В НОМЕРЕ Как уберечь свой дом от огня / 4–5

16+

Общественно-политическая газета Сахалинской области • № 61 (6124) • Четверг 2 июня 2022 года • Издается с 21 декабря 1991 года • Все новости области на сайте www.sakh.online

ГУБЕРНСКИЕ ВЕДОМОСТИ

ЗОЛОТОЙ ФОНД ПРЕССЫ 2022

Наше лучшее творенье

1 июня отмечается Международный день защиты детей. Обнимите своего ребёнка и скажите, как сильно вы его любите

ФОТО НАДЕЖДЫ ПОЗДНЯКОВОЙ

ВАША РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ И НА САЙТЕ. ТЕЛЕФОН (4242) 42-46-08, ФАКС (4242) 42-45-80. E-MAIL: REKLAMA@SAKH.ONLINE

Реклама

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

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

ДИАГНОСТИКА И ЛЕЧЕНИЕ ГЛАЗНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

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

тел. 290-440, 266-220

Лицензия на осуществление медицинской деятельности № ЛО-65-01-001-257 выдана терр. органом Росздравнадзора по Сахалинской области.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Реклама

СЗС САХАЛИН ЗАПЧАСТЬСЕРВИС

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР КАМАЗ, HINO, ISUZU

693012, г. Южно-Сахалинск, ул. Шлакоблочная, 37, тел. (4242) 28-33-00

kamaz-sakhalin.ru
hino-sakhalin.ru
isuzu-sakhalin.ru

- АВТОМОБИЛИ И СПЕЦТЕХНИКА В НАЛИЧИИ И ПОД ЗАКАЗ
- ГАРАНТИЙНОЕ И СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
- ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЗАПЧАСТИ
- МАСЛА TOTAL

ПРОДАЖА АВТОМОБИЛЕЙ (4242) 28-33-00
ПРОДАЖА ЗАПЧАСТЕЙ (4242) 77-71-80
ГАРАНТИЯ И СЕРВИС (4242) 27-60-20

Будь в курсе

Сахалинская область вошла в топ-5 рейтинга регионов РФ по благосостоянию семей

Первое место занял Ямало-Ненецкий автономный округ, второе и третье — Москва и Санкт-Петербург. Наш регион обосновался на четвёртой строчке списка.

Это лучший показатель среди субъектов ДФО. Так, в среднестатистической сахалинской семье с двумя детьми остаётся чуть более 76 тысяч рублей, а с одним ребёнком — чуть более 90 тысяч рублей после минимальных расходов в месяц. Рейтинг рассчитывался по возможному остатку денег у семьи с двумя работающими родителями со средней зарплатой в регионе на основании данных Росстата.

В тему

Сахалинская область поднялась в рейтинге экономического потенциала регионов РФ, который составил Фонд развития гражданского общества.

Синоптики предрекли сахалинцам прохладное и дождливое лето

По данным метеорологов более-менее тёплым будет июль. Июнь и август жарой не порадуют.

Лето на Сахалине будет влажным. В середине сезона ожидается относительное тепло, в остальное же время температура не будет дотягивать до средней нормы последних лет. Согласно данным Гидрометцентра России, в июне и августе на Сахалине предполагается избыток осадков. Погреться островитянам удастся лишь в июле. Приморье, Хабаровский край и Камчатку тоже ждёт прохладное лето.

57 автомобилей купят для сахалинских медучреждений в этом году

Машины поставят в ФАПы и поликлиники в рамках программы модернизации первичного звена здравоохранения. Общая сумма затрат составит 92 миллиона рублей.

Транспорт дополнит имеющиеся медицинские автопарки и заменит вышедшие из строя машины. После поступления технику распределят по учреждениям в зависимости от потребности. Обновление автопарка островных медицинских объектов в рамках программы модернизации происходит ежегодно. В прошлом году они получили 94 машины «УАЗ-396295» и «УАЗ-Патриот». С получением новых авто совершать дежурные объезды стало проще, а доставлять пациентов, врачей, и лекарственные препараты — быстрее.

В островном регионе появятся новые поликлиники

Андрей Левченко
lenta@sakh.online

В трёх муниципалитетах планируют построить четыре учреждения с привлечением частных средств.

Об этом губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко рассказал волонтёрам проекта «Забота. Защита. Уважение». Встреча с общественностью состоялась в Холмске.

— В июле мы планируем заключить концессионное соглашение о строительстве поликлиник. Возведение современных объектов здравоохранения должно начаться уже в следующем году. Две поликлиники появятся в островной столице, по одной — в Углегорске и Холмске, — рассказал глава региона. Участники встречи сошлись во мнении, что это очень хорошая новость. Строительство такого объекта позволит снизить нагрузку на другие медицинские учреждения муниципального образования.

Решение вопросов здравоохранения традиционно стало одной из ключевых тем мероприятия. Особое внимание было уделено работе сервиса 1-300, качество которого областные власти продолжают улучшать. Важное нововведение — запись на приём к узкому специалисту, минуя терапевта. Такой возможностью могут воспользоваться пациенты, которые ранее уже обращались к врачу необходимого профиля.

Цифра

45

секунд. Обычно в этот временной промежуток отвечают позвонившему на 1-300 операторы кол-центра.

Руководство областного министерства здравоохранения рассказало, что среднее время ожидания на линии 1-300 сегодня составляет 5–7 секунд. Даже в пиковые часы людям обычно не приходится ждать дольше 45 секунд. При этом обращаться к специалистам кол-центра можно в любое время дня и ночи. Сахалинцам и курильчанам также доступна запись на приём к врачу через «Электронную регистратуру» и портал «Госуслуги».

На Сахалине строят дорог

Сквер общей площадью 30 тысяч квадратных метров обещает стать точкой притяжения для местных жителей и гостей островной столицы.
/ ФОТО ИВАНА КАШИРИНА

САМЫЕ ВАЖНЫЕ НОВОСТИ САХАЛИНА И КУРИЛ В НАШЕМ КАНАЛЕ TELEGRAM SAKHONLINE

ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ ИНТЕРЕСНОГО СОБЫТИЯ ИЛИ ФАКТА, НАПИШИТЕ НАМ В WHATSAPP +7-914-645-72-33

В Южно-Сахалинске проверили качество дорожного ремонта и ход строительства нового сквера

Михаил Берёзов
lenta@sakh.online

В начале недели представители власти и общественных организаций посетили объекты, строительство которых проходит в рамках национального проекта «Безопасные качественные дороги».

Работы развёрнуты на северо-западном объезде Южно-Сахалинска. Подрядная организация занимается устройством земляного полотна, дорожной одежды, строительством водопропускных труб и обустройством дороги.

— Применяются современные материалы и технологические решения, которые обеспечат высокий срок службы дорожного

К осени у жителей Горнозаводска будет питьевая вода

Иван Алексеев
lenta@sakh.online

К началу отопительного сезона в селе Невельского района завершат реконструкцию нового водозабора. Работы на объекте проводятся в рамках федерального проекта «Чистая вода».

Ранее на качество питьевой воды главе региона жаловались местные жители. Это один из самых острых вопросов для Горнозаводска. Проблема обостряется в период паводков и сильных осадков — действующий водозабор, построенный 60 лет назад, не справляется с нагрузкой.

Мощность строящейся станции предварительной очистки воды составляет 1670 кубометров воды в сутки. Этого будет достаточно для всего села.

Ход работ на объекте проконтролировали представители дирекции по реализации программ в сфере жилищно-коммунального хозяйства Сахалинской области. По данным главного специалиста дирекции Ильи Медведева, сейчас завершаются работы по возведению двухконтурного ограждения территории водозабора. Ведётся внутренняя планировка помещений в здании станции водоподготовки, где будут размещены пункт управления водозабором и лаборатория. Через несколько дней начнётся монтаж оборудования.

Сегодня на объекте установлены два резервуара, подземная насосная станция перекачки отстоянных промывных вод, водопроводные сети внутри территории водозабора. Возведены металлоконструкции всех запланированных зданий и подпорная стена берега реки. Смонтирована трансформаторная подстанция. Начато благоустройство территории. Работы завершены более чем наполовину. Ввод объекта планируется до начала отопительного сезона.

Кстати

За последние три года доступ к питьевой воде получили жители Александровска-Сахалинского, Холмска, сёл Слава Тымовского района и Воскресенское Анивского городского округа.

и и скверы

покрытия. Работы выполняются на участке длиной шесть километров. Полный комплекс работ будет завершён в этом году, — прокомментировал начальник отдела по управлению строительством и ремонтом автомобильных дорог ГКУ «Сахалинавтодор» Александр Петрунин.

Также специалисты и общественники посетили улицу Украинскую. Здесь ведётся капитальный ремонт на участке от Дорожной больницы до жилого дома № 139.

На объекте укладывают дорожное покрытие, обустраивают ливневую канализацию, сети водоснабжения, бытовую канализацию и другое.

По поручению президента РФ дополнительно островному региону выделено 500 миллионов рублей. Эти средства направили на продолжение реконструкции автомобильной дороги Невельск — Томари — аэропорт Шахтёрск. Также в этом году планируется начать капитальный ремонт участка автодороги Южно-Сахалинск — Синегорск от села Санаторного до путепровода с завершением строительства в 2023 году.

Новая визитка. Также на неделе губернатор островного региона Валерий Лимаренко проконтролировал обустройство сквера Авиаторов в Южно-Сахалинске. Новое общественное пространство появится в планировочном районе Хомутово. Сквер общей площадью 30 тысяч квадратных метров обещает стать точкой притяжения для местных жителей и гостей островной столицы. Здесь предусмотрят места отдыха, фотозону, современную систему освещения и новый постамент для самолёта АН-24. Сдать объект планируется этой осенью.

— Нужно сделать так, чтобы отдыхающим было здесь комфортно. Рядом со сквером должно работать кафе. На дороге следует предусмотреть пешеходные переходы — об этом необходимо думать уже сейчас. Сквер Авиаторов — первое, что будут видеть люди, прилетая на остров. Поэтому внимание к этому объекту соответствующее, — подчеркнул губернатор.

Сердцем сквера останется самолёт АН-24. Постамент под ним существенно преобразится — и конструктивно, и с точки зрения эстетики. Строители нарастят бетонное основание, облицуют гранитными плитами, частично укроют готовым газоном и смонтируют подсветку. Рядом с ним предусмотрят площадку, на которой можно будет сделать памятное фото на фоне воздушного судна.

В прошлом году сквер Авиаторов набрал наибольшее число голосов горожан по итогам голосования федерального проекта «Формирование комфортной городской среды». На его реализацию направлено более 83 миллионов рублей.

Цитата

Эдуард Ри, первый заместитель министра транспорта и руководитель нацпроекта «Безопасные качественные дороги» в Сахалинской области:

«Всего в 2022 году запланировано модернизировать более 20 километров автомобильных дорог. Из них около 19 километров в Южно-Сахалинске и пригороде».

Штрих

Тематику сквера Авиаторов продолжат клумбы, схематично представляющие острова Сахалинской области. Столбы освещения на них будут имитировать аэропорты региона.

Просто жизнь

Город для романтичных и любознательных обжор

Татьяна Лукина
lenta@sakh.online

Скорее всего, многие сахалинцы в этом году отказались от отпуска, а если и нет, то здорово скорректировали свои маршруты. В середине мая мне посчастливилось вырваться с острова, полтора часа лёту — и вот я в другом, приветливом и очень красивом городе.

Речь о столице ДВФО. Во Владивостоке я была и до этого. Но если вы, как и я, посещали город более четырёх лет назад, сейчас вы его не узнаете. Новые высотки, отремонтированные дороги, преобразившиеся набережные — город однозначно хорошеет с каждым годом.

Приятно удивила и погода. Обычно во Владивостоке она сырая и ветреная, но в этот раз всё сложилось как нельзя лучше. Солнца было столько, что я пожалела, что не запаслась кремом от загара.

Мы ездили на море, посетили кучу красивейших бухт и заливов, в том числе и на Русском. Я так поняла, местные жители добираются до этих мест на личном авто, а туристы — в составе организованных групп. Вам лайфхак — знайте, что до всех этих живописнейших мест можно легко добраться на обычном такси. Водичка в море прозрачная, пляжи чистые, людей совсем немного. К примеру, в знаменитой Стеклянной бухте люди были, а в какой-то сотне метров, в соседней бухте — ни души. Просто рай для социофобов.

> Улыбчивый толстячок, чьё изображение считается официальным портретом Беринга, к мореплавателю не имеет никакого отношения.

Во Владивостоке есть замечательный музей истории Дальнего Востока имени В. К. Арсеньева. Пару лет назад он был признан самым посещаемым музеем из региональных. Может быть, таковым он является и сейчас, учреждение добросовестно продолжает держать планку. Например, знали ли вы, что известного мореплавателя Беринга при жизни и много лет после кончины изображали совсем не так, как он выглядел на самом деле? Загуглите это имя, и с экрана гаджета на вас посмотрит улыбчивый толстячок. Так вот историки докопались, что это дядя того самого Витуса Беринга — придворный поэт и певец тогдашней власти. А настоящий Беринг выглядел, как и должен выглядеть настоящий морской волк — с волевыми чертами лица, сухой и суровый. Это удалось выяснить благодаря экспертизе, которым подвергли останки известного мореплавателя.

Если вы уважаете гастротуризм, Владивосток и здесь найдёт чем вас удивить. Чего стоит сеть грузинских ресторанов «Супра», где перед посетителями официанты устраивают настоящее шоу с национальными песнями и танцами. Ну и главная, пожалуй, гордость заведения — огромный, размером с два футбольных мяча чебурек. Воздушное облако надо сдувать руками, скатывать в рулетик и поедать, зажмурившись от неописуемого восторга.

Попали мы и на фестиваль мидий, куча заведений предлагали блюда из этих моллюсков по вполне привлекательным ценам. И навсегда в сердечке осталась изысканная эклерная «Вспышка». Рука с ложкой просто не поднималась ломать эту красоту.

Я всегда думала, что в сезон Южно-Сахалинск — цветущий город. Как же я ошибалась. В мае Владивосток просто утопает в цветах. Тут тебе и цветущие сакуры, и яблони. А в лесу пожарами горят дикие рододендроны. То есть для романтических путешествий этот город тоже годится.

Как защитить дом от «красно

Сотни сахалинцев ежегодно на пожарах теряют жильё и имущество, десятки — жизнь

Ирина Лукоянова
lenta@sakh.online

Нет такой недели, чтобы в СМИ не было сообщений о сгоревших квартирах или домах. / ФОТО АЛЕКСАНДРА СИДОРЕНКО

Как сводки с фронта

Нет такой недели, чтобы в СМИ не было сообщений о сгоревших квартирах и домах. Но в последнее время информация о пожарах стала появляться чаще.

Вот только некоторые происшествия за прошлый месяц: 7 мая в селе Мицулёвка Анивского района пожарные тушили сарай и стоящий рядом с ним одноэтажный шлакоблочный дом. В результате возгорания пострадал человек, его передали врачам скорой помощи. 19 мая в Южно-Сахалинске горел дом в СНТ «Оптовик» на площади 150 квадратных метров, а 23-го — частный дом в посёлке Тымовское.

Страшная трагедия произошла в селе Мгачи Александровск-Сахалинского района. 10 мая в квартире на улице Первомайской произошёл пожар. В огне погибли 34-летняя женщина и её двухлетний сын. Сиротами остались ещё двое детей сельчанки — дочь-школьница и сын-студент.

Даже если возгорание не приводит к гибели людей, на пожарах люди теряют жилище, годами нажитое имущество.

Почти год прошёл с того дня, когда у многодетной семьи из Корсакова сгорел дом. Муж, жена и трое детей сумели спастись, покинув горящее жилище в чём были. Сахалинцы откликнулись на их беду, помогли деньгами, одеждой, школьными принадлежностями. Власти предоставили временное жильё. По предварительной информации, дом сгорел из-за неисправной электропроводки. Строение не было застраховано, так что никаких выплат семья не получила.

— Восстановить дом не могут, денег у них нет, весь материнский капитал в него вложили. Оба работают на почте, поэтому свободных средств нет. Дочка школу закончила очень хорошо, её надо учить. Или учить, или дом восстанавливать, — рассказала о нерешённых проблемах погорельцев их родственница Елена Фефелова.

В страховку не верят. Мы поинтересовались у представителей страховых компаний, работающих на региональном рынке, пытаются ли сахалинцы минимизировать риски, застраховав своё жильё от пожаров. Страховщики в один голос заявили, что случаи оформления полисов — единичные.

— Из ста случаев — три процента это страхование жилья от пожаров. В основном, страхуют детей, которые поедут в лагеря, будут посещать школьные площадки, по ипотечным кредитам дом, квартиру, как это предусмотрено договором. Страхование от пожаров — крайне редко, — рассказали в одной из фирм. — Если бы это было установлено в систематическом порядке, как, например, ОСАГО, тогда страховали бы. У нас пока таких требований нет, — полагают в компании.

— Почему не хотят страховать жилье? По большей части владельцы квартир и домов не понимают, как работает страхование. Люди думают, что они заплатят, и на этом всё закончится, что это аттракцион невиданной щедрости, — рассказал представитель другой страховой фирмы.

> Почти год прошёл с того дня, когда у многодетной семьи из Корсакова сгорел дом. Муж, жена и трое детей сумели спастись, покинув горящее жилище в чём были.

По его словам, если есть полис, страховку обязательно выплатят. Конечно, в том случае, если дом или квартира сгорели

Что вы делаете, чтобы уберечься от пожара?

Вопрос о том, как избежать беды, мы задали сахалинцам при подготовке материала.

Марина Гаркуша, пенсионерка:

Пожар — зло, от которого трудно спастись, не всё от нас зависит. У меня квартира и дача. Понимаю, что в нашем доме может что-то загореться у соседей, могут похулиганить в подъезде подростки, и тогда мы сделать ничего, к сожалению, не сможем. Однако то, что в наших силах, мы обеспечим. У нас в семье считают, что главная профилактика от пожара в квартире, это исправно работающая электротехника: целые шнуры, проводка и розетки. За всем этим хозяйством следит муж, он понимает, как это всё устроено. И, к счастью, нас пока такая беда миновала. На даче печное отопление. Тут тоже зона ответственности хозяина. Он регулярно чистит трубу, ещё какие-то работы проводит. Пока тоже никаких эксцессов не было.

го петуха»

не в результате злонамеренных действий хозяев.

У сахалинцев свои аргументы против оформления полиса. Наталья Зеленова живёт в частном доме в одном из садовых некоммерческих товариществ Южно-Сахалинска, но страховать его не намерена.

— Мы хотели оформить страховку, всё-таки вложили в своё жильё приличные деньги, и очень не хотелось бы его потерять. Обращались в разные компании, рассматривали их предложения. Очень дорогое получается удовольствие. Но это ещё не главное препятствие. В тех договорах, что нам предлагали, мы не увидели гарантий того, что в случае пожара нам компенсируют ущерб. Всё обставлено множеством условий. А мне кажется, что это уловки, чтобы потом максимально затруднить получение страховых выплат, — рассказала она.

Тем не менее в семье Зеленовых решили другими методами максимально обезопасить свой дом от «красного петуха».

— На участке мы поставили бочку с водой, как и требуется по существующим нормативам. Мусор никогда не сжигаем, хлам с территории убираем. Купили огнетушитель. Многие наши соседи установили систему порошкового пожаротушения. Мы тоже думаем её приобрести. Поставили стабилизатор, чтобы уберечь бытовую технику от скачков напряжения в электросети. Но, конечно, никакой гарантии того, что пожар может прилететь от соседей у нас, увы, нет, — пояснила Наталья Зеленова.

Причины всегда одинаковы. По данным главного управления МЧС России по Сахалинской области, в этом году уже произошло 809 пожаров, из них в жилом фонде — 212. 15 человек погибли в огне и 26 травмированы, 42 — удалось спасти.

