

№51  
(1167)  
23 декабря  
2020  
среда

# Телемир

TM

16+

Твоя любимая газета

**«Сахалинская оконная компания»**  
**ОКНА И БАЛКОНЫ из ПВХ** **БЕСПРОЦЕНТНАЯ РАССРОЧКА ОТ КОМПАНИИ**

Изготовление, установка окон и дверей  
Балконы «под ключ»

Ремонт окон  
Замена фурнитуры, стеклопакетов, уплотнителей

ДЕЙСТВУЮТ СКИДКИ ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ

Пер. Дорожный, 19 ☎ 26-09-59

**«Мега Транс Сервис»**  
Транспортно-экспедиционная компания  
г. Южно-Сахалинск

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

**БЫСТРО • КАЧЕСТВЕННО • НАДЕЖНО**

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

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!** ООО «Ломбард Изумруд»  
ОГРН 1146501010391  
ИНН 1146501010391

**ЛОМБАРД**

**ЗАЙМЫ ПОД ЗАЛОГ**  
СТАВКИ СНИЖЕНЫ!  
РЕАЛИЗАЦИЯ ИМУЩЕСТВА  
ЗОЛОТО ДОРОГО **600-888**

Пр. Мира, 239 а (напротив ТЦ «Рай»); ул. Ленина, 218;  
ул. Ленина, 213 (Дом Быга), т. 600-800; ул. Ленина, 180.

ИП Дзевисов Рамази Мерабович ИНН 121107373604  
ОГРН 314650923400030

**РЕАЛИЗУЕМ**

**УГОЛЬ**

**СОРТИРОВОЧНЫЙ БУРЫЙ**

**Доставка по городу БЕСПЛАТНО**

Т.: 8-914-757-08-48, 27-08-48

**СТОМАТОЛОГИЯ «ФУДЖИ»**

Полный комплекс услуг по доступным ценам

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

- Терапия от 3 000 руб.
- Металлокерамика 8 600 руб. - все включено
- Хирургия
- Изготовление всех видов ортопедических конструкций, включая новые технологии
- Профессиональная гигиена полости рта + фторирование – комплекс 6 000 руб.
- Полная диагностика полости рта
- Удаление от 2 500 руб.

УЛ. ВОКЗАЛЬНАЯ, 9 А. ТЕЛ.: 770-660, 400-010  
О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

**АЛКОГОЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**

Врач-нарколог высшей категории  
**Дю Виктор Дмитриевич**  
ПОМОЩЬ НА ДОМУ  
ЕЖЕДНЕВНО до 21.00  
☎ 25-81-55, 733-222

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

**КОМИССИОННЫЙ МАГАЗИН «Универсал»**

БЫТОВАЯ, ЦИФРОВАЯ ТЕХНИКА, ИНСТРУМЕНТ И ОБОРУДОВАНИЕ

ул. ЛЕНИНА, 215, ТЦ «ГЕРМЕС» (цокольный этаж)  
Тел.: 25-41-25, 8-914-755-41-25

САХАЛИНСКИЙ ЦЕНТР МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА

г. Южно-Сахалинск, ул. Ленина, 279а  
www.sakhglaz.ru, @sakh\_glaz  
тел. 290-440, 266-220

• УДАЛЕНИЕ КАТАРАКТЫ АМБУЛАТОРНО  
• ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО • ОТЛИЧНЫЙ СЕРВИС • ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

**НОВОГОДНИЕ ПОДАРКИ К ПРАЗДНИКУ!**

ПОЛОТЕНЦА от мала до велика к празднику!  
Домашняя одежда, халаты, пижамы  
Изделия из гобелена, в т. ч. календари на 2021 г.  
Шкатулки-сейфы  
Комплекты штор для комнаты и кухни

Хороший выбор принадлежностей для сна:  
постельное белье (комплекты и штучно), одеяла, подушки, матрасники.  
Фартуки, прихватки и много-много приятных мелочей для дома

Микрорынок «Ганеша», ул. Крюкова, 83 (за бывшим «Лунным светом»), павильон 21, п/р. Новоалександровск, пер. Железнодорожный, 17, 2-й этаж. Тел. 8-962-114-58-69

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

**КОРПУСНАЯ МЕБЕЛЬ ШКАФЫ-КУПЕ**

САЛОН КУХНИ

Стиль Купе

от дизайн-проекта до монтажа

**СКИДКИ от 5 до 10%\*** **Рассрочка платежа**

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

## Моя прекрасная мама!



Уважаемые читатели нашего издания! С 1 января 2021 года редакция газеты «Телемир» объявляет конкурс детских рисунков «Моя прекрасная мама!», посвященный мамам, живущим в Сахалинской области. Конкурс будет проходить в течение двух месяцев и завершится к 8 марта. На рисунке вы должны изобразить маму, а также написать ей небольшое поздравление. Все рисунки с поздравлениями будут опубликованы на страницах «Телемира», лучшие из них размещены на ресурсах сайта АСТВ (где именно, мы сообщим дополнительно). По итогам конкурса победители получают призы от наших спонсоров.

