полотенцем, вдыхать летучие вещества, выделяемые луком, в течение 5-10 минут. Дыхание должно быть ровным. После глубокого вдоха задержать дыхание на 1-2 секунды, после сделать максимальный выдох.

Процедуру повторять утром и вечером до полного выздоровления, но не более 7-10 дней подряд, если иное не оговорено врачом.

Кашицу из свежего лука прикладывают к геморроидальным узлам, ранам, порезам, нарывам, абсцессам, фурункулам.

**Отвар/настой.** Водный настой или спиртовую настойку на луке применяют в качестве противогельминтного средства.

Как приготовить водный настой:

- луковицу среднего размера очистить от кожуры, мелко нарезать, залить 250 мл теплой кипяченой воды;

- оставить на ночь под закрытой крышкой в темном прохладном месте. Утром процедить.

Взрослым принимать дважды в день (утром натощак и вечером) по 100-125 мл на протяжении 3-4 дней.

### Рецепт спиртовой настойки:

Стеклянную емкость наполовину заполнить измельченным свежим репчатым луком.

Залить водкой или спиртом. Закрывать крышкой. Настаивать в тепле 10 дней, избегая прямого попадания солнечных лучей.

Процеженную настойку принимать по 1-2 ст. л. с периодичностью два раза в день за полчаса до еды.

Спиртовой настой полезен людям, страдающим мочекаменной болезнью, так как обладает мочегонным и обезболивающим свойствами. Также он способствует восстановлению функции печени, снимает симптомы заболеваний десен и окружающих зуб тканей (при пародонтите, стоматите).

Настой из луковой шелухи уменьшает частоту и интенсивность кашля. Для этого шелуху 10 луковиц промывают, складывают в кастрюлю и варят на медленном огне с закрытой крышкой около часа. В процеженный отвар добавляют немного меда. Принимают трижды в день по половине стакана за полчаса до еды.

**Компрессы.** Луковый компресс используют в комплексном лечении остеохондроза, радикулита, ревматизма, артрита и артроза различного происхождения. В таких случаях лук уменьшает выраженность боли, устраняет воспалительный процесс, снимает отек, увеличивает объем движений в пораженном суставе.

### Как сделать компресс:

С помощью блендера (терки) измельчить лук и черную редьку. Смешать в равных пропорциях, перемешать.

Смесь переложить в марлю, сложенную в несколько слоев, приложить к больному месту.

Сверху выстелить вощеную бумагу или полиэтилен.

Компресс несколькими оборотами бинта зафиксировать к телу, укутать теплым шарфом. Держать до появления ощущения сильного жжения.

Затем снять, протереть кожу влажным полотенцем. На сухую кожу нанести обезболивающую, противовоспалительную, согревающую мазь или любой другой препарат, назначенный врачом.

Запеченный и вареный лук. Печеный лук хорошо зарекомендовал себя для лечения геморроя и ран на коже:

- луковицу разрезать пополам, положить срезом вниз на противень, застеленный фольгой, выпекать в разогретой духовке 30-40 минут при температуре 180-200°C до золотисто-коричневого цвета;

- теплые листья лука прикладывать к месту поражения и заменять новыми по мере остывания.

Сроки лечения согласуют лично с врачом, так как результат зависит от стадии заболевания, особенностей организма, его реакции на проводимое лечение.

Из вареного лука готовят средство для лечения запоров, облегчения тяжести симптомов заболеваний ЖКТ эрозивно-язвенного характера.



# 10 главных продуктов марта

Дни становятся длиннее, и, хотя о наступлении весны напоминает пока только календарь, солнце вот-вот начнёт не только светить, но и греть. Самое время проснуться от спячки и пополнить запасы витаминов, энергии и радости, истраченные долгой зимой. Мы составили список сезонных продуктов, которые в наступающем марте помогут обрести бодрость и весеннее настроение.

до сильных заморозков. Молодые листья на вкус напоминают что-то среднее между шпинатом и свёклой и хороши в салатах - например, с фетой и оливковым маслом. Листовую свёклу можно тушить и подавать как гарнир или отдельное блюдо, добавлять в омлеты и начинку для киша, использовать для заправки супа вместо капусты; из крупных листьев мангольда можно сделать голубцы.