— По статистике, около 70 процентов всех пожаров происходят в жилых помещениях. Причины их возникновения почти всегда одинаковы. Самые типичные: неосторожное обращение с огнём, а также курение в неположенных местах в нетрезвом состоянии, нарушение правил устройства и эксплуатации электрооборудования и печей, неисправная электропроводка, — рассказал заместитель начальника управления надзорной деятельности и профилактической работы ГУ МЧС России по Сахалинской области Александр Олекса.

Для того чтобы не случились возгорания в многоквартирных домах, профилактическую работу проводят сотрудники управляющих компаний.

— У нас есть график проверки чердаков и подвалов. Весной и осенью наши сотрудники смотрят, и если там хлам, в случае необходимости вывозят его, — рассказал представитель управляющей компании ЖЭУ-9. — На всех чердаках и подвалах висят замки. За их сохранностью постоянно следят дворники и уборщицы. Если что-то нарушено, они сообщают в ЖЭУ. Есть и активные жильцы, которые нам в этом деле помогают. Все эти меры дали эффект, в этом году у нас пока серьёзных инцидентов не было.

Важно

При обнаружении пожара или признаков горения необходимо немедленно сообщить в пожарную охрану по телефону 01, с мобильного — 101. Единый номер вызова экстренных служб — 112.

Акцент

Дачные наделы сотрудники МЧС проверяют на захламлённость мусором. По правилам его быть не должно. За сбор и хранение рухляди на участке грозит штраф от одной до двух тысяч рублей.

САМЫЕ ВАЖНЫЕ НОВОСТИ САХАЛИНА И КУРИЛ В НАШЕМ КАНАЛЕ TELEGRAM SAKHONLINE

Чтобы сохранить свою жизнь

Многие выбрасывают окурки на улицу, забывая, что они могут залететь к соседям, живущим этажами ниже. / ФОТО АЛЕКСАНДРА НАЗИНА

Избитая истина — пожар не возникает сам по себе. Как правило, его причина — людская халатность и беспечность в обращении с огнём. От беды никто не застрахован.

Пожарные службы рекомендуют соблюдать простые правила, чтобы сохранить свою жизнь, здоровье и имущество от огня. Они общеизвестные и их несложно придерживаться. Напоминаем, чего делать нельзя:

- не перегружать электросеть, подключая к одной розетке большое количество электроприборов
- не оставлять включёнными электронагревательные приборы без присмотра
- поддерживать в исправном состоянии выключатели, вилки, розетки
- не устанавливать электроприборы вблизи горючих предметов и материалов. Например, у мягкой мебели и занавесок
- не хранить в доме легковоспламеняющиеся и горючие жидкости, такие как ацетон, керосин
- не сушить бельё над горячей плитой или на электрообогревателе
- не оставлять в подъезде домов бытовой и строительный мусор.

Если вы обнаружили, что в вашем жилище возникли проблемы с электропроводкой, не пытайтесь ремонтировать её самостоятельно (если вы, конечно, не электрик). Пусть эти работы выполнят квалифицированные специалисты. Курильщикам следует быть крайне осторожными. Все знают, что нельзя курить в постели, на диване или в кресле. Но не менее опасны люди, курящие на балконах и лоджиях. Многие выбрасывают окурки на улицу, забывая, что они могут залететь к соседям, живущим этажами ниже. На балконах многие хранят старые вещи, ёмкости с горючими и легковоспламеняющимися жидкостями. И вы ненароком станете поджигателями чужого имущества. При любом развитии событий — главное — не паниковать, сохранять самообладание, способность быстро оценивать обстановку, принимать правильные решения. Если это в ваших силах, можно приступить к самостоятельному тушению возгорания. Но лучше всего — вызвать пожарных, и позаботится о спасении своей жизни. Кроме того, специалисты считают, что для обеспечения собственной безопасности не лишним будет приобрести автономный пожарный извещатель, газодымозащитный комплект и огнетушитель.

Цифра

15

человек погибли в пожарах в Сахалинской области в этом году.

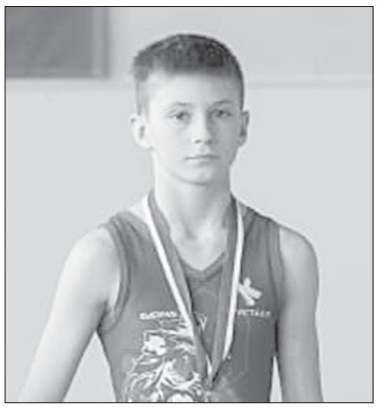
Дмитрий Киселев, директор спорткомплекса:

Запасся раздвижной металлической лестницей, чтобы спастись в случае пожара. Это, конечно, шутка. Главное, на мой взгляд, соблюдать профилактические меры. Чтобы в нашей квартире не случилась беда, постоянно следим за состоянием розеток, выключателей, штепселей. Смотрим, чтобы провода были не перетёртые, чтобы не нарушена была изоляция. Как и у всех в Охе, у нас стоит газовая колонка. Не пропускаем профилактические осмотры, которые проводят сотрудники обслуживающей компании. Большинство из нас не считает нужным страховать своё жилье от пожара или от его последствий, но я думаю, что это необходимая мера, которая может помочь в будущем не остаться у разбитого корыта.

Никита Бибик, директор муниципальной телекомпании:

Спички детям не игрушка — старая истина, правильные слова. От шалостей ребят тоже нередко пожары случаются. У меня двое детей, они ещё маленькие и не знают, как пользоваться спичками. Когда подрастут, обязательно объясним им, что огонь — это дело взрослых, а не малышей. Но всё равно, огнеопасные предметы убираем подальше, не дай бог... За состоянием электроприборов следим, чтобы не было повреждённых проводов, без изоляции. Они ведь не только пожар могут спровоцировать, но и током ударить. Не понаслышке знаю, каких бед может натворить огонь. Как депутат неоднократно сталкивался с проблемами, когда люди после пожара оставались вообще без ничего.

#людиострова



Михаил Дворников (ЮЖНО-САХАЛИНСК). Юный гимнаст выиграл дальневосточный этап Спартакиады учащихся России. Он получил право выступить в финале соревнований, которые пройдут в Чебоксарах.

Илья Дереневский (ЮЖНО-САХАЛИНСК). Островитянин стал победителем олимпиады «Ближе к Дальнему» за инновационные решения для будущего своего региона. Он получил дополнительные баллы к ЕГЭ при поступлении в ДВФУ.

Ольга Аверкина (ЮЖНО-САХАЛИНСК). Девушка заняла первое место во всероссийских соревнованиях по пулевой стрельбе среди юниоров. Впереди Ольгу ожидает первенство России в Казани.

Виктор Мартынов (ХОЛМСК). Житель портового города стал лучшим на региональном этапе всероссийского конкурса «Мастер года». Он представляет Сахалинский техникум отраслевых технологий и сервиса.

Находка. Сахалинец отыскал в Углегорском районе клад в виде японских монет, всего около 160 штук. Он хранился в земле на месте бывшего синтоистского святилища, который в японские времена назывался Орокунай.

Спорт. В селе Троицком прошла экстремальная гонка с препятствиями Pride Race. В испытаниях приняли участие 400 спортсменов от трёх лет и старше.

Праздник. На Сахалине в минувшие выходные отметили День пограничника. В областном центре на торжественном митинге в сквере Пограничников собрались служащие различных подразделений погранвойск, ветераны, представители власти и общественности. Начальник Сахалинского пограничного управления ФСБ России Игорь Ювженко вручил сотрудникам ведомственные знаки, грамоты и благодарности.

Транспорт. 50-местный катамаран зашёл в порт Корсакова. Судно купили для туристических маршрутов, которые запустят уже в июне. Он отправится по достопримечательностям островов — к маяку Анива, мысам Крильон и Коврижка и на Курильские острова.

Байкеры. На Сахалине открыли новый мотосезон. На площади перед парком «Россия — моя история» выстроились десятки «железных коней»: чопперы и гоночные, классические и кроссовые.

Развлечения. Новое колесо обозрения появится возле ТРК «Сити Молл» к 140-летию Южно-Сахалинска. Высота аттракциона с 18 закрытыми кабинками составит 55 метров. Он будет работать круглогодично благодаря специальной системе отопления.

Дворы. В Южно-Сахалинске стартовали работы по ямочному ремонту дворовых территорий. От 31 управляющей компании поступили заявки на ремонт 466 дворов. Работы продлятся ориентировочно до середины июля.

Память. В Южно-Сахалинске прошла церемония возложения цветов, посвящённая 27-й годовщине разрушительного землетрясения в Нефтегорске. Оно стало самым мощным в истории России — по разным оценкам силой от 7,5 до 9 баллов. Погибли 2040 человек.

Материалы подготовил Михаил Берёзов

В планах властей также — восстановить дорогу от Мицулёвки до Троицкого. Это позволит разгрузить автомагистраль между областным центром и Корсаковом.
/ ФОТО АЛЕКСАНДРА НАЗИНА

Эх, дороги

В этом году в Южно-Сахалинске доведут до ума улицу Комсомольскую, а трасса на западном побережье поменяет направление

Мария Кондиус
lenta@sakh.online

Сезон дорожных работ в этом году стартовал рано, уже в двадцатых числах марта рабочие начали ямочные ремонты. Только в Южно-Сахалинске к наступлению лета уложили 50 тысяч квадратных метров нового полотна. В первую очередь работали на аварийных участках. Наиболее проблемными из центральных улиц, по оценкам специалистов, стали Сахалинская, Ленина и Физкультурная.

Доведут до ума. Ямочный ремонт в рамках текущего содержания дорог — не единственная программа, благодаря которой улицы в областном центре преобразятся. Продолжается и их капитальный ремонт. Например, в этом году дорожники доведут до ума улицу Комсомольскую. Финальным этапом многолетней реконструкции этой артерии стал участок от Емельянова до Пуркаева.

В рамках проекта «Безопасные и качественные автомобильные дороги» в Южно-Сахалинске в этом году завершат ремонт улицы Украинской от Долинской до проспекта Мира и улицы Авиационной от проспекта Мира до Ленина. В надлежащий вид приведут и улицу Шоссейную. В селе Березняки капитально отремонтируют улицу Зелёную, а в Луговом — Дружбы.

На всех этих участках, помимо ремонта и асфальтирования проезжей части, подрядчики установят новые линии электропередачи, перильные ограждения, автобусные павильоны и остановки.

Стратегически важный объект. По информации министра транспорта и дорожного хозяйства Сахалинской области Эдуарда Ри, в 2022 году в областную собственность из муниципальной планируют принять трассу Южно-Курильск — Отрада протяжённостью 3,4 километра. В прошлом году по аналогичной схеме в ведение региона от местных администраций передали 14 автомобильных дорог общей протяжённостью 222,8 километра. Среди них есть особо популярные у жителей области участки. Например, трасса между Анивой и Таранаем. Её полностью отремонтировали в прошлом году. Также ремонт вели на отрезке между Долинском и Быковым. Продолжают работу по направлению Холмск — Яблочное.

— Вообще, вся дорожная сеть западного побережья Сахалина — стратегически важный объект. В частности, трасса Невельск — Томари — аэропорт Шахтёрск. Мы планируем провести работы от Невельска до Холмска. Сейчас идёт стадия проектирования капитального ремонта этого участка, — рассказал Эдуард Ри.

Кстати, Невельск — Томари — аэропорт Шахтёрск — единственная артерия, которая соединяет все населённые пункты от юга до центра острова по западному побережью. По ней возят продовольствие, медикаменты, уголь и другие необходимые для жизни островитян вещи. На этом направлении в 2022 году доделают участок трассы между сёлами Парусное и Белинское.

— Там подрядчик меняет направление дороги. Проезжую часть выравнивают, чтобы зимой тяжёлому автотранспорту было легче справляться с гололёдом. Также в этом году работы проведут на участках в районе Углегорска и между сёлами Красногорск и Медвежье, — пояснил замминистра.

По информации Эдуарда Ри, уже разработан проект реконструкции трассы между Арсентьевкой и Ильинским протяжённостью 14 километров. Он пройдёт по новому направлению, минуя все железнодорожные переезды. Будет устроен ряд мостовых переходов и один путепровод.

— Мы планируем начать здесь работы в следующем году, если будет финансирование. По действующим правилам, если дорога проходит через железнодорожные переезды, то они должны быть на разных уровнях. Нужно делать путепровод. Сейчас там ряд переездов, которые влияют на аварийность и создают неудобства для водителей. Для того чтобы устранить эти недостатки, мы запланировали проложить новую дорогу, минуя эти пересечения, — рассказал Эдуард Ри.

Работа на перспективу. В апреле этого года участок холмского перевала, наконец, передали в федеральную собственность. По словам Эдуарда Ри, это позволило устранить разрыв на федеральной трассе Южно-Сахалинск — Холмск, теперь она федеральная на всём протяжении. Кроме того, благодаря передаче высвободились средства областного бюджета. Ведь в ближайшие четыре года планировалось выделить на реконструкцию этого участка 2,5 миллиарда рублей. Теперь эти деньги пойдут на региональные трассы.

Эдуард Ри рассказал, что всем муниципальным образованиям области с 2021 года предоставляется субсидия из регионального бюджета. Деньги даются на три года. Трёхгодичные контракты позволяют планировать работы на перспективу. С помощью этой субсидии в 2021 году реконструировали автодорогу к складу горюче-смазочных материалов в селе Китовом на Итурупе и заасфальтировали 2,5 километра в селе Малокурильском на Шикотане.

В планах властей также — восстановить дорогу от Мицулёвки до Троицкого. Это позволит разгрузить автомагистраль между областным центром и Корсаковом. А также соединить её с другой трассой федерального значения, которая связывает Южно-Сахалинск и Холмск.

— Уже подготовили обоснование инвестиций, сейчас мы находимся в конкурсных процедурах, будем разыгрывать контракт на проектирование. Протяжённость отрезка — 41,6 километра. Сделать эту работу мы планируем до 2026 года, — рассказал замминистра.

Цифры

50 тысяч квадратных метров нового асфальта уложили на дорогах Южно-Сахалинска за два месяца

14 автодорог передали из муниципальной в региональную собственность в прошлом году

14 километров новой дороги построят между Арсентьевкой и Ильинским

2,5 млрд рублей сэкономил областной бюджет после передачи участка на холмском перевале в федеральную собственность .

В тему

На Курильских островах проложат дорогу к туристическим объектам — бухте «Янкито» и вулкану Баранского. А в областном центре — в планах продлить улицу Горького до улицы Зимы.

Кстати

В Южно-Сахалинске в этом году завершат ремонт улицы Украинской от Долинской до проспекта Мира и улицы Авиационной от проспекта Мира до Ленина. Также в надлежащий вид приведут улицу Шоссейную.

Пусть мама найдёт

Только с начала этого года в полицию нашей области поступило 44 заявления о пропаже детей. К счастью, все они найдены

Пропавших несовершеннолетних, как правило, находят в первые сутки. / ФОТО АЛЕКСАНДРА НАЗИНА

Наталья Неверова
lenta@sakh.online

Но не все истории со счастливым концом. По каким причинам пропадают дети и уходят из дома подростки, как их разыскивают, рассказала начальник отделения организации розыскной работы УМВД России по Сахалинской области Евгения Капленок.

Известные полиции «бегунки»

Статистика региональной полиции говорит о том, что в нашем регионе большинство детей находят в первые сутки после пропажи. С 2000 года в списках без вести пропавших числятся два ребёнка. В среднем в год поступает более двухсот заявлений от родителей. Всех несовершеннолетних, кто пропал в последние три года, нашли.

— Но здесь и те, кто постоянно уходит из дома или социального учреждения, — объясняет Евгения Капленок. — Эта та категория подростков, которых у нас принято называть «бегунки».

Как правило, это воспитанники детских домов и дети из неблагополучных семей, которые состоят на особом учёте в инспекции по делам несовершеннолетних. Первые уходят, чтобы погулять и не всегда в хорошей компании. Вторые убегают от проблем дома. Поисковики знают лично всех «бегунков». Им известны адреса, где они обычно проводят время. Но такие дети и не скрываются. Может, таким образом стараются привлечь к себе внимание.

Случаи разные

А бывает, что ребёнку действительно может что-то угрожать. Как получилось с семилетней девочкой из Лугового. Тот случай, наверное, помнят многие. Она, как обычно, вышла погулять возле дома и не вернулась. Мама не смогла её найти сама и обратилась в полицию.

К поискам сразу же подключились специалисты, потом волонтёры и местные жители. Спустя четыре часа девочку нашли в канализационном колодце возле дома, куда она случайно провалилась.

— Люк был присыпан снегом, вокруг сугробы, — рассказывает начальник отделения розыскной работы. — Молодой парень волонтёр заметил, что крышка немного сдвинута. Заглянул, а там ребёнок.

Повезло, что в колодце проходила теплотрасса, и девочка не замёрзла в морозный день.

Зимой этого года в Углегорске пропала десятилетняя девочка. В тот день начиналась сильная метель. Ребёнка искали, как говорится, всем миром. Утром обнаружили вместе с собакой в будке. Малышка заигралась с псом, а потом поняла, что в непогоду не сможет добраться домой самостоятельно, и спряталась в будке. Благодаря собаке, которая её грела, девочка не получила обморожения.

Но были случаи и с трагичным исходом. В это же время в Шахтёрске в полицию поступило заявление от матери 16-летнего подростка. Он ушёл гулять и не вернулся. Раньше мальчик никогда так не поступал. Его родители в разводе, отец живёт в областном центре. Сначала родилась версия, что подросток уехал к отцу. Но она не подтвердилась. Тело мальчика нашли утром следующего дня на заброшенном заводе. Он упал с высокой дымовой трубы.

Вспомнить хотя бы ужасающую историю Вики Тепляковой, которая потрясла регион. Тогда на поиски вышел весь Южно-Сахалинск. Волонтёры приезжали даже из других городов. Тело девочки нашли, как и причастных к её гибели.

Важна любая информация

Как правило, родители пишут заявление об исчезновении ребёнка сразу, как только осознают, что он не просто где-то задержался. Дети не отвечают на их звонки, либо телефоны вообще отключены. Их нет дома, у родственников и друзей. К поиску сразу же приступают специалисты, используя все ресурсы. Если пропавшего не находят в первые часы, то по тревоге поднимают весь личный состав полиции. К поискам привлекают волонтёров.

Важно сообщать всё: дорога каждая секунда и любая информация. Ведь зачастую родители не знают даже фамилий друзей своего чада, не говоря уже об адресах и телефонах. Специалисты советуют: разговаривайте с детьми, интересуйтесь их жизнью. И главное, объясните, что безопасность важнее всяких двоек.

При обращении в полицию нужно как можно точнее описать, во что был одет ребёнок, дать свежее фото. Сотрудники органов составят ориентировку, которую передадут всем службам, несущим патрулирование на улице. Надо вспомнить не только друзей, но и знакомых по секции и двору.

— Бывает, что в стрессе родители что-то упускают, а потом эта мелочь помогает в поисках, — говорит Евгения Капленок. — Звонят нам через несколько часов и сообщают, что их ребёнок когда-то общался с какими-то Ваней или Машей. А потом оказывается, что именно они видели его и знают, куда пошёл.

Майор полиции говорит, что сначала им приходится успокаивать родителей, многие, что естественно, не могут в такой ситуации справиться с эмоциями. Сотрудники полиции стараются не упустить ни одной детали. А дальше начинаются поиски: просмотры записей с видеокамер всех учреждений, опрос друзей, сбор информации из школы. Если не препятствует погода, подключают поисковых собак.

По словам начальника отделения, всех детей они запоминают. Но самый большой след в её душе оставил подросток из Невельска. Когда его мамы не стало, отец привёл в дом новую женщину. Видимо, мальчик не мог это принять и постоянно конфликтовал с родителем. Отец усугублял ситуацию: не отпускал гулять и даже навещать свою родную тётю — сестру покойной матери. Мальчик тянулся к родственнице, находя понимание, и хотел жить с ней. Поэтому убегал раз шесть-семь в месяц. Никакие уговоры смягчиться по отношению к ребёнку не повлияли на отца. И ситуация повторялась. Хотя решение было в руках взрослого человека.