Принять участие в конкурсе могут дети в возрасте от 2 до 16 лет включительно. Рисунки можно присылать по адресу: Южно-Сахалинск, ул. Комсомольская, 213-Б, «Телемир», на конверте сделать пометку «Конкурс «Моя прекрасная мама!»». Рисунки можно присылать как по почте, так и принести лично. Давайте вместе поздравим наших мам с праздником!

В воскресенье, 27 декабря, на «Горном воздухе» откроется юбилейный сезон

Подробности на стр. 2

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

Стоматологическая клиника  
**ООО «Стоматолог»**

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

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

МЫ РАБОТАЕМ С 10.00 ДО 18.00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ЛИЦЕНЗИЯ ЛО-65-01-000824 ОТ 21.02.2014 ВЫДАНА МИНИСТЕРСТВОМ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ  
ООО «ООО «Чистяков», ОГРН 1166501052761, г. Южно-Сахалинск, ул. Тихая, 104

• СТИРКА ОДЕЯЛ, ДИВАННЫХ ЧЕХЛОВ, ПЛЕДОВ  
• ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ

**СТИРКА КОВРОВ**  
CLEANING COMPANY (от 2 дней)  
**Чистяковъ**  
47-03-47 30-30-43

Приедем, заберем, постираем, привезем!

**КАРКАСНОЕ СТРОИТЕЛЬСТВО**

- Короткие сроки строительства
- Не требует усадки – отделка сразу после возведения
- Экономично в эксплуатации

Срубы из бруса, круглого леса

Строительство бань, беседок | Работы по дереву – Устройство кровель, фасадов | отделка готовых зданий

Сайт: russkiy-style.ru E-mail: parusnoe5-2@mail.ru  
ООО «Русский стиль», Южно-Сахалинск, пл. р. Новоалександровск, ул. 2-я Хабаровская, 59  
Тел.: 28-48-55, 25-26-92, факс: 79-17-82

| одной строкой

**САМОЛЕТ** Dash-8-200, следующий по маршруту Саппоро - Петропавловск-Камчатский, совершил вынужденную посадку в аэропорту Южно-Сахалинска. Пассажиров на борту не было.

**МЕЖДУ** Долинском и Соколом с понедельника, 21 декабря, запустили автобус. В день будут делать два рейса. Время отправления от остановки на улице Чкалова в селе - 7.00 и 17.10.

**НА ВУЛКАНЕ** Эбеко произошел пепловый выброс на высоту до трех километров. Шлейф распространился в северо-восточном направлении на расстояние более пяти километров.

**САХАЛИНСКАЯ** спортсменка София Надыршина завоевала золото юниорского чемпионата мира по сноуборду в дисциплине параллельный слалом. Соревнования проходят в Австрии.

**В НОВОАЛЕКСАНДРОВСКЕ** открыли сквер со стелой «Сахалин». Там же расположились скалодром, горки и велоплощадки.

**НИВХСКИЙ** писатель и публицист Владимир Санги получил социальную премию Юрия Трутнева «За вклад в развитие Дальнего Востока».

**В МУЗЕЕ** А. П. Чехова «Остров Сахалин» проходит выставка, посвященная олимпийскому мишке. Приурочена она ко дню рождения олимпийского символа.

**КУРИЛЬСК** попал в ТОП-5 самых интересных малонаселенных городов России. Рейтинг составлен РБК «Стиль» совместно с сервисом путешествий «Туту.ру».

**В ГОРОДСКОМ** парке Южно-Сахалинска завершилась ежегодная акция «Почта Деду Морозу». Почти тысяча писем юных горожан отправится в Великий Устюг.