тах, пасте и запеканках. Из спаржи получается отличный гарнир к рыбе или курице - нужно просто сварить её или запечь на гриле. Можно подать спаржу и как самостоятельное блюдо: сварить и приправить голландским соусом (или просто сливочным маслом) или запечь, завернув предварительно в тоненькие ломтики прошутто.

Отличная привычка - заменять свежим листовым салатом углеводные гарниры, а возможность смешивать разные сорта листьев и менять заправку помогает разнообразить рацион.

Из свежей рукколы, пармезана и кедровых орешков можно самостоятельно приготовить песто - нужен только мощный блендер. Кочанные салаты отлично получаются на гриле; для этого нужно разрезать кочан вдоль на две половинки и полить оливковым маслом - в Италии так готовят краснокочанный салат как гарнир к рыбе.

превращаются в салат, а более жёсткие можно приготовить на сковороде, чуть припустив с маслом. Как только они уменьшатся в объёме - шпинат готов. Он подходит в качестве гарнира к мясу или рыбе, им можно заправить суп, добавить в тушёное мясо, смешать с рикоттой и превратить в начинку для домашних raviолей или просто выложить в пасту.



## Лук-порей

В Россию этот овощ пришёл из средиземноморских стран и быстро набрал популярность. По сравнению с репчатым луком, вкус у порея мягче и интереснее, запах менее выражен, а вот полезных веществ почти столько же: в его составе есть витамины С, В1 и В2, магний, калий и фосфор. Ещё в бело-зелёных луковых стеблях содержится довольно много каротина - природного антиоксиданта.

Лук-порей - холодостойкое растение, и молодая зелень появляется уже в начале апреля. Листья у порея жёстче, чем перья зелёного лука, поэтому обычно его не едят сырым, а готовят - и сделать это можно миллионом разных способов. Мягкий на вкус лук украсит омлет (скажем, эльзасский - с припущенным на сливочном масле пореем и ветчиной), самые разные супы (в том числе овощной, куриный или луковый), а ещё можно испечь киш на его основе.



## Апельсины

О пользе цитрусовых все знают с детства, и не стоит забывать о них во взрослом возрасте. Апельсин не фрукт, а целая аптека: витамины А, группы В, С и Е, калий, фосфор, кальций, магний, железо, цинк и много что ещё. Он насыщает организм полезными веществами и улучшает настроение, что особенно ценно ранней весной, когда других свежих фруктов и овощей ещё мало.

Свежие апельсины не обязательно есть просто так - можно сделать салат с йогуртом и апельсиновым соком, использовать очищенные апельсиновые дольки как добавку к зелёным листовым салатам или украсить ими утреннюю овсянку. При желании можно приготовить и что-то посерьёзнее: душистый апельсиновый пирог с корицей, утку с апельсинами или традиционный английский мармелад - жидкий джем, где фрукты сварены вместе со шкуркой.



## Квашеная капуста

В противовес дорогостоящей спарже - отечественный и доступный суперфуд. Полезнее всего квашеная капуста без термической обработки - в виде салата с растительным маслом. В этом случае мы получаем максимум содержащихся в капусте витаминов В, К и С, а ещё полезные молочнокислые бактерии. В капусте очень много клетчатки - это важно для здоровья кишечника.

Квашеную капусту можно купить или сделать самостоятельно - в таком случае можно разнообразить рецепт, добавив яблоки, клюкву, бруснику и свёклу или, например, красный перец и чеснок. Можно посолить капусту по-кавказски, с целыми стручками фасоли и перцем, или по-немецки - без морковки, но зато с корицей, гвоздикой и можжевелником.

Получившийся продукт приятно есть в чистом виде и легко использовать в готовке: россияне варят из капусты щи, поляки фаршируют ею вареники и тушат с белыми грибами, а немцы готовят отличное согревающее блюдо под названием сауэркраут, где вместе с капустой в белом вине тушатся грудинка, сосиски и большой кусок мяса.



## Ягнятина

Если баранина доступна круглый год, то свежая ягнятина - продукт сезонный. Сезон наступает в апреле, а самым деликатесным считается мясо молочного ягнёнка - в России таким считается ягнёнок моложе трёх месяцев. По сравнению с бараниной ягнятина существенно мягче, в ней меньше жира, слабее характерный запах, она быстрее готовится и лучше усваивается, обладая при этом всеми достоинствами мяса: большим количеством белка, микроэлементов и витаминов.