По словам Евгении Капленок, чаще всего причины исчезновения банальны: получил в школе двойку, прогулял урок, загулялся допоздна, а дома будут ругать.

В нашей области пропавших несовершеннолетних находят быстро, и резонансные случаи с трагичным исходом единичны. Если пропал ребёнок, люди не остаются равнодушными и помогают всем миром. Ведь дети наше всё.

Факт

Заявления о пропаже детей в Сахалинской области

2020 год
269

2021 год
209

2022 год
44

Помощь

Если вы не дозвонились до своего ребёнка, либо телефон вообще отключён, сразу паниковать не стоит. Всегда имейте на такой случай номера его друзей, а ещё лучше их родителей. Если всё же требуется помощь полиции, то отправляйтесь в дежурную часть или звоните по телефонам: 8 (4242) 78-94-05, 102 и 112.

Дата

25 мая во всем мире отмечали День пропавших детей. В России его официально признали только в 2012 году.

Власть в системе

Облдуме до парламентских каникул остаётся совсем немного времени

Заседание островного парламента на прошлой неделе продлилось почти два дня. / ФОТО АЛЕКСЕЯ ГОРБУНОВА

Цифры

5 лет
на такой срок избираются губернатор и депутаты облдумы

2 муниципалитета
стали пилотными в региональном законе о комплексном развитии территорий

Сергей Сактаганов
lenta@sakh.online

Заседание островного парламента на прошлой неделе продлилось почти два дня. Уж очень серьёзные вопросы были внесены в повестку дня этого законодательного марафона.

Строго по Уставу

Малую конституцию сахалинцев, как ещё нередко называют Устав области, в ближайшее время отредактируют. Директор государственно-правового департамента областного правительства Анна Киреенко сообщила: такая необходимость возникла в связи с изменениями в федеральном правовом поле. А последние, в свою очередь, касаются законодательной и исполнительной систем власти в островном регионе.

Депутатов, как наверняка и большинство избирателей, интересовало в первую очередь всё, что касалось ключевых моментов — выборов власти, её системы, возможностей и тому подобного. Здесь правка предлагалась, скорее, чисто техническая, поскольку главных основ она не меняет.

Скажем, губернатор области, как и прежде, избирается на пять лет, таков же и срок полномочий депутатов регионального парламента. Вместе с тем в обновлённом Уставе появится норма, согласно которой глава исполнительной власти в области может как единолично управлять островным регионом, так и учреждать для этого должность председателя правительства. Прежде избранный на высший пост у нас становился губернатором со дня вступления в должность, теперь же предлагается считать его таковым после принятия присяги.

Отдельно в Уставе указано, что он согласовывает международные договоры Российской Федерации, затрагивающие интересы островного региона, разрабатывает и реализует меры по госрегулированию цен на товары и услуги, работает над развитием жилищного строительства, энергетики, транспорта и связи, а также реализует другие властные полномочия.

Второй законопроект вносил новшества в выборную систему. Здесь больше всего вопросов у народных избранников оказалось по электронному голосованию. Представители облизбиркома заверили: на осенних выборах подобной формы волеизъявления в островном регионе не предусматривается. Что же касается самих сахалинских депутатов, то если раньше их полномочия могли продлиться и более четырёх лет, то теперь срок определён предельно конкретно — пять лет.

В обновлённом Уставе особое место отведено и входящим в систему власти органам местного самоуправления. По мнению одного из островных парламентариев, выступавших при обсуждении законопроекта, заметно сократились стимулы для мэров. Губернатор получил право самостоятельно их наказывать либо даже отрешать от должности. Тем не менее большинством народных избранников документ принят в двух чтениях.

> В обновлённом Уставе появится норма, согласно которой глава исполнительной власти в области может как единолично управлять островным регионом, так и учреждать для этого должность председателя правительства.

По предложениям с мест

Своеобразным «водоразделом» в подготовке нормативно-правовых актов между региональным правительством и островным парламентом выступит градостроительная деятельность в муниципалитетах. Соответствующий закон также в двух чтениях приняли на минувшем заседании островные парламентарии. Письма с предложениями принять такой документ поступили сюда из органов местной власти Корсаковского и Долинского районов.

Разработчиками соответствующего закона выступили шесть сахалинских депутатов, в том числе Наталья Коршунова, Евгений Лотин и Дмитрий Флеер. Они посвятили документ актуальной теме — комплексному развитию территорий. Депутаты предлагают закрепить за облдумой компетенцию законодательной поддержки будущего строительства и переселения жителей в муниципалитетах с численностью населения свыше 50 тысяч человек.

В районах же, где насчитывается менее 50 тысяч жителей, возможность принимать нужные нормативно-правовые акты по обновлённому закону предлагается передать региональному правительству. В пояснительной записке отмечено, что названное разграничение обусловлено анализом рыночных цен на жильё, сложившихся в различных муниципалитетах.

В частности, в Южно-Сахалинске по сравнению с другими районами стоимость вторичного жилья оказалась намного меньше цены новостроя. Изменения же, которые предлагается внести в региональное правовое поле, по мнению разработчиков, послужат защите жилищных прав граждан и помогут привлечь дополнительные инвестиции в новостройки.

Участники заседания обратили внимание: законопроект довольно критически воспринят в прокуратуре области. Там указали — различия в регулировании одной сферы правоотношений сразу двумя органами власти способны привести к разночтениям и даже привести к социальной напряженности.

Проще говоря, в градостроительной деятельности может возникнуть ситуация, когда гражданам предоставят разные гарантии в жилищной сфере. Свои замечания возникли к документу также у государственно-правового управления облдумы. Однако концепция документа в целом была одобрена большинством участников минувшего заседания.

Поиск продолжается

Коррективы в региональный закон о поисковом движении на Сахалине и Курилах внесли островные парламентарии. В числе главных причин — изменения федерального законодательства, которые касаются увековечивания памяти погибших при защите Отечества. Потребовалось, например, досконально учесть, какие госполномочия в этой важной сфере возьмут на себя областные и муниципальные органы власти.

Как напомнил один из разработчиков законопроекта, депутат Александр Болотников, в последние годы поисковики регулярно находят в Холмском, Смирныховском и Северо-Курильском районах останки воинов, погибших во Второй мировой войне. К сожалению, не каждая общественная организация своевременно информирует о своих раскопках районные власти, а на местах знают не обо всех воинских захоронениях, что мешает ввести необходимые запреты на проведение строительных, дорожных и иных работ в таких зонах.

Среди других норм законопроекта — и занесение имён погибших и сведений о них в Книгу памяти Сахалинской области, экземпляры которой должны храниться в госархиве, музеях и библиотеках островного региона.

Справка

Власти решили хранить экземпляры Книги памяти Сахалинской области в госархиве, музеях и библиотеках островного региона.

Проведение транспортной реформы не станет поводом для повышения оплаты за проезд в автобусах, уверены чиновники. / ФОТО АЛЕСКАНДРА СИДОРЕНКО

Шока не будет

В Южно-Сахалинске с середины августа начнутся преобразования городской транспортной сети

Ирина Лукоянова
lenta@sakh.online

В островной столице приступают к масштабной реформе общественного транспорта. Изменения затронут автобусный парк и систему оплаты перевозок. Главная цель нововведений — сделать более привлекательным передвижение по городу на автобусах. При этом должно сократиться количество частного транспорта на дорогах, что уменьшит пробки и улучшит экологическую ситуацию. Чиновники мэрии Южно-Сахалинска на встрече с журналистами рассказали о преобразованиях, которые ожидаются уже к осени этого года.

Новые автобусы. Каждый день в Южно-Сахалинске на линию выходит 250–270 машин, 70 процентов из них принадлежат муниципальному автопредприятию. В рамках реформирования транспортной системы городские перевозчики, включая частников, подали заявки на приобретение новых автобусов.

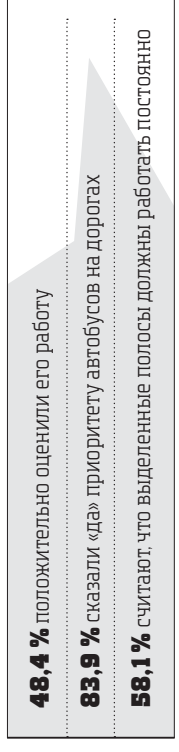
Как рассказал заместитель директора департамента городского хозяйства администрации города Александр Попов, среди новинок будет шесть автобусов малого класса.

— Это не маршрутка, а полноценный автобус с низким полом, адаптированный для маломобильных категорий граждан. Такой автобус имеет почти 30 посадочных мест, — пояснил Попов.

По его словам, это необходимая мера, так как есть маршруты, где радиус поворота не позволяет запустить автобусы среднего или большого класса.

График

Отношение жителей к общественному транспорту в Южно-Сахалинске



Большую часть обновок автопарка составят машины среднего класса. Скорее всего, это будут авто марки Volgabus.

— Очень качественные и красивые автобусы, ездить будут на газомоторном топливе, с возможностью дублирования визуальной и звуковой информации. Автобусы большого класса также в ближайшее время поступят в Сахалинскую область, — добавил Попов.

Среди закупленных машин есть и электробусы. Пять единиц поступят в город в декабре этого года, остальные — в следующем.

Одно из мероприятий транспортной реформы — возведение нового автопарка в областном центре. Вице-мэр города Александр Гринберг рассказал, что контракт на его строительство уже заключён. Парк расположится на второй линии улицы Железнодорожной.

В мэрии отметили, что это будет совершенно новая производственная база со всеми возможностями для ремонта техники, с современными бытовыми помещениями, комнатами приёма пищи для водителей. Появится возможность для заправки автобусов, работающих на газовом топливе, и электробусов. Сдать в эксплуатацию автобусный парк планируют за два-три года.

Оплата по транспортной карте. Александр Попов рассказал ещё об одном аспекте транспортной реформы — создании специального приложения для удобства пассажиров.

— Чтобы комфортно планировать свои поездки, в нём можно будет пополнить длительные проездные билеты, получать уведомления в случае, если перекрыты дороги и меняются схемы движения маршрутной сети. Благодаря приложению мы сможем усилить контроль за работой перевозчиков и выполнением контрактных обязательств, — рассказал Александр Попов.

Конкурс на единого оператора уже провели, сейчас готовится информационная система и само приложение. Компания, выигравшая контракт, открыла в Южно-Сахалинске филиал, поэтому все транзакции будут проходить без задержек, которые случались ранее.

Кроме того, по словам замдиректора департамента, город введёт проездные билеты для всех, а не только для льготных категорий и школьников. По сути, это будут транспортные карты, как в других городах страны.

— Любой пассажир сможет оформить себе проездной на год. И принцип его будет такой: чем больше поездок, тем стоимость одной поездки будет меньше, — пояснил заместитель директора департамента городского хозяйства.

Ещё одно нововведение — бесплатная пересадка с маршрута на маршрут. Пассажир может оплатить билет в автобусе и в течение получаса пересесть на другой. При этом второй билет покупать не надо.

Резонансные «выделенки». На встрече с представителями СМИ затронули тему выделенных полос для общественного транспорта. Александр Гринберг признал, что тема резонансная, не все согласны с этим экспериментом, многие автовладельцы считают, что это спровоцирует ещё большие пробки. Однако постепенно отношение к этому поменялось, критика утихла.

Поэтому в мэрии анонсировали появление «выделенки» на улице Сахалинской от Холмского шоссе до центра города. Многие жители Анивы, Дальнего, Троицкого, Новотроицкого работают в областном центре. В часы пик автобусы на этом участке долго стоят в пробках.

И эта проблема в ближайшие годы, скорее всего, усугубится. Минимум на два года власти планируют закрыть на ремонт мост через Сусую. Для решения проблемы будет задействован объездной мост, планируется часть пассажиропотока перенаправить на рельсобусы, которые ходят из Дальнего. Частоту их рейсов увеличат.

Александр Гринберг сказал, что вопрос с «выделенкой» на Сахалинской вынесут на обсуждение жителей уже в июне.

Сколько стоят преобразования. Проведение транспортной реформы не станет поводом для повышения оплаты за проезд в автобусах, уверены чиновники.

— Цены будут расти, но абсолютно адекватно, я вас уверяю. И это никак не связано с реформой. Все расходы на неё берёт на себя бюджет, — сказал вице-мэр.

Тарифное регулирование передано на областной уровень. Стоимость поездки растёт по объективным причинам — дорожает топливо, запасные части, транспортные средства.

Чиновники пообещали, что шоковой терапии не будет, и цена билета повысится незначительно. Когда и на сколько? Пока такой информации нет.

Штрих

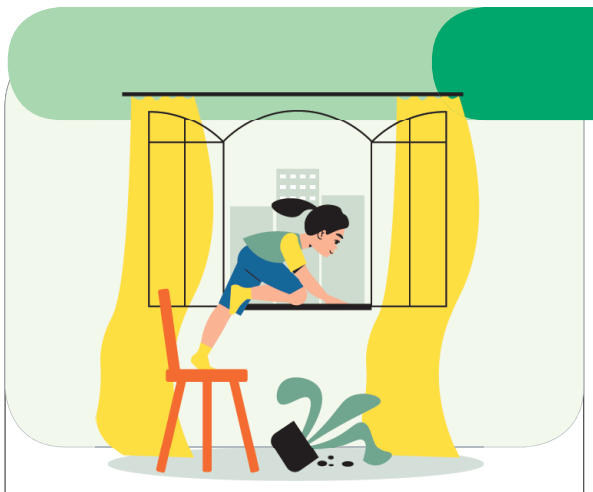
Сахалинцы готовы отказаться от поездок на личном автомобиле, если на общественном транспорте они будут добираться быстрее. Почти 34 процента опрошенных готовы пересесть из своей машины в автобусы.

Факт

38,7 процента горожан высказались за то, чтобы создать бесплатные парковки возле социальных учреждений и обустроить зоны для платных парковок. 4,8 процента уверены, что нужно парковаться везде, где это возможно (стоянки, газоны, дворы, дороги) и делать это бесплатно.

Правила безопасности для детей на каникулах

Дома



Поставьте защиту на окна. Для этого можно купить ручку с замком, ограничитель с тросиком, блокировочное устройство или заглушку-слайдер. Приспособление не позволит ребёнку распахнуть окно полностью. При этом оно может быть открыто на проветривание.

Прикрутите к стене тумбочки и комоды. Ребёнок может открыть ящик, встать на него и перевернуть мебель на себя. Или потянет за дверцу тумбочки и опрокинет её вместе с телевизором. Предусмотрите безопасную установку мебели, даже если ребёнок вроде бы всё понимает.

Уберите бытовую химию в недоступное место. Глоток опасного средства может стать причиной отравления. Даже если кажется, что ребёнок не проявляет интереса к бутылкам и порошкам, спрячьте их подальше.

В машине

Не оставляйте детей любого возраста в закрытой машине, даже если отлучаетесь ненадолго:

- ребёнок может получить тепловой удар
- он может завести машину и тронуться с места
- в стоящую машину может врезаться другое авто
- автомобиль могут угнать или эвакуировать
- ребёнок может задохнуться

В Сети

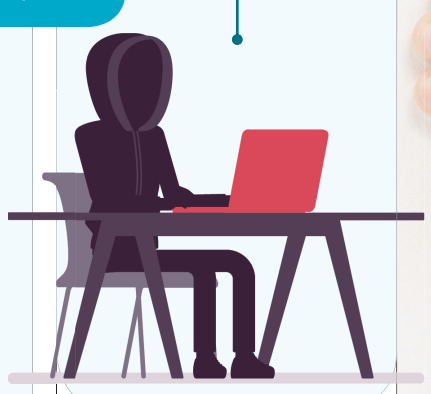
Поговорите с ребёнком. Объясните ему такие правила:

Если тебе устроили травлю в интернете, пишут обидные сообщения и угрожают, не молчи об этом. Расскажи взрослым. Если тебе не с кем поговорить, позвони по телефону доверия 8-800-2000-122, он бесплатный и анонимный.

Если тебе самому захотелось написать что-то обидное, не спеши. За оскорбления в сети существует ответственность, она установлена законом.

Всё, что ты делаешь или пишешь в интернете, может увидеть кто угодно. Ты не сможешь удалить сообщения, фотографии, ссылки остаются в Сети навсегда. Необдуманные публикации могут навредить твоей репутации или обидеть близких.

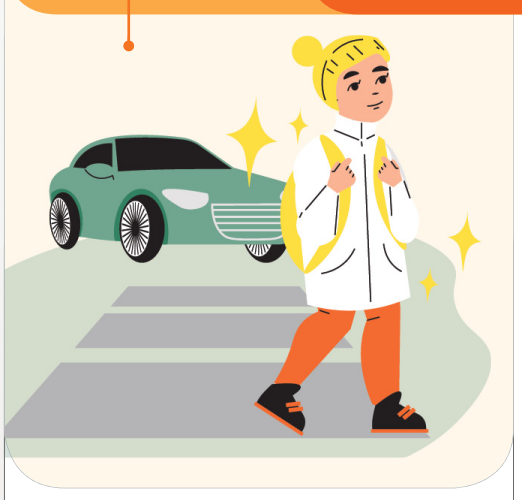
Храни пароли в защищённом файле, запиши их на бумаге или используй специальные программы. Никому не сообщай эти данные и меняй их хотя бы раз в год.



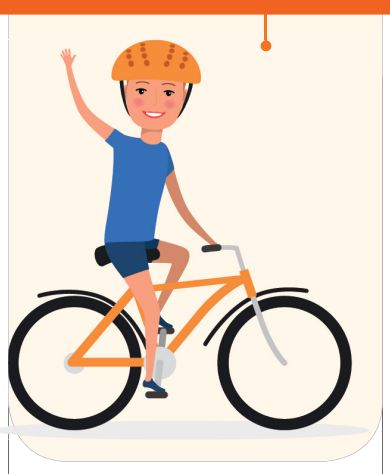
Не общайся с подозрительными людьми. Проверь настройки конфиденциальности в соцсетях. Блокируй тех, кто набивается в друзья против твоего желания. Не делись геолокацией и не соглашайся на встречи с незнакомцами.

Лето — не только долгожданное тепло и отпуск, но и время, когда дети чаще рискуют получить травму или просто попасть в неприятную историю. Вот простые правила, как защитить своё чадо

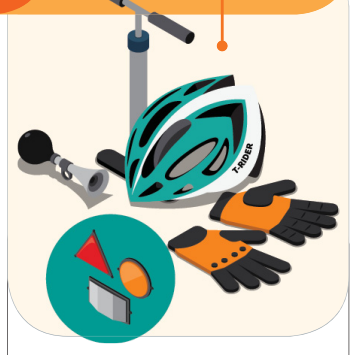
На дороге



На улицу лучше одевать ребёнка в яркую одежду



По проезжей части на велосипеде можно ездить только с 14 лет



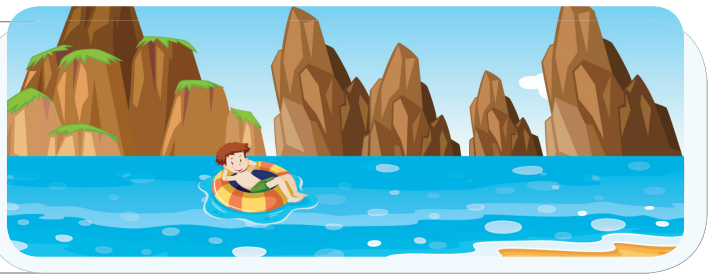
Велосипедисту нужен шлем, перед поездкой необходимо проверить тормоза. Вечером используйте фары или светоотражатели

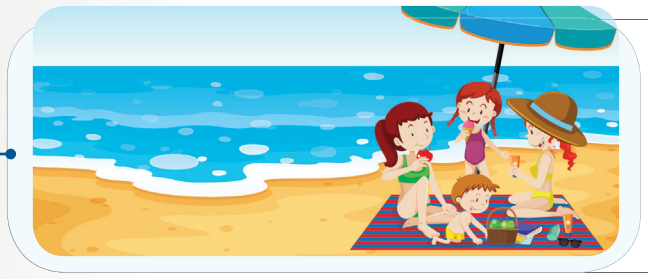
У воды

Всегда следите за ребёнком, когда он играет с водой — даже если в бассейне или в озере мелко. Малыша могут толкнуть, он может потянуться за игрушкой, случайно перевернуться в плавательном круге или в процессе игры забраться на глубину

Если на участке стоят вёдра и бочки с водой, накрывайте их крышками. Бывали случаи, когда дети роняли в них игрушки, просто хотели увидеть дно, пытались дотянуться до насекомого — и ныряли вниз головой

Перед купанием в открытом водоёме изучите дно и рельеф. Сначала зайдите в воду сами или купайтесь всегда только в знакомых и проверенных местах

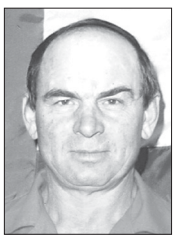




Не оставляйте ребёнка одного вблизи воды, всегда просите кого-то за ним присмотреть

Если на море большие волны, не разрешайте маленьким детям играть возле воды. Массы несут с собой камни и палки. К тому же силу, с которой волна обрушится на берег, нельзя рассчитать

Подготовила Татьяна Лукина.
Источник: Telegram-канал «Госуслуги» для родителей



Валерий Поляков, почётный спасатель России, чьё имя в 2000 году было присвоено сахалинскому отряду.