**РЕСТОРАНАМ** и барам в Сахалинской области с 20 декабря разрешено работать до 24 часов. В новогоднюю ночь - до 3.00.

# «Горный» открывает юбилейный сезон



**Открытие 60-го, юбилейного горнолыжного сезона на Сахалине состоится 27 декабря. В этот день на склонах «Горного воздуха» гостей ждет снегопад подарков, розыгрыши призов, зажигательно-развлекательная программа. Самой зрелищной частью главного события зимы по традиции станет яркий массовый спуск с горы. Начало праздника в 16.00 на средней станции спортивно-туристического комплекса.**

- Этот горнолыжный сезон для нас особенный, потому что он юбилейный, - рассказал исполняющий обязанности директора СТК «Горный воздух»

Александр Кокшаров. - Уже 60 лет «Горный воздух» дарит яркие эмоции сахалинцам и гостям острова. По этому случаю мы готовим большой праздник для всех, кто придет на гору в день открытия - 27 декабря. С 15.00 до 16.00 подъемы на среднюю площадку комплекса, где состоится мероприятие, будут бесплатными.

В первой части праздничной программы будет работать активная площадка с конкурсами и командными играми. В 16.30 состоится детский спуск с горы с участием юных воспитанников спортшколы в возрасте от четырех лет.

С 17.00 до 18.00 создавать музыкальную атмосферу для гостей мероприятия будет за-

жигательный диджей.

На протяжении праздника у всех желающих будет возможность поучаствовать в лотерее с розыгрышем безлимитных ски-пассов, призов, в том числе сертификатов от многочисленных партнеров акции «Твоя яркая зима на Сахалине». Одним из главных подарков станет горнолыжный шлем.

Еще одним подарком для островитян и гостей региона станет традиционная акция от Сахалинского туристско-информационного центра «По-здоровью с высоты». Прямо на горе все желающие смогут бесплатно получить, заполнить и отправить в любую точку страны авторские открытки от GoSakhalin.

В 19.00 на склоне погаснут основные огни, чтобы все присутствующие увидели самую зрелищную часть программы: яркий массовый спуск с фонариками, неоновое представление на сцене, шоу ратраков и праздничный салют.

Участниками вечернего спуска могут стать все желающие с 18 лет. Количество ограничено. Заявки с указанием Ф.И.О., даты рождения и номера телефона необходимо отправлять на электронную почту [Ski-gv@mail.ru](mailto:Ski-gv@mail.ru) с пометкой «Яркий спуск». Справки по телефону 8 (4242) 51-11-20.

**Не пропустите самое яркое и долгожданное событие зимы!**

**СПРАВОЧНАЯ РУБРИКА «МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ»**

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

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

**СБТ65**

Тел. 390-111, сайт: [SBT65.pf](http://SBT65.pf), E-mail: [278266@mail.ru](mailto:278266@mail.ru)

**ВСЕ ВИДЫ СТРОИТЕЛЬНЫХ РАБОТ**

- БУРЕНИЕ СКВАЖИН ПОД ВОДУ
- СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМОВ
- АВТОМАТИЧЕСКИЕ ВОРОТА
- ЗАБОРЫ

**ООО «Мегаресурс благополучия человека»**

**МЕДИЦИНСКИЕ РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ, ДЕЗИНФЕКЦИОННЫЕ СРЕДСТВА, ПЕРЕВЯЗКА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ РАН**

Подлежит обязательной сертификации

ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3  
Т.: 22-08-79, 46-82-50  
E-mail: [mbch\\_sakh@mail.ru](mailto:mbch_sakh@mail.ru)

**Отдел рекламы «Телемира»**

**49-16-31**

## Волонтеров наградили

Уходящий год ознаменовался для островного региона проведением первой премии губернатора Валерия Лимаренко «Сахалинский маяк». Накануне в здании регионального правительства состоялось торжественное награждение участников конкурса в категории «Серебряное волонтерство».

С приветственным словом к собравшимся лауреатам обратилась министр государственного управления Сахалинской области Юлия Рокотянская.

- В России набирает силу «серебряное» добровольчество - одна из важных форм гражданской активности для граждан старше 50 лет. И Сахалинская область здесь не исключение, - отметила она. - «Серебряные волонтеры» помогают в организации и проведении крупнейших мероприятий, постоянно находятся в эпицентре культурной, спортивной и социальной жизни островного региона. Это активная часть населения области, которая совершенно справедливо считает, что статус «пенсионер» для них - начало новой интересной жизни, возможность для собственного развития, обмена опытом и помощи другим. Активности тех, кто сегодня собрался в этом зале, можно только позавидовать.