Вкус у ягнятины мягче, чем у баранины, поэтому многие повара предпочитают подавать её в чистом виде - просто поджарив стейки на гриле или запекая кусок ягнятины целиком. При этом есть море различных рецептов с ягнятиной, от вкуснейших блюд грузинской кухни вроде чакапули до азиатских вариантов, где ягнятина готовится с соевым соусом и кунжутом.



## Пророщенные семена

Пшеница, рожь, ячмень, фасоль или соя - это продукты, которые можно есть в виде пророщенных семян, чаще называемых «проростками». Может показаться, что это еда на любителя, но такие семена помогают разнообразить рацион и сделать его полезнее за счёт витаминов и железа. К сожалению, готовые пророщенные семена довольно дорого обходятся и совсем недолго хранятся - но можно вспомнить уроки биологии и прорастить их самостоятельно.

Готовые ростки добавляют в салаты из свежих овощей, смузи и овсянку; другой вариант - прорастить сою и готовить с нею блюда азиатской кухни. Соевые ростки нужны для изготовления правильного удоны с курицей, их хорошо добавлять в самом конце жарки в овощной и мясной стир-фрай или заправлять ими фунчозу или тайский пад тай - соя придаёт лапше приятный ореховый привкус.



## Мангольд

Ещё одно раннее и холодостойкое растение, легко выдерживающее все причуды переменчивой весенней погоды. Крупные листья мангольда, тёмно-зелёные с вишнёво-красными черенками, радуют глаз и приносят пользу: в листовой свёкле много витамина С, витамина К, необходимого для свёртывания крови, кальция, способствующего укреплению костей, и железа, обеспечивающего нормальный уровень гемоглобина в крови.

В отличие от обычной свеклы, мангольд - овощ ранний, его зелень появляется в апреле и сохраняется



## Спаржа

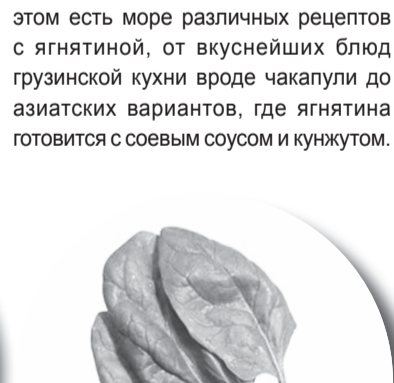
Спаржа сейчас доступна круглый год, но по-настоящему хороша она только весной - лишней повод порадоваться смене времён года. Этот ранний овощ тоже наполнен витаминами группы В, в том числе фолиевой кислотой, витаминами С и К, а также массой микроэлементов. У спаржи ещё и очень низкая калорийность, а её единственным недостатком можно считать довольно высокую цену.

Приготовить её можно самыми разными способами: спаржа хороша в зелёных салатах с оливковым маслом, в сливочных супах-пюре (с картошкой или сама по себе), омле-



## Руккола и другие салаты

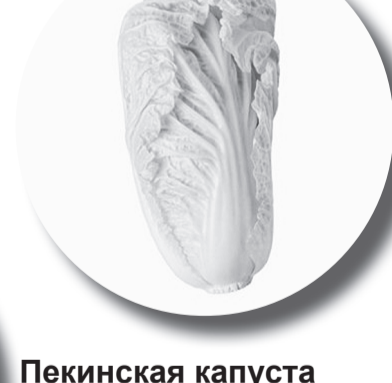
Листовых салатов не один десяток, и все они хороши по-своему - и горьковатая руккола, и освежающий кресс, и душистый лолло-россо, и хрустящий айсберг. Они доступны и полны витаминов и клетчатки круглый год, но лучший вкус приобретают весной. Чаще всего салатные листья едят, собственно, в салатах - дополнить их можно почти чем угодно, от свежих ягод до тунца.