Дмитрий Кублицкий, награждён медалью «За спасение погибавших» после нефтегорского землетрясения.

Альгис Мейжис, спасатель международного класса, стаж работы 20 лет.

Андрей Ершов, спасатель международного класса, стаж работы 24 года.

Возвращение домой команды спасателей после ликвидации последствий наводнения в Амурской области.

/ ФОТО ИЗ АРХИВА ОТРЯДА ИМ. В. А. ПОЛЯКОВА

Всегда плечом к плечу

За 28 лет существования отряда им. В. А. Полякова спасено почти 17 тысяч жизней, в том числе и детей

Наталья Неверова
lenta@sakh.online

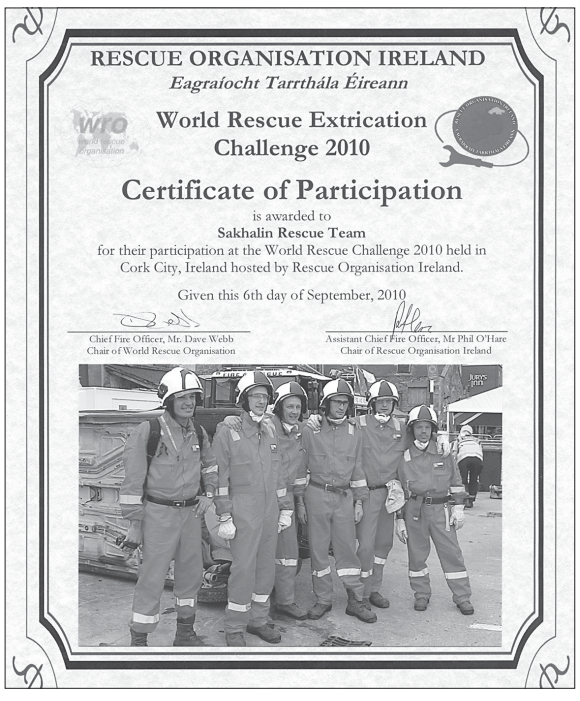
Каждый день на страже

В этом году первого июня единственный в нашей области поисково-спасательный отряд отметил свой 28-й день рождения.

Сегодня под руководством спасателя первого класса Дмитрия Кублицкого здесь несут службу 139 человек, 79 из которых аттестованы для спасений в стихийных бедствиях, техногенных катастрофах, терактах, наводнениях, пожарах, экологических катастрофах, авариях, чрезвычайных ситуациях.

Боевое крещение региональной службы состоялось в октябре 1994 года, когда спасатели провели 23 дня на острове Шикотан, ликвидируя последствия землетрясения.

Настоящей проверкой на прочность нового подразделения и его сотрудников были работы по ликвидации последствий катастрофического землетрясения в посёлке Нефтегорск. 28 мая 1995 года они одними из первых прибыли в зону чрезвычайной ситуации. Руководителем спасательной группы был Валерий Андреевич Поляков, чьим именем сейчас назван отряд. Именно он впервые предложил применить во время аварийно-спасательных работ «час тишины», когда останавливается техника, чтобы услышать стоны или крики о помощи людей, погребённых под завалами. Все участники в ликвидации последствий были удостоены медалей «За спасение погибавших».


RESCUE ORGANISATION IRELAND
Eagraíocht Tarrthála Éireann
World Rescue Extrication Challenge 2010
Certificate of Participation
is awarded to
Sakhalin Rescue Team
for their participation at the World Rescue Challenge 2010 held in Cork City, Ireland hosted by Rescue Organisation Ireland.
Given this 6th day of September, 2010
Chief Fire Officer, Mr. Dave Webb
Chair of World Rescue Organisation
Assistant Chief Fire Officer, Mr Phil O'Hare
Chair of Rescue Organisation Ireland

Сертификат Международных соревнований по ликвидации последствий ДТП в Ирландии

Потом были поиски пропавшего пограничного наряда на острове Симушир. Работы отряда продолжались два с половиной месяца, тела всех погибших были найдены.

А сколько было спасённых рыбаков, которые выходили на лёд при неустойчивом припае. В прошлом году при ветре до 21 метра в секунду, сильнейшем шторме и метели группе спасателей удалось найти и вернуть на берег рыбаков. Их унесло в море больше чем на три километра.

Спасено немало грибников, ягодников и туристов, заблудившихся в лесу. Вызволены и отогреты автомобилисты, которые, вопреки запретам, отправляются в путь в сильную метель.

У спасателей часто бывают командировки за пределы нашей области: в Якутию, Амурскую область, Хабаровский край, Приморье. К примеру, в одной из таких поездок ребята помогали людям выбираться из затопленных районов.

В отряде работают спасатели международного класса, ветераны — Альгис Мейжис и Андрей Ершов. И, несмотря на многолетний опыт, они постоянно учатся и подтверждают свою квалификацию.

Трижды наши спасатели принимали участие в Международных соревнованиях по ликвидации последствий дорожно-транспортных происшествий. Первый раз в Ирландии, где получили приз как лучшая развивающаяся команда. Затем в Новой Зеландии и в Великобритании, взяв награду за командный дух.

Тяжело видеть людское горе

У каждого спасателя в отряде своя история поступления на службу. Но все они приходили с одной идеей — помогать людям. И до сих пор живут ей.

— Работа не простая, но интересная, — рассказывает спасатель с 20-летним стажем Альгис Мейжис. — В отряде нет случайных людей. В детстве я смотрел мультфильм «Чип и Дейл спешат на помощь» и хотел быть на них похожим. Когда в России в 1990-х годах появилась такая профессия, решил пойти.

Чтобы попасть в отряд необходимо сдать физические нормативы на суше и воде. Альгис увлекается спелеологией и туризмом. Эти знания тоже помогли при отборе на службу.

Через месяц после поступления спасатель выехал на первые поисковые работы. На Лютоге перевернулась лодка с рыбаками, один мужчина утонул. Его искали месяц. И тогда неизгладимое впечатление на Альгиса произвели эмоции и поведение жены утонувшего. Она практически каждый день приезжала на место поисков. Наблюдала за работой водолазов и умоляла не прекращать искать её мужа. Хотя понимала, что живым его уже не найти. Тело всё-таки удалось обнаружить.

— Самое тяжёлое — видеть людское горе, — делится Альгис. — Стараемся поставить так называемый эмоциональный барьер. Не всегда получается, мы же тоже люди. Переживаем, особенно когда дело касается детей.

Но не всегда родственники разыскиваемых ведут себя адекватно. Могут нахамить и обвинить в бездействии, ничего не смысля в специфике поисков. Но спасатели не обижаются и продолжают делать свою работу, понимая их состояние.

Есть и благодарные люди. Как в случае с пожилым мужчиной, который заблудился в лесу. От затянувшейся прогулки у него разболелись ноги из-за хронического заболевания. Пытаясь найти дорогу к людям, он оступился, упал и потерял сознание. Позже выяснилось, что получил сотрясение. Пришёл в себя ночью. Развёл костёр, уснул возле него. От искры загорелась одежда, и он получил сильнейший ожог спины. Альгис Мейжис вместе с коллегами выносили пострадавшего из леса на носилках. А его родственники были безмерно благодарны за спасение.

Запомнился мужчине случай поисков матери с дочерью, которые потерялись в лесу Поронайского района. Тогда была очень холодная осень, по ночам заморозки. Целую неделю заблудившиеся прожили в лесу, не имея возможность даже развести костёр. В очередной раз мониторя лес с вертолёта, спасатели заметили их. Приземлиться не могли — тайга. Прыгали с четырёхметровой высоты, расчищали площадку для посадки. Потом на руках выносили из чащи мать и дочь, обессилевших от голода и холода.

Каково быть женой спасателя

Жена Альгиса Мейжиса с пониманием относится к выбору работы мужа. Никогда не возмущается по поводу постоянных выездов на поисковые работы. В принципе, как и я — автор статьи. Больше 12 лет я замужем за спасателем-водолазом. Мой муж может уехать на работу даже из кафе или гостей, куда мы приходим вместе. Бывало такое, что супруга вызвали, и я увидела его только через полтора месяца. Тогда их направили в Амурскую область на ликвидацию последствий наводнения. Я знаю, что в шкафчике каждого спасателя подготовлен «тревожный» чемоданчик с необходимыми вещами, на случай непредвиденных командировок.

День рождения отряда многие спасатели встретят на поисково-спасательных работах. Например, сейчас мой муж находится на севере Сахалина, и у нас даже нет связи. Команда ищет рыбака, перевернувшегося на лодке. Сказать, что легко, немного слукавить. Но это выбор моего любимого человека, его я уважаю и горжусь им.

«Вишни» цвет

Сахалинский музыкальный дуэт «Вишня» в составе сестёр Арины и Дианы Головиных презентовал дебютный альбом «Над лугами»

Дарья Васильева
lenta@sakh.online

Где вы родились и учились?

Арина. Мы родились в небольшом городе Зея Амурской области. Два года учились в благовещенском колледже на музыкальном отделении сольного и хорового народного пения. Однажды побывав на сахалинской земле, решили остаться. Продолжили учёбу уже в Сахалинском колледже искусств, потом стали преподавать в школе «Этнос». На данный момент получаем высшее образование в Хабаровском институте культуры. Я на народно-хоровом отделении, а Диана на режиссуре и постановке театральных представлений.

Кто привил любовь к музыке?

Диана. В детской школе искусств Арина училась в классе скрипки, а я — аккордеона, параллельно мы пели. Педагог Любовь Гавриловна Посканная, которая была руководителем хора ветеранов в Доме культуры, это заметила. Здесь мы начали исполнять патриотические песни о Родине, о войне.

Почему именно народная песня?

Арина. Да потому, что мы — русские! Сейчас такое время, когда особенно актуально возрождать свою культуру. Да, мы её осовременили, но таким образом вовлекаем молодёжь в процесс. Далеко не все готовы слушать народную песню в её первозданном виде.

До того, как вы стали дуэтом «Вишня», где выступали?

Диана. В начале нашего творческого пути на Сахалине мы работали в коллективах филармонии «Братчина» и «Ковёр-Бэнд». Познакомились с Георгием Зобовым, который сегодня является руководителем проекта «Вишня». Наша музыкальная карьера была чередой каких-то неслучайных случайностей. Сольный концерт никогда не являлся самоцелью, это просто течение жизни и встреча нужных людей. И, конечно, наше желание развиваться.

Кто пишет вам песни?

Арина. Большинство сочинил Георгий Зобов. Помимо авторских песен, мы исполняем и народные в его современной аранжировке.

Диана. В этих композициях присутствуют мотивы фольклора разных народов, необязательно русских. Есть Азия и Восток, Индия и Турция... Кто его знает, колорит какой страны может появиться в будущих песнях!

Когда официально родился дуэт?

Диана. Неофициально в конце января 2021 года, а Сахалинская филармония взяла нас под крыло и объявила днём рождения дуэта «Вишня» 9 марта 2022 года. Нужно отдать должное директору Илье Александрову — он поверил в этот проект. На острове публику удивить сложно, планка всегда высокая.

«Вишня» с Ильёй Александровым, Георгием Зобовым и Евгенией Гриник. / ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ ПРЕСС-СЛУЖБОЙ САХАЛИНСКОЙ ФИЛАРМОНИИ

Днём рождения дуэта официально считается 9 марта 2022 года

Большинство песен для дуэта написал Георгий Зобов

Акцент

В начале творческого пути девушки работали в коллективах Сахалинской филармонии «Братчина» и «Ковёр-Бэнд».

> В образе вишни я находила нас — два плода, соединённые вместе веточкой.

Почему дуэт назвали «Вишня»?

Диана. Вообще «Вишня моя!» было бытовым обращением к сестре. Это так по-домашнему и от большой любви. В образе вишни я находила нас — два плода, соединённые вместе веточкой. Когда пришло время выбирать название проекта, я сразу предложила «Вишня», и все согласились.

В вашем первом концерте участвовали DREVO, «Этнос»... Как такие разные коллективы и направления удалось совместить на одной площадке?

Арина. Мы изначально точно знали, что хотим DREVO. Они многогранные ребята, очень гибкие, пластичные и могут всё! Нам не нужна была фольклорная хореография, хотелось приблизить действие к современности и показать это «вкусно»! Искренне восхищаемся талантами руководителей коллектива Евгении Гриник и Александра Соломатова.

Диана. Также на сцене были ребята из фольклорного ансамбля «Белые росы». Это наша вторая семья, а руководитель коллектива Елена Алешко дала бесценный опыт. «Этнос» — наши воспитанники из детских хоров «Каравай» и «Ярмарка». Ребята большие молодцы, выступление с народной стилизованной песней — это интересная концертная практика. Кто-то из них вообще впервые стоял на сцене «Октября».

По поводу сценического образа... Почему вы босиком?

Арина. Это был режиссёрский замысел. Но нужно отметить, нам всегда нравилась идея выступать босиком, думаем, мы оставим эту «фишечку» для проекта.

Что в ближайших планах?

Арина. Гастроли по городам, повтор презентационного концерта, поездка на Восточный экономический форум, записи новых песен и поиск вдохновения для второго альбома.

Илья Александров, директор Сахалинской филармонии:

— В филармонии помимо основных коллективов мы создаем такие мини-проекты, которые в визуальном плане перерастают в масштабные концерты. Это первый авторский проект от начала до конца. Мы открыли для себя сотрудничество с театром танца DREVO, который на сцене проводил определённую сюжетную линию. Дуэт удался, он прекрасен. Сейчас прорабатываются моменты гастрольной деятельности девушек и повтор концерта в Южно-Сахалинске в начале нового сезона.

Презентация книги уже непосредственно на месте событий — в Александровске-Сахалинском — пройдёт 17 июня. / Фото Ивана Каширина

Щеглов против Чехова

Известный сахалинский историк представил в областном краеведческом музее книгу «Пост Александровский и его окрестности 1852–1916»

Даниил Панкстьянов
lenta@sakh.online

Автор адресовал её тем, кто интересуется историей Сахалинской области. На сбор материала ушло около четырёх лет. Заместитель директора музея по научно-исследовательской работе и развитию посвятил труд вопросам ранней истории Александровска-Сахалинского — от первых исследований Александровской долины до 1916 года.

Здесь начинался Сахалин. Виктор Владиславович Щеглов использовал архивные, документальные источники и материалы мемуарного характера. На их основе освещается драматическая цепь событий, связанных с появлением русских людей в долинах рек Дуйка, ныне Большая Александровка, Малая Александровка и окружающей территории. Автор уделил внимание усилиям по основанию русских селений в этих местах. Книга написана с любовью к малой родине. Поэтому и читать приятно.

Рецензент книги кандидат исторических наук Юлия Дин отметила грамотный дизайн издания, что должно привлечь внимание большего круга читателей. Между ними во время презентации даже возник спор. Юлия Ивановна назвала Александровск вторым городом в области после Южно-Сахалинска, а Виктор Владиславович поставил его на первое место. Как говорит учёный, там принимались главные решения по Сахалину.

— Убеждён, что у Александровска одна из самых богатых и трагичных историй среди всех городов на Дальнем Востоке России, — выразил мнение Щеглов.

Кстати, 3 июня исполняется 105 лет как пост Александровский получил статус города

> Антон Павлович уничижительно писал о мастерских, считал, что они служили для показухи. На самом деле там ремонтировали даже пароходы, которые приходили на Сахалин.

Штрих

Александровск называют «сахалинским Парижем» с лёгкой руки Антона Павловича Чехова, который писал в «Острове Сахалин»: «Барон А. Н. Корф как-то в разговоре назвал Александровский пост сахалинским Парижем. Всё, что есть в этом шумном и голодном Париже увлекающегося, пьяного, азартного, слабого, когда хочется выпить, или сбыть краденое, или продать душу нечистому, идёт именно в Слободку».

Александровск называют «сахалинским Парижем» с лёгкой руки Антона Павловича Чехова, который писал в «Острове Сахалин»: «Барон А. Н. Корф как-то в разговоре назвал Александровский пост сахалинским Парижем. Всё, что есть в этом шумном и голодном Париже увлекающегося, пьяного, азартного, слабого, когда хочется выпить, или сбыть краденое, или продать душу нечистому, идёт именно в Слободку».

История «сахалинского Парижа» насыщена событиями общероссийского и международного значения. Из этих мест начиналась сельскохозяйственная колонизация острова. Здесь подвигами отметилась Амурская экспедиция 1852–1856 годов. В этом городе добывала уголь английская эскадра, которая преследовала русские корабли во время Крымской войны. Отсюда же зарождалась островная угольная промышленность. Кстати, необходимость добычи этого топлива стала причиной создания каторги — требовалась рабочая сила. В Александровске организовали самую многочисленную тюрьму острова.

С 1881 по 1947 год Александровск был островной столицей. На жизни города отразились события Русско-японской войны 1904–1905 годов, революции, повторной японской оккупации в 1920–1925 годах, первые пятилетки советской власти, самоотверженный труд во время Великой Отечественной войны.

Где же истина. История Александровска-Сахалинского окутана тайнами, мифами и легендами, которые учёный, как детектив, скрупулёзно пытается раскрыть. Он и его коллеги давно разрешают спор о годе основания Александровска: 1881-й или 1869-й. В книге фигурирует ещё и 1862-й. Щеглов поддерживает другую идею.

— Я изучил источники, проанализировал события, которые происходили в то время, решил для себя и обосновал в книге, что Александровск как населённый пункт образовался в 1864 году. В октябре того года в Александровской долине поселили четверых человек по решению начальника Дуйского поста. Этому есть свидетельства. С того момента в этой местности уже постоянно жили люди. В предыдущие годы вопрос поднимал сахалинский историк и краевед Владимир Подпечников, но его точку зрения так и не приняли.

Не всё так однозначно. Автор книги по его собственному выражению «борется с Чеховым, который писал, что Сахалин остров невыносимых страданий».

— Чем больше я его (*Чехова* – **Прим. ред.**) читал, тем больше с ним не соглашался. Не всё так однозначно, — комментирует Виктор Щеглов. — Об этом свидетельствуют больше десятка путешественников, которые приезжали в Александровск в конце XIX — начале XX веков. Мнения об этом разнятся. Объективно высказался Влас Дорошевич. Он пишет о каторге: если представить, что ещё 15 лет назад здесь стояла тайга, и ничего не было, тогда представляется масштаб сделанного.

Антон Павлович уничижительно писал о мастерских, считал, что они служили для показухи. На самом деле там ремонтировали даже пароходы, которые приходили на Сахалин. В Александровске делали кирпичи. Мебель столяра-краснодеревщика — отца создателя борьбы самбо Василия Ощепкова продавалась в Николаевске и Владивостоке, изделия получили высокую оценку наследника престола Николая Александровича на выставке 1891 года.