В этом году в категории «Серебряное волонтерство» было две номинации: «Лучшее объединение «серебряных» волонтеров» и «Лучший «серебряный» доброволец».

В первой из них награду получило региональное отделение ООО «Союз пенсионеров России». Во второй отметились член Совета «Серебряных волонтеров» при губернаторе Сахалинской области Владимир Забелин и представитель дви-

жения «Социальные волонтеры ЦСОН» Геннадий Акмалов.

Прием заявок на премию губернатора «Сахалинский маяк» стартовал в июне 2020 года. В конкурсе принимали участие педагоги и врачи, спортсмены и предприниматели, волонтеры и благотворители, социальные работники и молодежные активисты, а также жители региона, которые активно участвуют в социальной и общественной жизни.

фото sakhalin.gov.ru

# 100 килограммов пельменей съели в Южном



**Гастрономический фестиваль пельменей в пятый раз прошел в Южно-Сахалинске. Праздник в рамках продовольственной ярмарки 19 декабря развернулся на площадке около Дома торговли.**

Гости праздника смогли не только продегустировать горячие пельмени с разнообразными начинками (более 100 кг), но и принять участие в различных конкурсах.

Татарские жаренные пельмени с говядиной и пельмени с кимчи на гастрономическом фестивале продегустировал мэр Сергей Надсадин. Он похвалил местных производителей за их труд и пожелал хорошей торговли, а также отметил, что подобные праздники повышают туристическую привлекательность города.

Южносахалинец Дмитрий пришел

на фестиваль с сыном. Мужчина впервые посетил подобный праздник и остался доволен:

- Я очень люблю пельмени, особенно мясные. И рад, что у нас в городе проводятся такие мероприятия!

Рада была проводить празднику и жительница областного центра Лариса. Женщина ежегодно посещает фестиваль, наслаждается концертными номерами, наблюдает за конкурсами и в обязательном порядке приобретает пельмени.

Напомним, в 2020 году в рамках фести-

валя пельменей состоялся гастрономический марафон «Пельмень и его друзья», в котором приняли участие 10 предприятий общественного питания. В течение месяца они предлагали своим посетителям фестивальные блюда по фиксированной цене - 350 рублей. За время марафона жители и гости областного центра отведали порядка 1000 блюд, среди которых гедза, кундюмы, вареники, ravioli, манты и пр. Лидером среди продаж фестивальных блюд стал суши-бар «Хоккайдо».

Кроме того, в течение месяца в рамках фестиваля проводился интерактивный опрос среди населения, по итогам которого были выбраны самые вкусные пельмени сахалинского производителя. Участие в голосовании приняли 5 производителей городского округа. Победу, как и в прошлом году,



одержала компания «Ханаан».

- На рынке мы уже 15 лет. Сегодня производим более 64 наименований.

В год реализуем порядка 40 тысяч кг

пельменей. Наибольшим спросом пользуются «Пельмени по-русски» и пельмени с морепродуктами. Мы отвечаем за наше качество, ведь трудимся для людей,

- отметила коммерческий директор компании Татьяна Белоусова.

Также в рамках гастрономического марафона прошел конкурс на самую оригинальную подачу фестивального блюда. Работу участников оценивали шеф-повара от Калининграда до Камчатки. Победу одержали ravioli из спинатного теста

с муссом из белых дальневосточных рыб от кафе-бара «HIVE».

Самые активные южносахалинцы приняли участие в конкурсах на сборку механической мясорубки (лучший результат - 32 секунды), «Счастливым пельменем» и скоростное поедание пельменей.

Быстрее всех с последним заданием в этом году справился молодой волонтер Артем Козуб, съев 30 пельменей за 1 минуту 57 секунд. В подарок он получил 3 кг пельменей. Стоит отметить, что на протяжении трех лет призером конкурса на скоростное поедание пельменей был Виталий Гильманов. В этот раз мужчина снова попытал счастья, но молодость взяла верх. Юные гости праздника в подарок получили наборы цветных пельменей, сообщает пресс-служба мэрии Южно-Сахалинска.

## Готовимся к праздникам

До Нового года осталось чуть больше недели, подготовка к главному торжеству выходит на финишную прямую, вечерами горожан радует праздничная иллюминация, а в учреждениях культуры стартовали программы для детей. Как Южно-Сахалинск будет проводить непростой 2020-й и отмечать праздник в условиях пандемии, рассказали в городском департаменте культуры и туризма.