## Шпинат

Ещё один незаменимый в европейской кухне весенний овощ. Шпинат очень ранний и становится вкусным уже к началу марта, он хорош своей способностью подстраиваться почти под любое блюдо, а ещё это, пожалуй, один из самых полезных продуктов в принципе. Он богат витаминами А, Е, С и К, каротином, фолиевой кислотой, железом и другими микроэлементами.

Молодые листья шпината отлично



## Пекинская капуста

Этот овощ часто называют «китайским салатом», но это не совсем корректно: перед нами именно капуста, хоть и странной формы. Капустными свойствами она наделена сполна и содержит не только много витаминов, но и железо и клетчатку.

Тоненькие хрустящие листья пекинской капусты действительно похожи на салатные, поэтому и используют их похожим образом. Лучше всего они выглядят в салате - даже самом обыкновенном, с огурцами и помидорами. Шире всего пекинская капуста используется в азиатской кухне: нарезанные листья добавляют в удон с курицей или креветками, заправляют ими тайский вариант карри, лапшу и жареный рис, а корейцы превращают её в кимчи.



# Мошенник-парикмахер обманывал своих клиентов

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Смирныховский» окончено расследование уголовного дела в отношении 44-летнего жителя села Победино, обвиняемого в серии мошенничествах.

Установлено, что фигурант предлагал своим знакомым приобрести через него автомобильные запчасти и транспортные средства. Гражданин брал предоплату, но взятые на себя обязательства исполнять не планировал. Ранее мужчина работал парикмахером в районном центре. Через некоторое время сам связывался со своими бывшими клиентами и предлагал им совершить выгодную покупку. Потерпевшие верили в хорошую сделку, поскольку знали обвиняемого лично. Однако, когда деньги поступали ему на счет, он сначала оттягивал день доставки под различными предлогами, а затем и вовсе переставал выходить на связь.

Так, в апреле минувшего года фигурант связался в социальной сети с одним из потерпевших и сообщил, что сейчас находится в Южно-Сахалинске и на одной из авторазборок есть турбина на автомобиль всего за 4 тысячи рублей. О том, что данная деталь требуется заявителю злоумышленник знал,



поскольку тот сам ему об этом ранее рассказал при случайной встрече. Когда потерпевший согласился, фигурант обрадовал его новостью о том, что может купить весь двигатель всего за 5 тысяч рублей. Затем попросил перевести ему еще 1 000 рублей на топливо. Мужчина перевел деньги, но товара так и не дождался.

Под предлогом продажи запчастей фигурант похитил денежные средства путем обмана еще у двух своих бывших клиентов. Только в этих случаях якобы его знакомые продавали комплектующие потому, что имели

автомобиль аналогичной марки, что и у потерпевших, а также автомобили-доноры. Общая сумма ущерба составила 27 тысяч рублей.

В мае минувшего года обвиняемый позвонил 17-летнему местному жителю, который постоянно у него стригся, и предложил ему приобрести мотоцикл за 5 тысяч рублей. Когда юноша согласился, фигурант сказал, что сам мотоцикл находится сейчас в Поронайском районе, поэтому требуется еще 200 рублей на его заправку. Когда же потерпевший перевел оплату за товар, потребовалось

еще 1700 рублей за его транспортировку уже на автомобиле, а потом еще 500 рублей на бензин. Молодой человек переводил деньги, но заветный мотоцикл так и не получил, поскольку его и не существовало вовсе.

Спустя неделю фигурант позвонил еще одному своему клиенту, которому предложил приобрести иномарку за 300 тысяч рублей. Якобы его знакомый из другого района Сахалинской области срочно продает машину – нужны деньги для лечения супруги. Когда заявитель заинтересовался данным предложением, злоумышленник для достоверности прислал ему несколько фотографий транспортного средства. Войдя в доверие окончательно, обвиняемый сначала просил перевести ему деньги на оформление страховки, транспортного налога, топлива, а затем заявил о предоплате. В общей сумме потерпевший перевел ему 77 500 рублей. Сначала фигурант сообщил, что уже забрал автомобиль и пригонит его в Смирных. Потом сообщил, что с машиной произошла техническая неполадка, а затем и вовсе перестал отвечать на звонки.

Следствием собраны исчерпывающие доказательства совершения фигурантом 5 преступлений. Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Под суд за найденный телефон

Следственным отделом по городскому округу «Охинский» окончено расследование уголовного дела в отношении 44-летней местной жительницы, обвиняемой в краже.