17 июня пройдёт презентация книги уже непосредственно на месте событий — в Александровске-Сахалинском. Виктор Щеглов написал два десятка книг один и в соавторстве с другими сахалинскими авторами. Полка с его трудами встречала тех, кто пришёл на встречу в музей. Гость презентации в шутку сравнил творческую плодовитость исследователя с собранием сочинений Владимира Ильича Ленина. В любом случае продолжение следует. Островной краевед планирует, что второй том по истории Александровска затронет период с 1917-го по 1947 год.

Независимое поколение

Сотрудники реабилитационного центра рассказали школьникам, чем опасно употребление наркотиков, алкоголя и сигарет

Мария Кондиус
lenta@sakh.online

Алкоголь, никотин и наркотики — зараза, которая приводит к зависимости. Поэтому разные специалисты бросают все свои силы на профилактику этого серьёзного недуга среди детей. Так, в школе № 32 Южно-Сахалинска прошла интерактивная лекция в рамках проекта «Независимое поколение».

Алкоголь разрушает центральную нервную систему, изменяет функцию нервных клеток. Часто больной алкоголизмом имеет поражённую сердечно-сосудистую систему, поджелудочную железу, печень, желудок, пищевод. Сильнее всего от алкоголя страдает мозг. / ФОТО С САЙТА RU.FREEPIK.COM

Добыть дофамин

На вопрос, почему человек начинает бесконтрольно употреблять, большая часть ребят ответила — чтобы пережить эмоциональную боль, стресс, жизненные неудачи. В этом и кроется ловушка, считает консультант по химической зависимости, специалист по негативным тенденциям реабцентра «Жизнь» Виктор Шамриков. Даже после первой дозы, будь то алкоголь, никотин или любое другое вещество, мозг запоминает, что самостоятельно работать больше не надо. Дофамин, эндорфин и любые другие гормоны можно выработать и без усилий. Стоит лишь употребить.

— На гормональный фон можно воздействовать с помощью употребления психоактивных веществ, к сожалению, эта история очень печальна, — поделился консультант. — Мы же на встречах с детьми пытаемся объяснить, что получать удовольствие от жизни можно и просто так, без употребления вредных соединений.

Живые примеры

Специалисты считают, что отказаться от первого употребления психоактивных веществ и сделать правильный выбор ребятам помогут знания последствий. Они в первую очередь рассказывают, как «под кайфом» страдают гормональная система и мозг. Стоит отметить, что зависимость в целом признана болезнью и имеет свои симптомы.

— Когда родственники или друзья обращают внимание на поведение близкого человека и начинают говорить: «Слушай, ты слишком много пьёшь, у тебя проблемы с алкоголем или с наркотиками». Зависимый отвечает: «Это у меня проблемы? Проблемы у тебя! У меня всё в порядке, проблем нет. Я только по пятницам, так все живут. Разве я наркоман? Наркоманы те, кто колется, а раз в неделю покурить — это нормально». Таким образом защищается психика. Зависимый предпочитает не замечать этих проблем и дальше уходить от реальности и ответственности, — прокомментировал Шамриков.

Он добавил, что этот же механизм работает и в отношении любого другого нездорового пристрастия, а среди них шопинг, компьютерные игры, телефон и социальные сети, беспорядочные сексуальные связи и т. д. Сегодня в мире официально признано 28 разных зависимостей.

— Я запомнил информацию, как именно человек приходит к употреблению. У меня, честно говоря, все эти зависимости вызывают отвращение. Когда видишь живые примеры, когда людям так невтерпёж, что они могут потреблять даже в общественных местах, становится не по себе, — поделился впечатлениями от лекции девятиклассник Александр Герасимов.

Цифра

28

разных зависимостей признаёт сегодня официальная наука.

> На вопрос, почему человек начинает бесконтрольно употреблять, большая часть ребят ответила – чтобы пережить эмоциональную боль, стресс, жизненные неудачи.

Его одноклассник Вячеслав Антонов рассказал, что удивился факту, как на психоактивные вещества реагирует наш мозг и страдает психика.

Ментальное здоровье

«Независимое поколение» — это проект реабилитационного центра «Жизнь». В самой организации помогают восстановиться людям, которые попались на крючок употребления. Курс занимает семь месяцев. Много внимания здесь уделяют и профилактике. Эта работа направлена не только на физическое, но и ментальное здоровье сахалинцев. В этой лекции перед ребятами выступил и психолог — руководитель центра поддержки материнства «Радость» Александра Заболотская. Благодаря её тренингам ребята увидели, как подросток ощущает и переживает буллинг — травлю в коллективе. А также узнали, как работать с собственными эмоциями и правильно их выражать.

— Ребёнок, которого травят, не может сказать, что происходит, — объяснила Александра, — кроме того дети, которые смотрят на всё это и сами получают травму свидетеля, тоже не знают, как себя вести. Культура коммуникаций состоит из весьма размытых понятий. Поэтому я регулярно занимаюсь «психпросветом», хочу, чтобы как можно больше ребят поняли, что ментальное здоровье — это важно.

В рамках проекта «Независимое поколение» профилактические мероприятия уже прошли в восьми школах Сахалина.

Справка

Даже после первой дозы, будь то алкоголь, никотин или любое другое вещество, мозг запоминает, что самостоятельно работать больше не надо, гормоны радости появятся сами.

ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ ИНТЕРЕСНОГО СОБЫТИЯ ИЛИ ФАКТА, НАПИШИТЕ НАМ В WHATSAPP +7-914-645-72-33

Реклама

ГБУЗ «САХАЛИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ НАРКОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР»

– ЭТО **ЕДИНСТВЕННЫЙ В ОБЛАСТИ** ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЦЕНТР ОКАЗАНИЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ НАРКОЛОГИЧЕСКОЙ **ПОМОЩИ** ЖИТЕЛЯМ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ И ЕЕ РАЙОНОВ.
В ДИСПАНСЕРЕ ОКАЗЫВАЕТСЯ КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ ПОМОЩЬ ПАЦИЕНТАМ С ЗАВИСИМОСТЬЮ ОТ **НАРКОТИКОВ, АЛКОГОЛЯ.**

- В комплексном лечении применяются высокоэффективные лекарственные средства, современные методы психотерапии
- Для лечения опийной наркомании применяется новый эффективный комбинированный препарат длительного действия «Вивитрол»
- Специализированную помощь можно получить анонимно

НАШ АДРЕС:
г. Южно-Сахалинск,
ул. Крюкова, 84,
тел. 72-31-06

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ **760-831**

СТАЦИОНАРНЫЕ ОТДЕЛЕНИЯ
мужское отделение – 796-441
женское отделение – 796-856

ЧАСЫ ПРИЕМА:
ежедневно с 8:00 до 19:00.
Суббота – с 9:00 до 15:00.
Выходной – воскресенье.

Поликлиническое отделение диспансера.
Тел. (4242) 72-31-06

Отделение профилактики наркологических заболеваний (ул. Горького, 12а).
Тел. (4242) 76-00-88

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Эти дни в истории

Семь десятков лет на троне

02 июня 1953 года в Вестминстерском аббатстве состоялась коронация английской королевы Елизаветы II. Она была старшей из двух дочерей короля Георга VI. Дата церемонии была назначена по истечении траура по отцу 27-летней принцессы, он скончался 6 февраля 1952 года.

Трагедия под Уфой

03 июня 1989 года в Челябинской области произошла крупнейшая в истории России железнодорожная авария. В поезде Анапа — Новосибирск погибло 575 человек. Случилось это из-за утечки газа из трубопровода. Люди погибали семьями, дети — целыми классами, вместе с преподавателями.

Сто лет «Крокодилу»

04 июня 1922 года вышел первый номер сатирического журнала. В нём печатались Маяковский, Ильф и Петров, Катаев и другие. Издание бичевало империалистов, вредителей, бракоделов, тунеядцев — всех, кто мешал строительству социализма. Окончательно он закрылся в 2008 году.

Смертельный недуг

05 июня 1981 года зарегистрирована новая болезнь — СПИД — синдром приобретённого иммунодефицита. Заболевание было впервые обнаружено в США. Врачей обеспокоило резкое возрастание пневмонии у молодых людей. В этот день американский ученый М. Готлиб впервые описал новый вирус.

Любимая игрушка

06 июня 1984 года считается днём рождения «Тетриса» — советский программист Алексей Пажитнов создал первую компьютерную версию этой игры. Он работал в Вычислительном центре Академии наук СССР, где занимался проблемами искусственного интеллекта и распознавания речи.

Безопасные продукты

07 июня Генеральная Ассамблея Организации Объединённых Наций провозгласила Всемирным днём безопасности пищевых продуктов. Целью этого праздника является достижение устойчивого развития человечества, что связано с вопросами здорового и полноценного питания.

Помощник по дому

08 июня 1869 года американец Айвз Макгаффни запатентовал первый в мире пылесос. Он назвал его Whirlwind, что значит «держать в руках и направлять». Пылесос был лёгким и компактным, но неудобным из-за необходимости одновременно крутить ручку и толкать устройство по полу.

ПОНЕДЕЛЬНИК 6 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 Доброе утро
09:00, 12:00, 15:00, 17:00, 20:00 Новости
09:10 Антифейк [16+]
09:55 Жить здорово! [16+]
10:40 Крым Юлиана Семёнова [16+]
11:40, 12:05, 15:10, 17:20 Т/с «Противостояние» [16+]
18:45, 20:15, 23:45 Информационный канал [16+]
21:00 Время
21:45 Т/с «Тобол» [16+]
22:45 Большая игра [16+]

РОССИЯ-1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 60 минут [12+]
14:55 Кто против? [12+]
21:20 Т/с «Елизавета» [16+]
22:20 Вечер с Владимиром Соловьёвым [12+]
01:20 Т/с «Земский доктор» [12+]
03:05 Т/с «По горячим следам» [16+]

НТВ

06:05 Т/с «Улицы разбитых фонарей» [16+]
07:30 Утро. Самое лучшее [16+]
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 00:35 Сегодня
09:25 Мои университеты. Будущее за настоящим [6+]
10:20, 11:30 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» [16+]
14:25 Чрезвычайное происшествие
15:00 Место встречи [16+]
17:40 За гранью [16+]
18:50 ДНК [16+]
21:00 Т/с «Дельфин» [16+]
23:00 Т/с «Гений» [16+]
01:00 Т/с «Пёс» [16+]
04:25 Т/с «Шаман» [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00 Утро на ОТВ [12+]
07:30 Просто физика [12+]
08:00 Т/с «Последний Янычар» [12+]
08:50, 16:55 Т/с «Старшая дочь» [12+]
09:45, 18:45 Д/ф «Неизвестные сражения» [12+]
10:35, 22:15 Один день в городе [12+]
13:15, 18:00, 20:00, 00:30 Центр внимания. Сахалин [16+]
13:30 Форпост [12+]
13:40 Мультфильм [6+]
14:10 Т/с «Однолюбы» [16+]
15:05 Т/с «Мачеха» [12+]
15:55 Д/ф «Нездоровый сезон» [12+]
19:30 Семейные ценности [16+]
19:45 Вера и современность [12+]
20:30 Т/с «Лимузин (Раз, два! Люблю тебя!)» [16+]
22:50 Х/ф «#Яздесь» [18+]

ОТР

06:25 Большая страна [12+]
07:00, 08:00 Центр внимания. Итоги недели [16+]
07:30, 08:30 Free talk [16+]
09:00 Календарь [12+]
09:40 Свет и тени [12+]
10:10 Х/ф «Мама вышла замуж» [12+]
11:35 Новости Совета Федерации [12+]
11:50 Х/ф «Я, Дэниел Блэйк» [16+]
13:35, 23:55 За дело! [12+]
14:15 Т/с «Орлова и Александров» [16+]
16:00, 21:20, 03:30 ОТРажение [12+]
18:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
18:30 Семейные ценности [12+]
18:40 Краеведы [12+]
19:00 Х/ф «Здравствуй и прощай» [12+]
20:35 Большая страна: территория тайн [12+]
21:00, 23:00, 03:00 Новости
23:15 Прав!Да? [12+]
00:35 Д/ф «Музейный феникс» [6+]
01:05 Д/ф «Легенды русского балета» [12+]
01:35 Потомки [12+]

ТНТ АСТВ

07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 05:35, 06:25 Однажды в России [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30 Т/с «Универ. Новая общага» [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «СашаТаня» [16+]
21:00 Т/с «Полицейский с Рублёвки» [16+]
22:00 Т/с «Эпидемия-2» [16+]
23:00 Х/ф «Час пик» [16+]
00:40 Х/ф «Агент Джонни Инглиш» [12+]
02:00 Такое кино! [16+]
02:25 Импровизация [16+]

РЕН-ТВ

06:00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко [16+]
07:00 Документальный проект [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
10:00 Военная тайна с Игорем Прокопенко [16+]
12:00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым [16+]
13:00, 17:00, 20:00 112 [16+]
14:00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным [16+]
15:00 Невероятно интересные истории [16+]
16:00 Документальный спецпроект [16+]
18:00 Тайны Чапман [16+]
19:00 Самые шокирующие гипотезы [16+]
21:00 Х/ф «Помпеи» [12+]
23:00 Водить по-русски [16+]
00:25 Неизвестная история [16+]
01:30 Х/ф «Пункт назначения-5» [16+]
03:10 Х/ф «Цена измены» [16+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Три кота»
06:15 М/с «Рождественские истории» [6+]
06:40 М/ф «Кунг-Фу Панда. Тайна свитка» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри»
07:15 Х/ф «Терминал» [12+]
09:45 Х/ф «Рыцарь Камелота» [12+]
11:35 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» [12+]
13:55 Х/ф «Астерикс и Обеликс: миссия «Клеопатра» [12+]
16:00 М/ф «Семейка Аддамс» [12+]
17:45 Х/ф «Отпетые мошенницы» [16+]
19:40 Х/ф «Идентификация Борна» [16+]
22:00, 22:30 Т/с «Трудные подростки» [16+]
23:05 Х/ф «Битва преподов» [16+]
00:50 Кино в деталях [18+]
01:55 Х/ф «Мифы» [16+]
03:20 Т/с «Воронины» [16+]
05:40 6 кадров [16+]

ЗВЕЗДА

05:15 Т/с «Розыскник» [16+]
07:00 Сегодня утром [12+]
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
09:20, 23:15 Т/с «Дума о Ковпаке»
11:10 Д/с «Неизвестная война. Великая Отечественная» [16+]
13:25 Д/с «Истребители Второй мировой войны» [16+]
14:25 Т/с «Береговая охрана-2» [16+]
18:25 Д/с «Москва – фронту» [16+]
18:45 Специальный репортаж [16+]
19:00 Д/с «Подпольщики» [16+]
20:25 Открытый эфир [16+]
22:00 Между тем [12+]
22:25 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым» [12+]
00:55 Т/с «Кромъ» [16+]
02:30 Д/с «Нюрнберг» [16+]
03:45 Т/с «Береговая охрана-2»

ТВ-3

06:00 Мультфильмы
09:00 Знаки судьбы [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 17:25, 18:00, 19:30, 20:00 Слепая [16+]
11:30, 18:30, 19:00 Старец [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:35, 14:10, 15:45, 16:20 Гадалка [16+]
14:40 Мистические истории [16+]
16:55 Всё в твоих руках [16+]
20:30, 21:15, 22:10, 22:45, 03:00, 03:45, 04:30, 05:15 Т/с «Кости» [16+]
23:30 Х/ф «Дивергент: за стеной» [12+]
01:30 Х/ф «Рассвет мертвецов» [18+]

КУЛЬТУРА

07:30, 08:00, 08:30, 09:15, 11:00, 16:00, 20:30 Новости культуры
07:35 Пешком...
08:05 Невский ковчег
08:35 Чёрные дыры. Белые пятна
09:20 Дороги старых мастеров
09:30 Х/ф «Пиковая дама»
11:15 Наблюдатель
12:10 Д/ф «Пушкин. Битов. Габриадзе. Побег»
13:10 Д/ф «Дом полярников»
13:50 Линия жизни
14:45 Д/ф «Узбекистан. Ремесло, ставшее искусством»
15:15, 21:05 Наедине с Петром Великим
16:05 Новости. Подробно. Арт
16:20 Агора
17:25 Х/ф «Дубровский»
18:35, 02:50 Неделя симфонической музыки
19:40 Д/ф «Хомо сапиенс. Новые версии происхождения»
20:45 Главная роль
21:50 Спокойной ночи, малыши!

ВТОРНИК 7 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 Доброе утро
09:00, 17:00, 20:00 Новости
09:05 Антифейк [16+]
09:45 Жить здорово! [16+]
10:30, 17:20, 20:15, 23:45 Информационный канал [16+]
21:00 Время
21:45 Т/с «Тобол» [16+]
22:45 Большая игра [16+]

Т/с «Тобол»

РОССИЯ-1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 60 минут [12+]
14:55 Кто против? [12+]
21:20 Т/с «Елизавета» [16+]
22:20 Вечер с Владимиром Соловьёвым [12+]
01:00 Т/с «Земский доктор» [12+]
02:45 Т/с «По горячим следам» [16+]

НТВ

05:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» [16+]
07:30 Утро. Самое лучшее [16+]
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 00:35 Сегодня
09:25 Мои университеты. Будущее за настоящим [6+]
10:20, 11:30 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» [16+]
14:25 Чрезвычайное происшествие
15:00 Место встречи [16+]
17:40 За гранью [16+]
18:50 ДНК [16+]
21:00 Т/с «Дельфин» [16+]
23:00 Т/с «Гений» [16+]
01:00 Т/с «Пёс» [16+]
04:25 Т/с «Шаман» [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00, 08:00, 13:15, 18:00, 20:00, 00:35 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:25 Семейные ценности [16+]
07:45 Краеведы [16+]
08:25 Мультфильмы [6+]
08:55 Химия [12+]
09:25, 16:10 Т/с «Последний Янычар» [12+]
10:15, 17:00 Т/с «Старшая дочь» [12+]
11:15 Д/ф «Научные сенсации» [12+]
12:00, 18:30 Д/ф «1812» [12+]
13:55 Т/с «Грешник» [12+]
14:50, 22:05 Т/с «Свои. 1 сезон» [16+]
15:40 Один день в городе [12+]
19:30 Квадратные метры [12+]
19:40 Место в истории [12+]
19:45 Free talk [16+]
20:30 Т/с «Лимузин (Раз, два! Люблю тебя!)» [16+]
23:00 Х/ф «Королева» [12+]

ОТР

06:25, 02:05 Большая страна [12+]
07:00, 08:00, 18:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30, 08:30 Семейные ценности [12+]
07:40, 08:40 Краеведы [12+]
09:00 Календарь [12+]
09:40 Финансовая грамотность [12+]
10:10 Х/ф «Здравствуй и прощай» [12+]
11:45 Большая страна: территория тайн [12+]
12:00, 16:00, 21:20, 03:30 ОТРажение [12+]
13:35, 23:15 Прав!Да? [12+]
14:15 Т/с «Орлова и Александров» [16+]
18:30 Free talk [16+]
19:00 Х/ф «Шоколад» [16+]
21:00, 23:00, 03:00 Новости
23:55 Активная среда [12+]
00:25 Отчий дом [12+]
00:35 Д/ф «Музейный феникс» [6+]
01:05 Д/ф «Легенды русского балета» [12+]
01:35 Потомки [12+]
05:00 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки» [6+]

ТНТ АСТВ

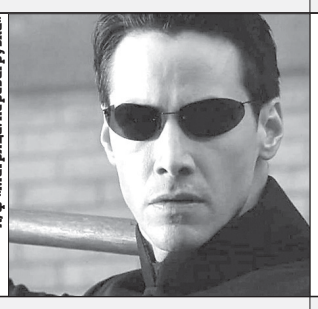
07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 05:20, 06:10 Однажды в России [16+]
08:30 Бузова на кухне [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30 Т/с «Универ. Новая общага» [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «СашаТаня» [16+]
21:00 Т/с «Полицейский с Рублёвки» [16+]
22:00 Т/с «Эпидемия-2» [16+]
23:00 Х/ф «Час пик-2» [12+]
00:35 Х/ф «Агент Джонни Инглиш: перезагрузка» [12+]