- Несмотря на все сложности уходящего года, праздник обязательно состоится. Для того чтобы горожане смогли почувствовать новогоднее настроение, мы предусмотрели большую программу. Старт мероприятий уже дан, а впереди нас ждет еще масса событий,

- подчеркнула директор департамента культуры и туризма администрации Южно-Сахалинска Ирина Герасимова. - В эту предпраздничную неделю и на всех новогодних каникулах в городе будут работать тематические площадки для детей и взрослых.

Мы понимаем, что все соскучились по культурным мероприятиям, поэтому постарались сохранить максимально традиционную праздничную программу, естественно, с соблюдением санитарных и противоэпидемических мер.

Основным центром новогодних гуляний станет городской парк им. Ю. А. Гагарина. Здесь уже стартовали программы для детей. Каждый день (кроме воскресенья и понедельника) с 18.00 до 20.00 на территории ЦД «Теремок» Дед Мороз и Снегурочка встречают маленьких гостей. В обмен на стихотворение или песенку ребята получают подарки от главного волшебника.

На территории Дома культуры «Родина» и на площадке перед ней проходят театрализованные новогодние представления: детям предлагают стать частью увлекательной сказки.

В этом году, учитывая эпидемиологический контекст, организаторы постарались празднично оформить все общественные пространства в Южно-Сахалинске, чтобы можно было приятно и безопасно провести время с детьми на воздухе, сделать памятные новогодние фотографии.

Сердце празднований - новогодняя ночь. Традиционно праздник состоится на пл. Ленина. Здесь в 1.00 ночи начнется развлекательная программа для всех, кто хочет отметить этот праздник в кругу горожан. Администрация Южно-Сахалинска просит жителей и гостей города соблюдать меры предосторожности, защищать органы дыхания медицинскими масками, соблюдать социальную дистанцию. Также новогодние гуляния пройдут во всех планировочных районах городского округа. Подробная афиша мероприятий опубликована на официальном сайте администрации Южно-Сахалинска.



## Где будем кататься?

Южно-Сахалинск активно готовится к новогодним праздникам. Традиционно одними из главных площадок для активного семейного отдыха станут ледовые катки. Уже в начале этой недели большинство площадок открылись для катания.

Как рассказала директор департамента по делам молодежи и спорта Елена Завязкина, всего на территории городского округа будет функционировать 18 катков. Работы на 16 из них вышли на завершающий этап полировки - открытие этих ледовых площадок состоится ориентировочно в конце текущей или начале следующей недели. Еще два объекта (в планировочном районе Луговое и возле Дома торговли) начнут принимать посетителей в первой половине января.

- Катки организованы в разных микрорайонах нашего города, в том числе на окраинах, в селах, планировочных районах, чтобы у всех жителей была возможность покататься, весело провести время, - отметила Елена Завязкина. Заливка льда - процесс трудоемкий и поэтапный. В частности, работы по подготовке катка на улице Железнодорожной начались в конце ноября с подготовки снежной подушки путем прессовки снега и поливки его водой.

- Каждую ночь до 5-6 часов утра рабочие поливали каток. Затем начинался этап полировки поверхности, который занимает не менее трех суток, - рассказал представитель подрядчика Алексей Тё. - К открытию ледовое поле должно быть идеально ровным. В связи с этим просьба к жителям - не выходить на лед до завершения шлифовки.

Каток на улице Железнодорожной начнет функционировать 25 декабря. Для посетителей обустроят раздевалку и организуют прокат коньков. Для всех



желающих будет работать кафетерий. В день открытия на катке запланирована развлекательная программа с мастер-классами, выступлением дворовых хоккейных команд.

На протяжении всего зимнего сезона горожане смогут посетить бесплатные муниципальные катки по следующим адресам:

- ул. Железнодорожная, 179/1;
- ул. Железнодорожная, 91;
- ул. Авиационная, 74б, 76б;
- ул. Украинская, 119;
- ул. Украинская, 22;
- ул. Вокзальная, 7;
- Новоалександровск, ул. 30-я Победы, 7;
- Синегорск, ул. Горная, 1а;
- Березняки, ул. Крайняя, 8а;

- Санаторное, 9;
- Октябрьское, ул. Южная, 22, 24;
- Дальнее, ул. 1-я Московская, 27;
- Спортивный проезд, 15а;
- Луговое, ул. Гайдуга, севернее дома № 5;

- Старорусское, северо-восточнее пересечения ул. Центральной и ул. Школьной;

- пр. Мира, 428а;
- пр. Мира, 284б;
- пр. Мира, 10б (район Дома торговли).