Установлено, что в июне 2021 года обвиняемая пришла в один из местных магазинов, чтобы приобрести верхнюю одежду. Выбрав несколько моделей, она зашла в примерочную, где обнаружила на полке мобильный телефон. Как впоследствии выяснилось, его забыла предыдущий покупатель.

Вместо того чтобы сообщить о находке администратору или продавцам, злоумышленница забрала его себе, после чего отдала вещи и покинула торговый зал. Чужой аппарат гражданка решила оставить для личного пользования.

Придя домой, женщина сразу выбросила сим-карту владельца и отключила телефон, а через некоторое время начала пользоваться им как своим, до того момента, пока не была установлена сотрудниками полиции.

Стоимость ущерба составила более 12 тысяч рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Сахалинец не закрыл двери и лишился имущества

Следственным отделом ОМВД России по городскому округу «Долинский» завершено расследование уголовного дела в отношении 41-летнего жителя села Стародубское. Мужчина обвиняется в совершении кражи

с причинением значительного ущерба гражданину с незаконным проникновением в жилище. Установлено, что 15 декабря 2021 года фигурант, находясь в состоянии алкогольного опьянения на лестничной площадке, дернул ручку одной из входных дверей и обнаружил, что она не заперта. Хозяин квартиры в это время пошел в соседний дом, а дверь оставил незапертой. Фигурант проник в квартиру, откуда вынес плазменный телевизор стоимостью 10 000 рублей. Впоследствии он продал его односельчанину за 400 рублей.

Уголовное дело будет рассмотрено в суде.

## Островитяне инвестируют в мошенников

19 февраля в дежурную часть ОМВД России по городскому округу «Долинский» поступило заявление от 45-летней местной жительницы. У гражданки путем обмана неизвестные похитили 1 156 000 рублей.

Установлено, что 11 февраля ей поступил звонок от женщины, которая предложила внести денежные средства в качестве инвестиций с целью увеличения дохода на 20%. Заявительница заинтересовалась и зарегистрировалась на платформе, где через приложение осуществила несколько денежных переводов на абонентский номер.

В УМВД России по городу Южно-Сахалинску обратилась 22-летняя жительница областного центра. Установлено, что заявительница в социальной сети увидела объявление с рекламой по инвестированию денежных средств. Списавшись с неизвестной, потерпевшей скинули ссылку на сайт, где она перевела первый взнос для начала инвестирования в общей сумме 10 551 рубль.

В ОМВД России по Макаровскому

городскому округу поступило заявление от 18-летней местной жительницы. Установлено, что 1 февраля заявительница в социальной сети разместила объявление о желании приобрести диван или кровать в пределах 10 тысяч рублей и оставила свой номер телефона. С ней связались неизвестные и сообщили, что отдадут диван бесплатно, но они находятся в Аниве. Так как ей не на чем было перевести диван, заявительница сказала об этом. Позже ей скинули номер грузчика. Связавшись с ним, девушка договорилась о доставке и перевела 3 000 рублей на банковскую карту. Через некоторое время грузчик перезвонил и сообщил, что диван не помещается в его автомобиль и нужна машина побольше, поэтому надо доплатить еще 2 000 рублей. После позвонил владелец дивана и сообщил, что грузчик отказывается везти диван в Макаров за такие деньги, и заявительница перевела ещё 1500 рублей. Через некоторое время мужчина, выдававший себя за грузчика, сообщил, что у него сломался автомобиль и он приехал обратно. Затем злоумышленники перестали выходить на связь.

В ОМВД России по Холмскому городскому округу поступило заявление от 53-летней гражданки. У неё путем обмана с кредитной карты похищено 280 тысяч рублей.

8 февраля заявительница в социальной сети увидела информацию об инвестиционной платформе и зарегистрировалась там. Спустя некоторое время с ней связались представители и сообщили о том, что надо инвестировать в платформу 150 долларов. В период общения с данными людьми со счетов потерпевшей через онлайн-приложение было списано 280 тысяч рублей.

По всем фактам возбуждены уголовные дела. Ведется следствие.

Материалы подготовлены пресс-службой УМВД России по Сахалинской области.