РЕН-ТВ

06:00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко [16+]
07:00 Документальный проект [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
10:00 Военная тайна с Игорем Прокопенко [16+]
11:00 Совбез [16+]
12:00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым [16+]
13:00, 17:00, 20:00 112 [16+]
14:00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным [16+]
15:00 Невероятно интересные истории [16+]
16:00 Засекреченные списки [16+]
18:00 Тайны Чапман [16+]
19:00, 03:35 Самые шокирующие гипотезы [16+]
21:00 Х/ф «Коломбиана» [16+]
23:00 Водить по-русски [16+]
00:25 Знаете ли вы, что? [16+]
01:30 Х/ф «Время возмездия» [18+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Три кота»
06:15 М/с «Кунг-фу Панда. Невероятные тайны» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри»
09:20 Уральские пельмени [16+]
10:00 Т/с «Ивановы-Ивановы» [16+]
17:35 Х/ф «Идентификация Борна» [16+]
19:55 Х/ф «Превосходство Борна» [16+]
22:00, 22:30 Т/с «Трудные подростки» [16+]
23:00 Х/ф «Матрица: перезагрузка» [16+]
01:40 Х/ф «Зомбилэнд: контрольный выстрел» [18+]
03:15 Т/с «Воронины» [16+]


Х/ф «Матрица: перезагрузка»

ЗВЕЗДА

05:15, 03:50 Т/с «Береговая охрана-2»
07:00 Сегодня утром [12+]
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
09:15, 23:15 Т/с «Дума о Ковпаке»
11:20, 20:25 Открытый эфир [16+]
13:25 Д/с «Истребители Второй мировой войны» [16+]
14:25 Т/с «Береговая охрана-2» [16+]
18:25 Д/с «Москва – фронту» [16+]
18:45 Специальный репортаж [16+]
19:00 Д/с «Подпольщики» [16+]
22:00 Между тем [12+]
22:25 Улика из прошлого [16+]
01:00 Т/с «Кромъ» [16+]
02:25 Д/с «Сделано в СССР»
02:35 Д/с «Нюрнберг» [16+]

ТВ-3

06:00, 05:45 Мультфильмы
09:00 Знаки судьбы [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 17:25, 18:00, 19:30, 20:00 Слепая [16+]
11:30, 18:30, 19:00 Старец [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:35, 14:10, 15:45, 16:20 Гадалка [16+]
14:40 Мистические истории [16+]
16:55 Всё в твоих руках [16+]
20:30, 21:15, 22:10, 22:45, 02:45, 03:30, 04:15, 05:00 Т/с «Кости» [16+]
23:30 Х/ф «Ворон» [16+]
01:15 Х/ф «От колыбели до могилы» [18+]

КУЛЬТУРА

07:30, 08:00, 08:30, 09:20, 11:00, 16:00, 20:30 Новости культуры
07:35 Пешком...
08:05 Легенды мирового кино
08:35, 19:40, 02:00 Д/ф «Хомо сапиенс. Новые версии происхождения»
09:25 Д/ф «Беларусь. Несвижский замок»
09:50, 17:35 Х/ф «Дубровский»
11:15 Наблюдатель
12:10, 00:50 Д/ф «Мстислав Запашный. День циркового артиста»
13:25 Цвет времени
13:40, 22:45 Т/с «Шерлок Холмс»
15:15, 21:05 Наедине с Петром Великим
16:05 Новости. Подробно. Книги
16:20 Эрмитаж
16:50 2 Верник 2
18:45, 02:45 Неделя симфонической музыки
20:45 Главная роль
21:50 Спокойной ночи, малыши!
22:05 Белая студия

СРЕДА 8 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 Доброе утро
09:00, 17:00, 20:00 Новости
09:05 Антифейк [16+]
09:45 Жить здорово! [16+]
10:30, 17:20, 20:15, 23:45 Информационный канал [16+]
21:00 Время
21:45 Т/с «Тобол» [16+]
22:45 Большая игра [16+]

Т/с «Тобол»

РОССИЯ-1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 60 минут [12+]
14:55 Кто против? [12+]
21:20 Т/с «Елизавета» [16+]
22:20 Вечер с Владимиром Соловьёвым [12+]
01:00 Т/с «Земский доктор» [12+]
02:45 Т/с «По горячим следам» [16+]

НТВ

05:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» [16+]
07:30 Утро. Самое лучшее [16+]
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 00:35 Сегодня
09:25 Мои университеты. Будущее за настоящим [6+]
10:20, 11:30 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» [16+]
14:25 Чрезвычайное происшествие
15:00 Место встречи [16+]
17:40 За гранью [16+]
18:50 ДНК [16+]
21:00 Т/с «Дельфин» [16+]
23:00 Т/с «Гений» [16+]
01:00 Т/с «Пёс» [16+]
04:30 Т/с «Шаман» [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00, 08:00, 13:15, 18:00, 20:00, 00:30 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30 Квадратные метры [12+]
08:30 Мультфильм [6+]
08:45, 15:40 «Непростые вещи» [12+]
09:10, 16:10 Т/с «Последний Янычар» [12+]
10:00, 17:05 Т/с «Старшая дочь» [12+]
10:55 Д/ф «Научные сенсации» [12+]
11:45, 18:35 Д/ф «1812» [12+]
12:45, 23:15 Один день в городе [12+]
13:30 На здоровой волне [12+]
13:55 Т/с «Свои. 1 сезон» [16+]
14:45 Т/с «Грешник» [12+]
19:30 Форпост [12+]
19:45 НЭП [16+]
20:30 Т/с «Психология любви» [12+]
22:25 Т/с «Свои.1 сезон» [16+]
23:50 Федерация [16+]

ОТР

06:25, 02:05 Большая страна [12+]
07:00, 08:00, 18:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30, 08:30 Free talk [16+]
07:40 Квадратные метры [16+]
09:00 Календарь [12+]
09:40 Активная среда [12+]
10:10 Х/ф «Шоколад» [16+]
12:00, 16:00, 21:20, 03:30 ОТРажение [12+]
13:35, 23:15 Прав!Да? [12+]
14:15 Т/с «Орлова и Александров» [16+]
18:30 На грани [16+]
18:45 Место в истории [12+]
19:00 Х/ф «Кремень» [16+]
20:30 Большая страна: открытие [12+]
21:00, 23:00, 03:00 Новости
23:55 Гамбургский счёт [12+]
00:25 Отчий дом [12+]
00:35 Д/ф «Музейный феникс» [6+]
01:05 Д/ф «Легенды русского балета» [12+]
01:35 Потомки [12+]
05:00 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки» [6+]
05:30 Домашние животные [12+]

ТНТ АСТВ

07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 05:50, 06:40 Однажды в России [16+]
08:30 Битва пикников [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30 Т/с «Универ. Новая общага» [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «СашаТаня» [16+]
21:00 Т/с «Полицейский с Рублёвки» [16+]
22:00 Т/с «Эпидемия-2» [16+]
23:00 Х/ф «Час пик-3» [16+]
00:35 Х/ф «Агент Джонни Инглиш 3.0» [12+]
01:55, 02:40 Импровизация [16+]

РЕН-ТВ

06:00 Территория заблуждений с Игорем Прокопенко [16+]
07:00, 05:45 Документальный проект [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
10:00, 16:00 Засекреченные списки [16+]
12:00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым [16+]
13:00, 17:00, 20:00 112 [16+]
14:00, 00:25 Загадки человечества с Олегом Шишкиным [16+]
15:00 Невероятно интересные истории [16+]
18:00, 04:05 Тайны Чапман [16+]
19:00, 03:20 Самые шокирующие гипотезы [16+]
21:00 Х/ф «Поцелуй дракона» [16+]
23:00 Смотреть всем! [16+]
01:30 Х/ф «Однажды в Мексике: десперадо-2» [16+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Три кота»
06:15 М/с «Сказки Шрэкова болота» [6+]
06:40 М/ф «Шрэк. Страшилки» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри»
09:20 Уральские пельмени [16+]
10:10 Т/с «Ивановы-Ивановы» [16+]
17:40 Х/ф «Превосходство Борна» [16+]
19:45 Х/ф «Ультиматум Борна» [16+]
22:00, 22:30 Т/с «Трудные подростки» [16+]
23:00 Х/ф «Хищник» [18+]
01:00 Х/ф «Дюнкерк» [16+]
02:55 Х/ф «Битва преподов» [16+]
04:15 Т/с «Воронины» [16+]

Х/ф «Битва преподов»

ЗВЕЗДА

05:20, 03:50 Т/с «Береговая охрана-2»
07:00 Сегодня утром [12+]
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
09:25, 13:25, 18:45 Специальный репортаж [16+]
09:40, 23:15 Т/с «Дума о Ковпаке»
11:20, 20:25 Открытый эфир [16+]
13:40 Не факт!
14:25 Т/с «Береговая охрана-2» [16+]
18:25, 03:30 Д/с «Москва – фронту» [16+]
19:00 Д/с «Подпольщики» [16+]
22:00 Между тем [12+]
22:25 Д/с «Секретные материалы» [16+]
00:40 Т/с «Кромъ» [16+]
02:15 Д/с «Нюрнберг» [16+]

ТВ-3

06:00 Мультфильмы
09:00 Знаки судьбы [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 17:25, 18:00, 19:30, 20:00 Слепая [16+]
11:30, 18:30, 19:00 Старец [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:35, 14:10, 15:45, 16:20 Гадалка [16+]
14:40 Мистические истории [16+]
16:55 Всё в твоих руках [16+]
20:30, 21:15, 22:10, 22:45, 02:30, 03:15, 04:00, 04:45, 05:30 Т/с «Кости» [16+]
23:30 Х/ф «Жатва» [16+]
01:15 Х/ф «Челюсти» [16+]

КУЛЬТУРА

07:30, 08:00, 08:30, 09:20, 11:00, 16:00, 20:30 Новости культуры
07:35 Пешком...
08:05 Легенды мирового кино
08:35 Д/ф «Хомо сапиенс. Новые версии происхождения»
09:25 Д/ф «Испания. Тортоса»
09:50, 17:35 Х/ф «Дубровский»
11:15 Наблюдатель
12:10, 00:50 XX век
13:30, 00:15 Цвет времени
13:40, 22:45 Т/с «Шерлок Холмс»
15:15, 21:05 Наедине с Петром Великим
16:05 Новости. Подробно. Кино
16:20 Библейский сюжет
16:50 Белая студия
18:40, 03:00 Неделя симфонической музыки
19:35 Д/ф «Рождение медицины. Как лечили в Древней Греции»
20:45 Главная роль
21:50 Спокойной ночи, малыши!
22:05 Абсолютный слух

ЧЕТВЕРГ 9 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 Доброе утро
09:00, 17:00, 20:00 Новости
09:05 Антифейк [16+]
09:45 Жить здорово! [16+]
10:30, 17:20, 20:15, 23:45 Информационный канал [16+]
21:00 Время
21:45 Т/с «Тобол» [16+]
22:45 Большая игра [16+]

Т/с «Тобол»

РОССИЯ-1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 60 минут [12+]
14:55 Кто против? [12+]
21:20 Т/с «Елизавета» [16+]
22:20 Вечер с Владимиром Соловьёвым [12+]
01:00 Т/с «Земский доктор» [12+]
02:45 Т/с «По горячим следам» [16+]

НТВ

05:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» [16+]
07:30 Утро. Самое лучшее [16+]
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 00:35 Сегодня
09:25 Мои университеты. Будущее
за настоящим [6+]
10:20, 11:30 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» [16+]
14:25 Чрезвычайное происшествие
15:00 Место встречи [16+]
17:40 За гранью [16+]
18:50 ДНК [16+]
21:00 Т/с «Вирус» [16+]
01:00 ЧП. Расследование [16+]
01:25 Поздняков [16+]
01:40 Мы и наука. Наука и мы [12+]
02:30 Т/с «Пёс» [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00, 13:15, 18:00, 20:00, 00:15, 08:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30 НЭП [16+]
08:30 Мультфильм [6+]
08:45 Меганаука [12+]
09:15, 16:10 Т/с «Последний Янычар» [12+]
10:10, 17:05 Т/с «Старшая дочь» [12+]
11:10, 23:25 Д/ф «Не обманешь» [12+]
12:00, 18:35 Д/ф «1812» [12+]
12:55 Краеведы [16+]
13:30 Место в истории [12+]
13:55, 22:25 Т/с «Свои. 1 сезон» [16+]
14:45 Т/с «Улыбка пересмешника» [12+]
15:40 Один день в городе [12+]
19:30 Лимаренко. Главное [16+]
19:45 Сахалин. Транспортные линии [16+]
20:30 Т/с «Психология любви» [12+]

ОТР

06:25, 02:05 Большая страна [12+]
07:00, 08:00, 18:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30, 08:30 На грани [16+]
07:45, 08:45 Место в истории
09:00 Календарь [12+]
09:40 Вспомнить всё [12+]
10:10 Х/ф «Кремень» [16+]
11:35, 20:40 Большая страна: открытие [12+]
12:00, 16:00, 21:20, 03:30 ОТРажение [12+]
13:35, 23:15 Прав!Да? [12+]
14:15 Т/с «Орлова и Александров» [16+]
18:30 Лимаренко. Главное [16+]
18:40 Форпост [12+]
19:00 Х/ф «Путешествие с домашними животными» [16+]
21:00, 23:00, 03:00 Новости
23:55 Фигура речи [12+]
00:25 Отчий дом [12+]
00:35 Дом «Э» [12+]
01:05 Д/ф «Легенды русского балета» [12+]
01:35 Потомки [12+]
05:00 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки» [6+]

ТНТ АСТВ

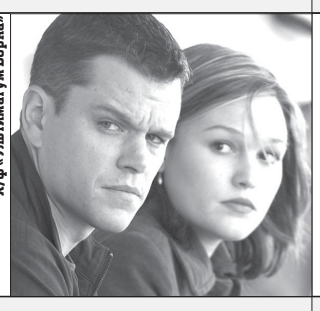
07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 05:40 Однажды в России [16+]
08:30 Перезагрузка [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30 Т/с «Универ. Новая общага» [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:25 Т/с «СашаТаня» [16+]
20:50 Т/с «Полицейский с Рублёвки» [16+]
22:00 Т/с «Эпидемия-2» [16+]
23:00 Х/ф «Разборки в стиле кунг-фу» [16+]
00:45 Х/ф «Парни со стволами» [18+]
02:30 Импровизация [16+]

РЕН-ТВ

06:00, 07:00, 05:40 Документальный проект [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
10:00 Засекреченные списки [16+]
12:00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым [16+]
13:00, 17:00, 20:00 112 [16+]
14:00, 00:25 Загадки человечества с Олегом Шишкиным [16+]
15:00 Невероятно интересные истории [16+]
16:00 Неизвестная история [16+]
18:00, 04:55 Тайны Чапман [16+]
19:00, 04:05 Самые шокирующие гипотезы [16+]
21:00 Х/ф «Афера под прикрытием» [16+]
23:25 Смотреть всем! [16+]
01:30 Х/ф «Отступники» [16+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Три кота»
06:35 М/с «Как приручить дракона. Легенды» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри»
09:20 Уральские пельмени [16+]
10:20 Т/с «Ивановы-Ивановы» [12+]
17:05 Х/ф «Ультиматум Борна» [16+]
19:25 Х/ф «Эволюция Борна» [16+]
22:00, 22:30 Т/с «Трудные подростки» [16+]
23:00 Х/ф «Экипаж» [18+]
01:40 Х/ф «Бойцовская семейка» [16+]
03:30 Т/с «Воронины» [16+]
05:45 6 кадров [16+]


Х/ф «Ультиматум Борна»

ЗВЕЗДА

05:20, 04:55 Т/с «Береговая охрана-2»
07:00 Сегодня утром [12+]
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
09:30, 13:25, 18:45 Специальный репортаж [16+]
09:45, 23:15 Т/с «Дума о Ковпаке»
11:20, 20:25 Открытый эфир [16+]
13:40 Не факт!
14:25 Т/с «Береговая охрана-2» [16+]
18:25 Д/с «Москва – фронту» [16+]
19:00 Д/с «Подпольщики» [16+]
22:00 Между тем [12+]
22:25 Код доступа [12+]
00:35 Х/ф «Приказ: огонь не открывать»
02:05 Т/с «Кромъ» [16+]
03:35 Д/ф «Алексей Брусилов. Служить России» [12+]
04:20 Д/с «Хроника Победы» [16+]
04:45 Д/с «Оружие Победы»

ТВ-3

06:00 Мультфильмы
09:00 Знаки судьбы [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 17:25, 18:00, 19:30 Слепая [16+]
11:30, 18:30, 19:00 Старец [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:35, 14:10, 15:45, 16:20 Гадалка [16+]
14:40 Мистические истории [16+]
16:55 Всё в твоих руках [16+]
20:00, 21:00, 21:45, 22:45 Т/с «Агентство О.К.О.» [16+]
23:30 Х/ф «Взаперти» [16+]
01:00 Х/ф «Кошмар на улице Вязов» [18+]
02:30, 03:15, 04:00, 04:45, 05:30 Т/с «Кости» [16+]

КУЛЬТУРА

07:30, 08:00, 08:30, 09:30, 11:00, 16:00, 20:30 Новости культуры
07:35 Пешком...
08:05 Легенды мирового кино
08:35 Д/ф «Рождение медицины. Как лечили в Древней Греции»
09:35, 00:20 Цвет времени
09:50, 17:35 Х/ф «Дубровский»
11:15 Наблюдатель
12:10, 00:50 XX век
13:10 Д/ф «Казань. Дом Зинаиды Ушковой»
13:40, 22:45 Т/с «Шерлок Холмс»
15:15, 21:05 Наедине с Петром Великим
16:05 Новости. Подробно. Театр
16:20 Моя любовь — Россия!
16:50 2 Верник 2
18:40, 02:45 Неделя симфонической музыки
19:35, 01:50 Д/ф «Гутенберг и рождение книгопечатания»
20:45 Главная роль
21:50 Спокойной ночи, малыши!
22:05 Энигма

ПЯТНИЦА 10 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 Доброе утро
09:00, 17:00, 20:00 Новости
09:05 Антифейк [16+]
09:45 Жить здорово! [16+]
10:30, 17:20, 20:15, 01:25 Информационный канал [16+]
21:00 Время
21:45 Две звезды. Отцы и дети [12+]
23:25 Х/ф «Аферистка» [18+]

Х/ф «Аферистка»

РОССИЯ-1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30, 17:30 60 минут [12+]
14:55 Кто против? [12+]
21:20 Вечер с Владимиром Соловьёвым [12+]
00:00 Х/ф «Долгое прощание» [12+]
02:00 Х/ф «Семья маньяка Беляева» [12+]

НТВ

05:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» [16+]
07:30 Утро. Самое лучшее [16+]
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Сегодня
09:25 Мои университеты. Будущее
за настоящим [6+]
10:20, 11:30 Т/с «Морские дьяволы. Смерч» [16+]
14:25 Чрезвычайное происшествие
15:00 Место встречи [16+]
17:40 ДНК [16+]
19:00 Жди меня [12+]
21:00 Т/с «Вирус» [16+]
00:30 Захар Прилепин. Уроки русского [12+]
00:55 Своя правда
02:30 Квартирный вопрос

ОТВ САХАЛИН

07:00, 08:00, 13:15, 18:00, 20:00, 00:30 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30 Лимаренко. Главное [16+]
08:40 Мультфильм [6+]
08:55 Не факт! [12+]
09:25, 16:10 Т/с «Последний Янычар» [12+]
10:15, 17:00 Т/с «Старшая дочь» [12+]
11:20, 18:35 Д/ф «1812» [12+]
12:25 Д/ф «Научные сенсации» [12+]
13:30 На здоровой волне [12+]
14:00, 22:05 Т/с «Свои. 1 сезон» [16+]
14:50 Т/с «Улыбка пересмешника» [12+]
15:40 Один день в городе [12+]
19:30 На грани [16+]
19:45 На здоровой волне [16+]
20:30 Х/ф «Река памяти» [12+]
23:00 Х/ф «Королева» [12+]

ОТР

06:25, 02:05 Большая страна [12+]
07:00, 08:00, 18:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30, 08:30 Лимаренко. Главное [16+]
07:40, 08:40 Форпост [12+]
09:00 Календарь [12+]
09:40 Д/ф «Книжные аллеи. Адреса и строки» [6+]
10:10 Х/ф «Путешествие с домашними животными» [16+]
11:45 Большая страна: территория тайн [12+]
12:00, 16:00, 21:20, 03:30 ОТРажение [12+]
13:35 Прав!Да? [12+]
14:15 Д/ф «Микеланджело. Бесконечность» [12+]
18:30 Сельсовет [12+]
18:45 На здоровой волне [12+]
18:50 Х/ф «Смерть негодяя» [16+]
21:00, 23:00, 03:00 Новости
23:15 Моя история [12+]
23:55 Х/ф «Опасные секреты» [16+]
05:00 Д/ф «Недописанные мемуары» [12+]

ТНТ АСТВ

07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 05:30, 06:20, 20:00 Однажды в России [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30 Т/с «Универ. Новая общага» [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30 Т/с «СашаТаня» [16+]
19:00 Где логика? [16+]
21:00 Комеди клаб [16+]
22:00 Comedy баттл [16+]
23:00 Прожарка [18+]
00:00 Такое кино! [16+]
00:25 Холостяк [18+]
01:35 Импровизация [16+]
03:10 Comedy баттл. Последний сезон [16+]

РЕН-ТВ

06:00, 07:00, 10:00 Документальный проект [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
11:55 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым [16+]
13:00, 17:00, 20:00 112 [16+]
14:00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным [16+]
15:00, 05:00 Невероятно интересные истории [16+]
16:00 Засекреченные списки [16+]
18:00 Тайны Чапман [16+]
19:00 Самые шокирующие гипотезы [16+]
21:00 Х/ф «Хороший, плохой, коп» [16+]
23:05, 00:25 Х/ф «Похищение» [16+]
01:20 Х/ф «Поцелуй дракона» [18+]
03:10 Х/ф «Город воров» [16+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Три кота»
06:30 М/с «Как приручить дракона. Легенды» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри»
09:20 Х/ф «Эволюция Борна» [16+]
12:00 Уральские пельмени [16+]
13:10 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
21:00 Х/ф «Джейсон Борн» [16+]
23:20 Х/ф «Контрабанда» [16+]
01:25 Х/ф «Дюнкерк» [16+]
03:10 Т/с «Воронины» [16+]
05:50 6 кадров [16+]

Х/ф «Дюнкерк»

ЗВЕЗДА

06:25 Т/с «Береговая охрана-2»
08:35, 09:20 Х/ф «От Буга до Вислы»
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
12:00, 13:25, 02:20 Т/с «Береговая охрана-2» [16+]
18:20 Д/с «Москва — фронту» [16+]
18:40 Д/ф «Легенды госбезопасности. Рэм Красильников. Охотник за шпионами»
19:30 Х/ф «Цель вижу» [16+]
21:15 Здравствуйте, товарищи! [16+]
22:15 Легендарные матчи [12+]
01:20 Д/ф «Кремль. Страницы истории» [12+]
02:05 Д/с «Сделано в СССР»

ТВ-3

06:00 Мультфильмы
09:00 Знаки судьбы [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 17:25, 18:00, 18:30, 19:00 Слепая [16+]
11:30 Старец [16+]
12:00, 12:30, 13:00, 13:35, 14:10, 15:45, 16:20, 16:55 Гадалка [16+]
14:40 Мистические истории [16+]
19:30 Т/с «История девятихвостого лиса» [16+]
22:15 Х/ф «47 ронинов» [12+]
00:15 Х/ф «Сердце дракона» [16+]
01:45 Х/ф «Сердце дракона: начало» [12+]
03:15, 03:45, 04:30, 05:15 Т/с «Кости» [16+]

КУЛЬТУРА

07:30, 08:00, 08:30, 09:30, 11:00, 16:00, 20:30, 00:30 Новости культуры
07:35 Пешком...
08:05 Легенды мирового кино
08:35 Д/ф «Гутенберг и рождение книгопечатания»
09:35, 18:40 Цвет времени
09:50 Х/ф «Дубровский»
11:20 Х/ф «Сильва»
12:40 Д/ф «Сергей Мартинсон»
13:25 Д/с «Забытое ремесло»
13:40 Т/с «Шерлок Холмс»
15:15 Острова
16:05 Письма из провинции
16:35 Энигма
17:15 Неделя симфонической музыки
18:55 Царская ложа
19:35, 22:05 Линия жизни
20:45 Смехоностальгия
21:15, 03:10 Искатели
23:00 Х/ф «Старики-разбойники»
00:50 Х/ф «Сквозь чёрное стекло» [18+]

СУББОТА 11 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06:00 Доброе утро. Суббота
09:00 Умницы и умники [12+]
09:45 Слово пастыря
10:00, 12:00, 15:00 Новости
10:15, 23:00 Порезанное кино [12+]
11:20, 12:15 Видели видео?
14:10, 15:15 Янтарная комната [12+]
16:30 Кто хочет стать миллионером?
18:00 Вечерние новости
18:20 Пусть говорят [16+]
19:55 На самом деле [16+]
21:00 Время
21:35 Сегодня вечером [16+]
23:55 Олег Видов. С тобой и без тебя [12+]
00:50 Наедине со всеми [16+]

РОССИЯ-1

05:00 Утро России. Суббота
08:00 Вести. Местное время
08:20 Местное время. Суббота
08:35 По секрету всему свету
09:00 «Формула еды» [12+]
09:25 Пятеро на одного
10:10 Сто к одному
11:00, 17:00, 20:00 Вести
12:00 Т/с «Ликвидация» [16+]
18:00 «Привет, Андрей!» [12+]
21:00 Х/ф «Вы мне подходите» [12+]
00:40 Т/с «Пётр Первый. Завещание» [16+]

НТВ

05:50 Хорошо там, где мы есть!
06:15 ЧП. Расследование
06:40 Х/ф «Не бойся, я с тобой! 1919» [12+]
08:30 Смотр
09:00, 11:00, 17:00 Сегодня
09:15 Поедем, поедим!
10:20 Едим дома
11:20 Главная дорога [16+]
12:00 Живая еда [12+]
13:00 Квартирный вопрос
14:05 Однажды... [16+]
15:00 Своя игра
16:00, 17:15 Следствие вели...
19:00 По следу монстра [16+]
20:00 Центральное телевидение
21:10 Ты не поверишь! [16+]
22:00 Секрет на миллион [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00, 08:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30 На здоровой волне [16+]
07:40 Мультфильм [6+]
08:30 Х/ф «Пчёлка Майя»
10:00 Хоккей. Чемпионат Сахалинской области на кубок губернатора-2022
13:00, 23:20 Д/ф «Адмирал Кузнецов. Флотоводец Победы» [12+]
13:50 Т/с «Команда Б» [16+]
15:50 Формула красоты [12+]
16:35, 00:10 Т/с «Вне закона: преступление и наказание» [16+]
17:15 Т/с «Линия Марты» [12+]
19:15 Вера и современность [12+]
19:30 Центр внимания. Итоги недели [16+]
20:00 Х/ф «Абатуар: лабиринт страха» [16+]
21:45 Х/ф «Река памяти» [12+]

ОТР

06:55 Х/ф «Смерть негодяя» [16+]
07:00, 08:00 Центр внимания. Сахалин [16+]
07:30, 08:30 Сельсовет [12+]
07:45, 08:45 На здоровой волне [12+]
10:25 Х/ф «Злоключения китайца в Китае» [16+]
12:20 Финансовая грамотность [12+]
12:50 Сходи к врачу [12+]
13:05 Коллеги [12+]
13:35 Большая страна [12+]
14:25, 05:10 Д/ф «Город учёных» [12+]
15:15 Свет и тени [12+]
15:45 Песня остаётся с человеком [12+]
16:00 Х/ф «Остров сокровищ» [6+]
17:30 ОТРажение. Детям [12+]
18:00 Центр внимания. Итоги недели [16+]
18:30 Краеведы [16+]
19:00, 20:50, 03:00 Новости
19:05 ОТРажение. Суббота [12+]
20:55 Клуб главных редакторов [12+]
21:35 Очень личное [12+]
22:15 Х/ф «Вокзал для двоих» [12+]

ТНТ АСТВ

07:00, 08:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 05:50, 06:35 Однажды в России [16+]
09:00 Битва пикников [16+]
09:30 Модные игры [16+]
15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Реальные пацаны» [16+]
21:00 Музыкальная интуиция [16+]
23:00 Stand up [18+]
00:00 Х/ф «Бегущий по лезвию» [18+]
01:50 Импровизация [16+]
03:25 Comedy баттл. Последний сезон [16+]
04:10, 05:00 Открытый микрофон [16+]

РЕН-ТВ

06:00 Невероятно интересные истории [16+]
08:00 С бодрым утром! [16+]
09:00 О вкусной и здоровой пище [16+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30, 00:00 Новости [16+]
10:00 Минтранс [16+]
11:00 Самая полезная программа [16+]
12:00, 14:00 Военная тайна с Игорем Прокопенко [16+]
15:30 Совбез [16+]
16:30 Документальный спецпроект [16+]
18:00 Засекреченные списки [16+]
19:00, 21:00 Х/ф «Годзилла-2: король монстров» [16+]
22:00 Х/ф «Рэмпейдж» [16+]
00:25 Х/ф «Разлом» [16+]
02:30 Х/ф «Волна» [16+]
04:10 Х/ф «Смерти вопреки» [16+]
05:40 М/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» [12+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Фиксики»
06:25 Мультфильмы
06:45 М/с «Три кота»
07:30 М/с «Том и Джерри»
08:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» [6+]
08:25, 10:00 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
09:00, 09:30 Просто кухня [12+]
11:20 Х/ф «Дежурный папа» [12+]
13:05 Х/ф «Ловушка для родителей»
15:40 Х/ф «Трудный ребёнок»
17:15 Х/ф «Трудный ребёнок-2»
19:00 Х/ф «Зубная фея» [12+]
21:00 Х/ф «Зов предков» [6+]
22:55 Х/ф «Тихое место-2» [16+]
00:40 Х/ф «Экипаж» [18+]
03:10 Т/с «Воронины» [16+]
05:50 6 кадров [16+]

ЗВЕЗДА

05:20 Т/с «Береговая охрана-2»
06:50, 08:15, 04:05 Х/ф «31 июня» [12+]
08:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
09:30 Легенды кино [12+]
10:15 Главный день [16+]
11:00 Д/с «Война миров» [16+]
11:45 Не факт! [12+]
12:15 СССР. Знак качества [12+]
13:15 Легенды музыки
13:40 Круиз-контроль [12+]
14:10 Морской бой [6+]
15:10, 18:30 Т/с «Дружина» [16+]
22:20 Х/ф «Ярослав» [16+]
00:00 Десять фотографий [12+]
00:40 Х/ф «От Буга до Вислы»
02:55 Х/ф «По данным уголовного розыска...» [12+]

ТВ-3

06:00, 05:45 Мультфильмы
09:00, 09:30 Слепая [16+]
10:00, 01:15 Х/ф «Сокровища ацтеков» [16+]
12:00 Х/ф «На гребне волны» [16+]
14:00 Х/ф «Затерянный город Z» [16+]
16:30 Х/ф «Кинг Конг» [16+]
20:00 Х/ф «Выживший» [16+]
23:00 Х/ф «Кровавый алмаз» [18+]
02:45 Х/ф «Сердце дракона: проклятье чародея» [12+]
04:15, 05:00 Т/с «Кости» [16+]

КУЛЬТУРА

07:30 Библейский сюжет
08:05 Мультфильмы
09:10 Х/ф «Моя любовь»
10:25 Обыкновенный концерт
10:55, 00:35 Исторические курорты России
11:25 Х/ф «Старики-разбойники»
12:50 Земля людей
13:20 Рассказы из русской истории
14:20 Д/ф «Его величество конферансье»
15:05 Д/ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён». Без сюрпризов не можете?!»
15:45 Х/ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён»
16:55 Концерт . Конкурс «Щелкунчик»
18:30, 03:10 Искатели
19:20 Голливуд страны Советов
19:35 Х/ф «Девушка без адреса»
21:00 Большой джаз
23:05 Х/ф «Белый снег России»

ВОСКРЕСЕНЬЕ 12 ИЮНЯ

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

04:35, 06:10 Т/с «Тот, кто читает мысли» [16+]
06:00, 10:00, 12:00, 15:00 Новости
06:25 Играй, гармонь любимая! [12+]
07:00 Бокс. Россия — Африка
08:30 Часовой [12+]
08:55 Здоровье [16+]
10:15, 12:10 Х/ф «Юность Петра» [12+]
13:10, 15:10 Х/ф «В начале славных дел» [12+]
16:05 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил» [12+]
18:00 Вечерние новости
18:20, 21:45 Империя: Петр I
21:00 Время
23:05 Х/ф «Петр Первый»

РОССИЯ-1

05:20, 04:00 Х/ф «Берега любви» [12+]
07:15 Устами младенца
08:00 Местное время
08:35 Когда все дома
09:25 Утренняя почта
10:10 Сто к одному
11:00, 14:00, 17:00 Вести
12:00, 14:30 Т/с «Ликвидация» [16+]
16:05 А о Петре ведайте... [12+]
18:00 Песни от всей души [12+]
20:00 Вести недели
22:00 Москва. Кремль. Путин
22:35 Вручение гос. премий РФ

НТВ

06:15 Х/ф «Вызов» [16+]
07:45 Центральное телевидение [16+]
09:00, 11:00, 17:00 Сегодня
09:15 У нас выигрывают!
11:20 Первая передача [16+]
12:00 Чудо техники [12+]
13:00 Дачный ответ
14:00 НашПотребНадзор [16+]
15:00 Своя игра
16:00, 17:20 Следствие вели... [16+]
20:00 Итоги недели
21:20 Ты супер! 60+ [6+]
23:40 Х/ф «Отставник: один за всех» [16+]
01:25 Х/ф «Отставник: спасти врага» [16+]
03:05 Т/с «Шаман. Новая угроза» [16+]

ОТВ САХАЛИН

07:00 Утро на ОТВ [6+]
07:40 Краеведы [16+]
08:00, 13:00, 19:30 Центр внимания. Итоги недели [16+]
08:30 Х/ф «Пчёлка Майя: медовый движ»
10:00 Праздничный концерт. День России. [16+]
13:45 Т/с «Команда Б» [16+]
16:30 Хоккей. Чемпионат Сахалинской области на кубок губернатора-2022
19:55 Х/ф «Без меня» [16+]
21:35 Т/с «Линия Марты» [12+]
23:45 Т/с «Вне закона: преступление и наказание» [16+]
00:10 Д/ф «Маршал Конев. Иван в Европе» [12+]

ОТР

06:55, 19:55 Вспомнить всё [12+]
07:00, 08:00, 18:00 Центр внимания. Итоги недели [16+]
07:30, 08:30 Краеведы [16+]
09:30 ОТРажение. Детям [12+]
10:00, 16:45 Календарь [12+]
10:40 ОТРажение [12+]
12:25 Отчий дом [12+]
12:35 Д/ф «Недописанные мемуары» [12+]
13:35 Большая страна [12+]
14:25 Д/ф «Государственные символы России» [12+]
15:10 Воскресная Прав!Да?
15:50 Нелёгкий труд [12+]
16:05 Триумф джаза. Встречи с Игорем Бутманом» [12+]
17:30 Фестиваль народных традиций «Хранимые веками» [12+]
18:30 Free talk [16+]
19:00, 01:20 ОТРажение недели [12+]
20:20 Х/ф «Ватерлоо» [6+]
22:35 Концерт [12+]
23:50 Х/ф «Верность» [6+]
02:15, 03:05 Х/ф «Смерть негодяя» [16+]
03:00 Новости

ТНТ АСТВ

07:00, 08:00, 05:30, 06:20, 21:00, 22:00 Однажды в России [16+]
08:30 Бузова на кухне [16+]
09:00 Перезагрузка [16+]
09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00 Т/с «СашаТаня» [16+]
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 Т/с «Ольга» [16+]
23:00 Женский стендап [16+]
00:00, 01:10 Битва экстрасенсов [16+]
02:20 Импровизация [16+]
03:55 Comedy баттл. Последний сезон [16+]

РЕН-ТВ

06:00 М/ф «Алёша Попович и Тугарин Змей» [12+]
06:55 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч»
08:00 М/ф «Илья Муромец и Соловей-разбойник» [6+]
09:30, 13:30, 17:30, 20:30 Новости [16+]
10:00 М/ф «Огонёк-огниво» [6+]
11:55 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» [12+]
14:00 М/ф «Три богатыря: ход конем» [6+]
15:25 М/ф «Три богатыря и Морской царь» [6+]
17:00, 18:00 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» [6+]
18:50 М/ф «Три богатыря и наследница престола» [6+]
21:00 М/ф «Конь Юлий и большие скачки» [6+]
22:20 М/ф «Три богатыря и конь на троне» [6+]
00:00 Добров в эфире [16+]
00:55 Самые шокирующие гипотезы [16+]

СТС

06:00 Ералаш
06:05 М/с «Фиксики»
06:25 Мультфильмы
06:45 М/с «Три кота»
07:30 М/с «Царевны»
07:55 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
09:00 Рогов+ [16+]
10:00 Уральские пельмени [16+]
10:05 М/ф «Смешарики. Легенда о золотом драконе» [6+]
11:40 М/ф «Смешарики. Дежавю» [6+]
13:20 Х/ф «Подарок с характером»
15:05 Х/ф «Дорогой папа» [12+]
16:45, 01:40 Х/ф «Миллиард» [12+]
18:45 Х/ф «Кома» [16+]
21:00 Х/ф «Белый снег» [6+]
23:25 Х/ф «Спутник» [16+]
03:20 Т/с «Воронины» [16+]
05:40 6 кадров [16+]

ЗВЕЗДА

06:20 Х/ф «Ярослав» [16+]
08:00, 13:00, 18:00 Новости дня [16+]
08:15 Х/ф «Свадьба с приданым» [12+]
10:20 Х/ф «Любить по-русски» [16+]
12:00, 13:15, 14:10, 15:05, 16:05, 17:00 Мифы о России: вчера, сегодня, завтра [12+]
18:15 Всероссийский вокальный конкурс «Новая звезда-2022» [6+]
20:50 Х/ф «Любить по-русски-2» [16+]
22:30 Х/ф «Губернатор: любить по-русски-3» [16+]
00:05 Д/ф «Вещий Олег» [12+]
01:30 Х/ф «Русь изначальная» [12+]
03:50 Х/ф «Светлый путь» [12+]
05:30 Д/с «Хроника Победы» [16+]

ТВ-3

06:00 Мультфильмы
10:15 Т/с «История девятихвостого лиса» [16+]
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 Гадалка [16+]
23:00 Х/ф «Кинг Конг» [16+]
02:00 Х/ф «Стой! Или моя мама будет стрелять» [16+]
03:15, 04:00, 04:45, 05:30 Т/с «Кости» [16+]

КУЛЬТУРА

07:30 Лето Господне. День Святой Троицы
08:05 Мультфильм
09:00 Х/ф «Белый снег России»
10:25 Обыкновенный концерт
10:55, 01:20 Исторические курорты России
11:25 Х/ф «Девушка без адреса»
12:50 Земля людей
13:20 Рассказы из русской истории
14:20 Х/ф «Пётр Первый»
17:40 Концерт
19:10 Х/ф «Я шагаю по Москве»
20:25 Д/ф «Мир Александры Пахмутовой»
21:10 Романтика романса
22:15 Х/ф «Архипелаг»
23:55 Классика встречает джаз
01:50 Х/ф «Моя любовь»
03:10 Искатели

Летний рацион

Специалисты рекомендуют больше прислушиваться к потребностям своего организма

Иван Алексеев
lenta@sakh.online

Наступают тёплые дни и наши вкусовые предпочтения подвержены изменениям. Это не удивительно, потому что летом организму важнее получать больше жидкости и лёгкой пищи, чем жирной еды, да и хочется её намного меньше. Некоторыми советами с нами поделилась консультант по питанию, фитнес-инструктор Евгения Волосожар.