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

**АРТ-ГРАНИТ**  
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК  
 Гранит - от 14 500 руб.  
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.  
 • Рассрочка платежа  
 • Гарантия  
 • Бесплатное хранение  
 Полный комплекс услуг: столики - лавочки - вазы - облицовочная гранитная плитка. Художественные работы ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ - фото на керамике. Благоустройство захоронений.  
**Тел. 500-639**  
 Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.  
 Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.  
 • Бетонирование • Отсыпка • Плитка гранит и керамогранит  
 • Ограды гранитные • Комплексы любой сложности

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

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

**СТЕЛЛА**  
 Полный комплекс по обустройству захоронений (под ключ):  
 + памятники + укладка  
 + оградки гранитной плиткой  
 + столы + бетонирование  
 + лавки + худ. работы и т. д.  
 + вазы  
 • Хранение, выезд консультанта – бесплатно  
 • Беспроцентная рассрочка • Гибкая система скидок  
**306-326, 306-304**  
 г. Южно-Сахалинск, пр. Мира, 182 (пер. Мира - Победы); г. Анива, ул. Пудова, 42

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





# Просто вкусно!

## Блюда на каждый день

### Куриные бёдра с рисом, лимоном и пряными травами

**Ингредиенты:** куриные бёдра - 450-500 г, рис - 180 г, морковь - 150 г, лук репчатый - 100 г, лук зелёный - 10 г, чеснок - 2 зубчика, тимьян сушёный - 0,5 ст. л., розмарин сушёный - 0,5 ч. л., лимон (цедра) - 1 ч. л., лимонный сок - 1 ст. л., перец чёрный молотый - 0,5 ч. л., паприка сладкая - 1 ч. л., соль - по вкусу, масло растительное - 2 ст. л., 400 мл горячей воды.

**Приготовление:** обжарить курицу на среднем огне по 5-7 минут с каждой стороны. В процессе готовки посыпать бёдра паприкой и солью (2 щепотки) с двух сторон. Затем обжаренное мясо птицы переложить в тарелку и на время убрать в сторонку. Лук очистить и нарезать мелкими кубиками. Очищенную морковь нарезать брусочками или полукружиями. В освободившуюся сковороду выложить лук и морковь. Обжарить 4 минуты, помешивая. Чеснок очистить и нарезать небольшими кубиками. Зелёный лук мелко нарезать. С помощью мелкой тёрки снять с



лимона жёлтую часть кожуры. Зелёный лук, тимьян, розмарин, молотый перец, соль, цедру лимона и чеснок отправить в сковороду. Туда же отжать лимонный сок. Всё перемешать и прогреть 1 минуту. Затем всыпать рис. Обжарить рис с овощами 1,5-2 минуты, помешивая.

Куриные бёдра выложить поверх риса с овощами. Влить в сковороду горячую воду (400 мл), прикрыть крышкой. Довести до кипения на сильном огне, а потом готовить на маленьком огне 30-35 минут, до впитывания воды и готовности курицы и риса.

Партнер



рубрики

### БАЛОВЕНЬ СУПЕРМАРКЕТ

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

#### ЦЕНА ВОПРОСА

**470 рублей.**

Куриные бёдра – 230 руб.

Рис – 25 руб.

Морковь – 15 руб.

Лук репчатый – 20 руб.

Лимон – 60 руб.

Приправы – 65 руб.

Лук зелёный – 55 руб.

Растительное масло и соль – из домашних запасов.

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получит обязательный сертификат

### Креветки в хрустящей сырной корочке

**Ингредиенты:** креветки замороженные крупные - 300 г, яйцо - 1 шт., сыр пармезан (можно любой другой сыр твёрдых сортов) - 50 г, мука кукурузная - 3 ст. л., чеснок - 1 крупный зубок, лимон - 1/4 шт., укроп - 2-3 веточки, смесь перцев, соль.

**Приготовление:** с креветок снимите все сегменты панциря вместе с головой. Хвостики желателно оставить. Со спинки креветок удалите кишечные вены.

Для маринада выжмите сок лимона, измельчите зубчик чеснока, порубите укроп, добавьте молотый перец. Всё смешайте, не забыв посолить.

В соус погрузите креветки. Оставьте мариноваться примерно на 30 минут, периодически перемешивая.

Пока маринуются креветки, приготовьте кляр и панировку. Для кляра умеренно взбейте яйцо, присолите его. Для панировки смешайте кукурузную муку и натёртый мелко пармезан.

Когда креветки достаточно замариновались, по



одной доставайте их из соуса, окунайте в кляр. Затем обваливайте в панировке со всех сторон.

Выкладывайте на раскалённое растительное масло и обжаривайте с двух сторон до румяной корочки. Масла в сотейнике должно быть столько, чтобы оно доставало до середины креветок. Поджаренные креветки выкладывайте на бумажное полотенце, чтобы избавиться от лишнего жира.

### Котлеты «Геркулес»

**Ингредиенты:** фарш мясной - 500 г, молоко - 100-150 мл, овсяные хлопья - 50-70 г, лук репчатый - 1 шт., соль - по вкусу, перец чёрный молотый - 1 щеп., зелень - 5-10 г, панировочные сухари или мука - 50 г.

**Приготовление:** в фарш влить молоко. Натереть на крупной терке очищенный репчатый лук. Всыпать овсяные хлопья, добавить соль, зелень, специи по вкусу. Тщательно перемешать, накрыть пищевой пленкой и отправить в холодильник.

Через час достать фарш из холодильника. Сформовать небольшие котлетки. Запанировать их в сухарях или муке.

Раскалить на сковороде растительное масло. Опустить в него котлеты.

Обжарить котлеты из фарша с геркулесом с двух сторон до золотистой корочки. Влить 50 мл кипятка, накрыть крышкой и протушить до



испарения жидкости.

Подавать котлеты из фарша с геркулесом лучше с пылу с жару. Приятного аппетита!

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

## Тема следующего номера - блюда на каждый день

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



**БУДНИ**  
07.00 - 11.00 Обла-бла-стное шоу  
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00  
**Новости**  
07.20, 07.40, 08.20, 08.40, 09.20, 09.40, 10.20, 10.40, 11.20, 11.40, 12.20, 12.40, 13.20, 13.40, 14.20, 14.40, 15.20, 15.40, 16.20, 16.40, 17.20, 17.40, 18.20, 18.40, 19.20, 19.40, 20.20, 20.40, 21.20, 21.40, 22.20, 22.40, 23.20, 23.40, 00.20  
**Прогноз погоды**  
07.10, 08.10, 09.10, 10.10  
**Гороскоп**  
07.15, 09.25 ЭкстраТрек  
07.30, 17.15 ИнтерШум  
07.50 Игра «Вот так факт»

08.35, 14.35 На старте  
09.30 Афиша  
09.45, 14.50, 18.50  
Информационный выпуск о транспортной обстановке  
10.30 О май гаджет  
10.50 Игра «Финалити»  
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости  
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор  
12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 18.43, 19.43 (пн), 12.43, 14.43, 15.43, 17.43, 18.43, 19.43 (сб), 12.43, (вт, ср, пт), 12.43, 14.43, 15.43, 16.43, 17.43, 19.43, 21.43 (чт)  
Легенда на Радио АСТВ  
13.00-14.00 Открытая студия  
16.00 - 17.00 (ср) Наша музыка  
16.40 (пт) МЭТР

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

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



Если в биатлоне штрафной круг 150 метров заменить на штрафную стопку 150 м, то смотреть станет значительно интереснее. \*\*\*

У компьютера есть две основные причины глюков и сбоев:

- его давно не чистили,
- его недавно почистили.

\*\*\*

- Слышали новость: власти Таиланда объявили об изменении официального названия столицы с Бангкока на Круг-Тхеп-Маха-Накхон? Как вы думаете, почему?

- Вероятно, для удобства иностранных туристов. \*\*\*

Всё чаще стали попадаться девушки, несущие кейс с шуруповёртом или перфоратором. Эмансипация? Нет. Приближается 23 февраля. \*\*\*

Если судить по нынешней Олимпиаде, ковид настолько изменил сознание, что люди стали разбираться в керлинге. \*\*\*

Есть два типа людей. Первый: помню, как мне было тяжело в такой ситуации, давай я тебе помогу! И второй: я мучился, теперь и ты помучайся!

## ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16