Аккуратнее с водой

Наверняка вы слышали о том, что нужно выпивать в день не менее 1,5–2 литров чистой воды в зависимости от вашего веса. Летом эту норму можно увеличить, если вы чувствуете, что организм в этом нуждается, и вы испытываете жажду. Однако будьте внимательны: насильно пить воду тоже не стоит. Кроме того, обратите внимание на особенности своего здоровья: если вы страдаете сердечно-сосудистыми заболеваниями или заболеваниями почек — количество потребляемой жидкости для вас должно быть умеренным. От кофе лучше отказаться. Кофеин заставляет сердце биться чаще, а в жару оно и так испытывает немаленькую нагрузку. Также будьте аккуратны с алкоголем — кружка холодного пива, безусловно, выглядит для многих заманчиво, однако не стоит забывать, что алкоголь вызывает обезвоживание.

Калорийность рациона

Если в жару вам особенно лень двигаться, и уровень вашей активности снижается — необходимо пересмотреть рацион и сократить потребление жирных продуктов. Но не забывайте и о том, что жиры — это необходимый в нашем питании нутриент, и исключать его полностью не нужно. Просто добавьте в свой рацион больше пользы — авокадо, оливковое масло и оливки, орехи, рыба морских пород, тёмный шоколад, натуральный йогурт — отличные источники именно полезных жиров.

Евгения Волосожар советует летом не упускать возможность есть вдоволь овощей и фруктов.
/ ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО Е. ВОЛОСОЖАР

Овощное разнообразие

Наступает сезон, когда овощи становятся самыми доступными по разнообразию и стоимости, чем в какой-либо другой период года. Не упускайте эту возможность. Помните, что мир овощей, фруктов и ягод очень богат, и каждый день включайте их в свой рацион в достаточном количестве. Напомню, что для взрослых это не менее 500, а для детей 300 граммов. А какое разнообразие летних салатов можно приготовить. Немного фантазии и 100 процентов пользы, витаминов и микроэлементов для вашего здоровья.

> От кофе лучше отказаться. Кофеин заставляет сердце биться чаще, а в жару оно и так испытывает немаленькую нагрузку.

Избегайте соли

Еду не стоит пересаливать не только летом, но в жару будьте особенно внимательны. Просто запомните, что в летний период нашему организму ещё тяжелее сохранять водно-солевой баланс, и чем меньше мы едим солёного и копчёного, тем меньше нам хочется пить.

Помните также, что в жару еда портится быстрее, поэтому старайтесь готовить меньше и чаще. Также будьте аккуратны с посещением мест общественного питания и выбирайте только проверенные места с большой проходимостью клиентов.

Евгения Волосожар поделилась с нашими читателями рецептом вкусной окрошки без картофеля, которая станет как отличным обедом, так и ужином в жаркий день.

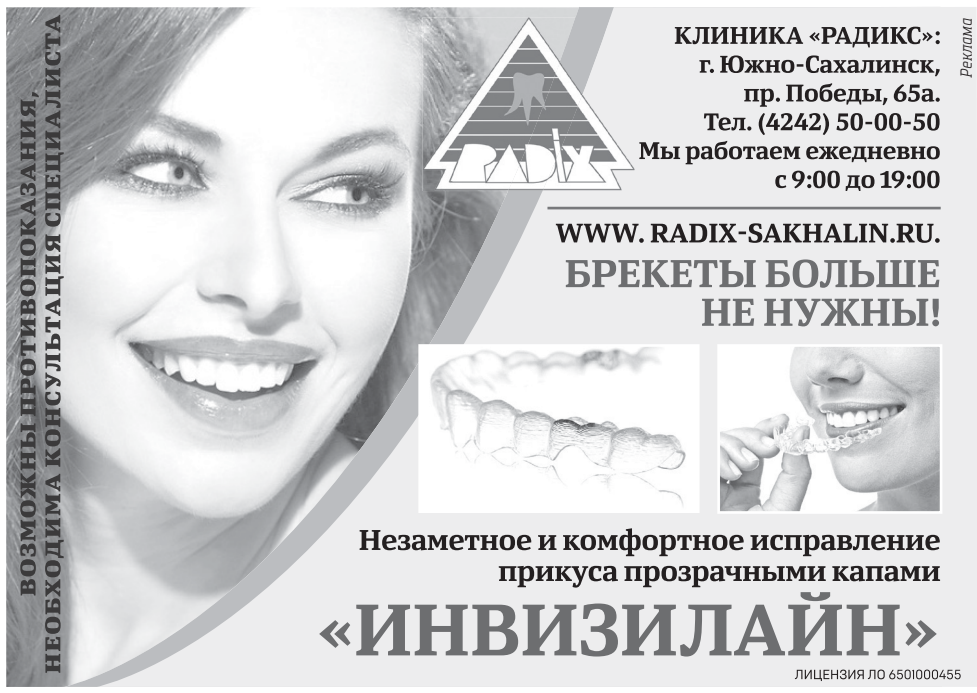
Состав

1. Курица, говядина, говяжий язык или индейка 300 г
2. Варёная морковь 1 шт.
3. Мороженый горошек 100 г
4. Яйцо 2 шт.
5. Свежий огурец 1 шт.
6. Редис по вкусу
7. Зелень по вкусу
8. Кефир 0,5 стакана на порцию
9. Вода 0,5 стакана
10. Соль по вкусу.

Готовим

Мясо отвариваем, остужаем и нарезаем, морковь и яйца рубим кубиками, горошек заливаем кипятком и ждём три минуты, сливаем воду. Редис и огурец также нарезаем кубиками, крошим зелень. Кефир разводим водой один к одному, солим по вкусу и заправляем окрошку.

КБЖУ на 100 граммов 88/7/5/3.



Гороскоп 6 – 12 июня

Овен. Заниматься придётся несколькими делами сразу, обстоятельства не позволят сосредоточиться на чём-то одном. Неделя будет довольно утомительной, особенно для тех, кто рассчитывал быстро справиться со всеми поставленными задачами.

Телец. Беритесь за сложные и важные дела. Кое-какие трудности могут возникнуть, но они точно не испугают вас и не заставят отказаться от задуманного. Найдутся люди, готовые встать на вашу сторону, помочь в осуществлении смелых планов.

Близнецы. Вероятны небольшие разногласия с окружающими, но серьёзных конфликтов на неделе не возникнет. Наоборот, вы сможете поладить с теми, с кем долго не находили общего языка. Стоит немного отдохнуть, отвлечься от забот.

Рак. Будьте готовы изменить планы. Неделя принесёт неожиданные события, из-за которых нужно будет отложить одни дела и сосредоточиться на других. Не исключено, что возникнут какие-то бытовые проблемы, решение которых потребует расходов.

Лев. Прислушайтесь к интуиции: благодаря её подсказкам вы быстро сориентируетесь в ситуации, найдёте кратчайший путь к цели. Не все, кто прежде обещал вам поддержку, смогут сдержать слово, так что будьте готовы действовать самостоятельно.

Дева. Наберитесь терпения и постарайтесь ни с кем не поссориться. Это будет не так-то легко. Даже люди, с которыми вы прежде отлично ладили, могут вести себя странно, огорчать вас необдуманными словами или неприятными замечаниями.

Весы. Беритесь за новые дела. Вероятны необычные знакомства. В течение недели вы можете встретить людей, о которых прежде слышали много интересного, и подружиться с ними. Вечер среды обещает хорошие новости, касающиеся кого-то из близких.

Скорпион. Главное, что требуется от вас, это сохранять самообладание, не поддаваться мимолётным эмоциям. Лучше придерживаться планов, составленных ранее: это позволит избежать многих напрасных волнений и переживаний.

Стрелец. Старайтесь действовать самостоятельно, не полагайтесь на других при решении важных задач. Договориться с кем-то о сотрудничестве будет сложнее, чем обычно, да и времени на объяснения и обсуждения придётся потратить слишком много.

Козерог. Будет возможность восстановить отношения с давними партнёрами, договориться с ними о новом сотрудничестве. Не исключено, что ваши отношения станут менее формальными. Порадуют встречи с друзьями, вы отлично проведёте время.

Водолей. Какие-то мелкие проблемы могут возникнуть, но вы быстро справитесь с ними, если сохраните самообладание. Не разочарует и романтическое свидание. Будет возможность обсудить с любимым человеком то, что важно для вас обоих.

Рыбы. Доверяйте интуиции, особенно когда её подсказки оптимистичны и вам по душе. Успех во многом будет зависеть от того, насколько вы уверены в своих силах. Не позволяйте мелким недоразумениям сбить вас с толку, у вас всё получится.

Лунный гороскоп

Луна имеет сильное влияние как на физическое, так и на психоэмоциональное состояние человека. В эти дни постарайтесь все негативные эмоции перерабатывать внутри и отпускать, не копите обиды.

Уикенд в столице

Рекомендуем оценить талант виртуоза-балалаечника, успеть посетить необычную выставку и позаниматься спортом на «Горном воздухе»

Занятие начинается с общей разминки и выполнения упражнений для развития выносливости, преимущественно мышц ног. / ФОТО ИЗ ТГ-КАНАЛА #ЗДОРОВЬЕОТАНАТОЛИЧА

Первые летние выходные в городе обещают быть интересными. Даже если погода не позволит вам вырваться на пикник, вы обязательно найдёте чем себя занять.

Для меломанов. В областной столице состоится концерт виртуоза-балалаечника Алексея Архиповского. Музыкант считает свой треугольный инструмент кладезем тайн и загадок, подобным загадочной пирамиде Хеопса, и не устаёт их разгадывать.

— Я не считаю себя балалаечником в общепринятом смысле. И к балалайке я отношусь не как к русскому народному инструменту, а как к инструменту, на котором можно делать всё что угодно, — признаётся исполнитель.

Его нередко сравнивают с Никколо Паганини или Джими Хендриксом — музыкантами, которые перевернули сознание слушателей, заставив по-новому взглянуть на возможности скрипки и гитары.

В 2011 году виртуоз попал в Книгу рекордов России в номинации «Лучший в мире балалаечник».

▸ **Когда.** 5 и 6 июня.
▸ **Подробнее.** ККЗ «Октябрь». Телефон для справок: +7 (4242) 39-62-96

Для любителей необычного. Совместный выставочный проект художника Михаила Бырылова и фотографа Никиты Зыкова познакомит гостей арт-резиденции «Маяк» с абстрактным искусством в современном видении.

Выставка Catharsis включает в себя экспозицию графических и скульптурных работ художника, с использованием таких материалов, как дерево, гипс, стекло, цветные металлы и других фактур. Скульптуры обработаны огнём по японской технологии Shou Sugi Ban. Все выставочные работы можно легко адаптировать под современный проект дизайна интерьера. Поторопитесь, воскресенье — последний день работы выставки.

▸ **Когда.** 2–5 июня с 10:00 по 20:00
▸ **Подробнее.** Вход свободный.

Для активных. На средней станции комплекса «Горный воздух» возобновились занятия по общей физической подготовке. Для удобства подъём на канатной дороге до средней станции будет бесплатным с 10:00 до 10:20.

Тренировки проводит опытный тренер, специалист по физической культуре и спорту РФ Андрей Мирошников. Занятие начинается с общей разминки и выполнения упражнений для развития выносливости, преимущественно мышц ног. Во второй части тренировки группа поднимается на гору Большевик.

— Подъём осуществляется с остановками для выполнения приседаний. Новичкам всегда можно догнать основную группу во время таких пауз. Мы работаем по принципу «Семеро одного ждут!», — отметил Андрей Мирошников.

▸ **Для посещения не нужен инвентарь, достаточно надеть спортивную форму.**
▸ **Когда.** Каждое воскресенье в 10:30
▸ **Подробнее.** В среднем занятие длится около двух часов.

САМЫЕ ВАЖНЫЕ НОВОСТИ САХАЛИНА И КУРИЛ В НАШЕМ КАНАЛЕ TELEGRAM SAKHONLINE

ГУБЕРНСКИЕ ВЕДОМОСТИ

Учредители: правительство Сахалинской области и Сахалинская областная Дума
Издатель ОАУ «Издательский дом «Губернские ведомости»

Адрес редакции и издателя: Южно-Сахалинск, ул. Дзержинского, 34
E-mail: governor_news@sakhalin.ru, molotok@sakh.online (отдел объявлений)

Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ65–081, выдано управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Сахалинской области 13 ноября 2010 года.

Выходит три раза в неделю.

Главный редактор А. В. Ломова
Директор А. В. Норин

Отпечатано в ОАО «Сахалинская областная типография» (г. Южно-Сахалинск, ул. Дзержинского, 34).
Объем 6 печ. л.
Печать офсетная.
Тираж 19700.
Заказ № 252.
Цена свободная.

Подписные индексы: П2190, П2188

Приёмная 43-26-22
Бухгалтерия 42-46-10
Для справок 43-26-22
Объявления 43-81-12

Реклама: 42-46-08, 42-45-80 reklama@sakh.online

Рекламируемые в газете товары сертифицированы, услуги лицензированы. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несёт. Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов. Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

РЕАЛИЗУЕМ С ДОСТАВКОЙ

Реклама

- Песок строительный (охотский мелкий и крупный, красногорский, успеновский, чёрный)
- Щебень (различной фракции 5/20, 20/40, 40/70)
- Мучка
- Скальный грунт
- Чернозём
- Перегной
- Навоз
- Суглинок
- Торф
- Уголь (никольский без песка, сеяный)
- Дрова, опилки

ВСЁ ОТЛИЧНОГО КАЧЕСТВА!

Анастасия: 8-950-300-28-10 (ватсап)
8-962-105-35-77

Наши грузчики окажут вам услугу – перекидать уголь, дрова и т. п.!
Доставка на самосвалах от 1 до 25 кубов.
Работаем по городу Южно-Сахалинску и за городом.
ЧЕКИ ДЛЯ СОЦЗАЩИТЫ ВЫДАЁМ
Работаем без выходных с 8:00 до 22:00

ВНИМАНИЕ! СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА

Реклама

Выполняем любые виды строительных работ из наших, а также ваших материалов:
- бани
- дома
- заборы
- печи
- крыши
- фундаменты
- кровля
- сайдинг
- беседки
- гаражи
- сараи
- веранды

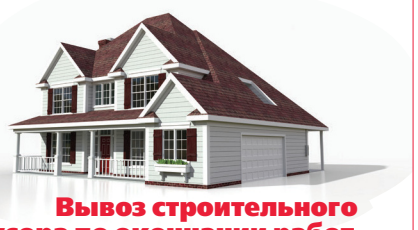
Поднимаем домики нашим материалом.
Пенсионерам скидки!!!
8-914-751-71-44
РЕМОНТ КВАРТИР, ОТДЕЛОЧНЫЕ РАБОТЫ

Магазин «СахМедКом»
СахМедКом медицинские товары и оборудование
ГАРАНТИЯ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА БЕСПЛАТНА
СЛУЖБА ДОСТАВКИ ПО ВСЕЙ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ
В продаже:
- Средства для реабилитации и ухода
- Подгузники и пелёнки для детей и взрослых
- Тонометры, небулайзеры, ирригаторы
- Корсеты, бандажи, компрессионное белье и другие товары

Режим работы: пн-пт с 09:00 до 18:00, сб-вс – выходной
пр. Победы, д. 18 (со стороны пр. Победы).
Тел.: 8 (4242) 51-54-54
Реклама

СТРОИТЕЛЬНАЯ БРИГАДА
Без выходных. Круглый год. В любую погоду.
Выполняет любые строительные работы со своим или вашим материалом:
- Ремонт, покраска домов
- Покрытие крыши
- Профнастил
- Отмостки
- Террасы
- Сараи
- Беседки
- Веранды
- Хозблоки
- Дачные домики
- Металлочерепица
- Строительство гаражей
- Ремонт крыш гаражей
- Поднятие домов
- Замена балок
- Ремонт бани
- Бани с нуля
- Переделки
- Ремонт пола
- Замена венцов
- Установка заборов
- Обшивка сайдингом

и многое другое!
+7-914-088-41-41
(Роман)



Вывоз строительного мусора по окончании работ.
Реклама

Найдись, хозяин!

Добрая Булка

Ласковая Булочка станет вам другом. / ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ВОЛОНТЁРАМИ

Елена Иванова
lenta@sakh.online

Милая ухоженная собачка очень ждёт своего хозяина.

Эта красивая Булка ищет дом! Порода — смесь с лайкой, возраст около 4 месяцев. Собака полностью привита, проглистогонена, имеет ветеринарный паспорт. Смешная, ласковая, смышлёная симпатяга станет вам верным другом! Ориентирована на человека, её так и тянет на общение.

Булке требуется передержка до пристройства. Присмотритесь к этой милой собачке. Животное находится в Южно-Сахалинске.

Важно

- В приют для ухода за послеоперационными собаками и щенками очень нужна ветошь в виде старого постельного белья, одеял, покрывал, полотенец, пледов. Для протирки пригодится любая ткань из х/б материала.
- Также приюту необходимы сухие и консервированные корма для собак, крупы, макароны, рыбные и мясные консервы. Очень пригодятся металлические миски, кастрюли, тазики, сотейники.
- Их можно привезти самим в любое удобное время, за что вам будут очень благодарны, адрес сообщим. Если нет такой возможности, пишите на ватсап, договоримся по времени и заберём.
- Телефон: 8-924-482-04-33, 8-914-757-75-05.

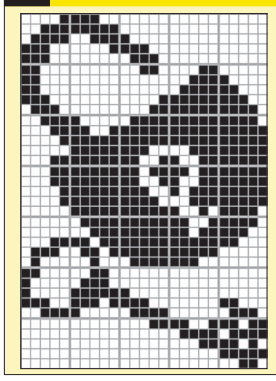
Как забрать собаку

Если вы хотите забрать Булку, звоните по телефону: 8-924-283-15-14.

Сканворд

Французский живописец		Река в Испании и Португалии		Город в Перу		Испанская старин. монета		Властелин морей		Жидкое "точило" камня
						Пушной зверь				
Попугай с хохлом на голове		Музей в Париже		Живёт рядом						Освежающий напиток
				Бородатая антилопа		Высший сорт фаянса				
Его мнёт массажист	Сложное, запутанное дело		Его ждут в футболе				Материал для лаптей		Город и порт в Ирландии	
Верхняя часть колокольни					Половинка секстета		Жерлянка			
			Зверёк, косящий под крякву							
Пылание тела больного		Карликовый буйвол		Буква греч. алфавита			«Трос» для выгула собак	Город в Японии		Буква кириллицы
				Полная неудача		Фигура пилотажа				
Музыкальный инструмент		Роды свиньи							Солдатский вещевой мешок	
					Город в Японии	Прибор для определения веса				
Носитель ментика и доломана		Древнеримская медная монета	Столица Норвегии					Женское имя		Углубление в земле
Ткань для вышивки						Брат отца или матери				
			Знаток культур							
Низкий мужской голос	Заменитель ума					Наказание, возмездие				

Ответ на японский кроссворд,



опубликованный в № 55 (6118)

ГУБЕРНСКИЕ ВЕДОМОСТИ
SAKH.ONLINE
ОТВ телекомпания
Реклама
ПОСЛЕДНИЕ НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, МЕРОПРИЯТИЯ
REKLAMA@SAKH.ONLINE | 42-46-08