Отметим, что покататься на коньках также можно в городском парке. Рабочие готовят к открытию большой каток на стадионе «Космос». Напомним, что с 5 декабря начала работу площадка с искусственным льдом.

# Бюджет остается социальным

Островной парламент во втором и окончательном чтении принял главный финансовый документ региона на 2021 год и плановый период 2022 и 2023 годов.

## Непростая ситуация

Проект бюджета формировался в непростой ситуации. На размере доходов сказались упавшие цены на углеводороды, пандемия коронавируса. Планируется, что в 2021 году регион получит 109,3 миллиарда рублей, в 2022 году – 92 миллиарда, в 2023 году – 87,6 миллиарда рублей. Общий объем расходов в 2021 году – 129,5 миллиарда рублей. В 2022 году – 105 миллиардов. В 2023 году – 99,9 миллиарда рублей. Тем не менее главный финансовый документ сформирован с учетом приоритетных для области задач. На программы социальной направленности в 2021 году будет направлено более 54% от общего объема расходов.

По сравнению с первым чтением в представленном на рассмотрение думы проекте бюджета выросло финансирование ряда статей, имеющих большое значение для сахалинцев и курильчан. Дополнительные средства будут направлены на приобретение здания детского сада в Новотроицком, на строительство Дома культуры в селе Соловьевка. В середине следующего года должно начаться возведение дополнительного здания школы № 30 в планировочном районе «Луговое» в Южно-Сахалинске. Важно, что в совместной работе с депутатами нам удалось добиться баланса. Бюджет



фото сахалин.gov.ru

остается социально направленным, при этом сохранен задел для дальнейшего развития экономики, – сказал председатель правительства области Алексей Белик.

## Нужды учтены

Депутаты поддержали выделение дополнительных средств на оснащение фельдшерско-акушерских пунктов самой современной аппаратурой. Она позволит жителям отдаленных населенных пунктов в удаленном режиме проходить первичное обследование. Результаты анализов будут поступать в центральный архив медицинских изображений, где специалисты примут решение о необходимости направления пациента в то или иное медицинское учреждение. Это избавит селян от поездок в райцентр ради сдачи анализов.

Очень рада, что даже в условиях сокращения доходов в бюджете на предстоящую трехлетку учтены первоочередные нужды наших земляков. Документ предусматривает совершенствование системы здравоохранения в соответствии с требованиями времени, а также строительство и реконструкцию школ и детских садов, учреждений культуры, – сказала депутат областной думы Наталья Коршунова.

Один из последних примеров совместной работы с региональным правительством – создание внятной дорожной карты по погашению долгов муниципалитетов перед сахалинскими строителями. Люди могли бы остаться без денег. Но правительство области оперативно приняло меры. И строители до Нового года получают заработанное. Следует отметить важнейший итог работы над бюджетом – он не только

остался социально направленным, но и подразумевает развитие нашего региона по самым важным отраслям. Это наше общее достижение, – прокомментировал депутат Александр Шарифулин.

Объем бюджетных инвестиций в ближайшие три года составит 64,4 миллиарда рублей.

## Благодарность депутатам

Валерий Лимаренко поблагодарил сахалинских депутатов за конструктивную работу по принятию бюджета.

Уважаемые коллеги, благодарю вас и председателя правительства Сахалинской области Алексея Васильевича Белика за то, что работа над бюджетом была серьезной и кропотливой. Во время его обсуждения вы поднимали важные вопросы, касающиеся жизни

островного региона на ближайшую трехлетку, обсудили каждый пункт, провели активные консультации с членами правительства и внесли свои предложения в документ. Наша общая цель – создать комфортные условия для жизни на островах, сделать так, чтобы сахалинцы и курильчане могли гордиться своим селом, городом и областью, – отметил Валерий Лимаренко. – Бюджет сохранил свою социальную направленность и остался бюджетом развития. В то же время хочу отметить, что правительство региона уже проводит усиленную работу по привлечению федеральных средств и частных инвесторов на реализацию различных проектов и программ.

Губернатор напомнил, что на этой неделе он провел в Москве ряд встреч, посвященных этим вопросам. В частности, на встрече с министром транспорта РФ Виталием Савельевым обсуждалась необходимость федерального софинансирования внутренних перевозок в ДФО в размере не менее 3,7 миллиарда рублей в год. С министерством образования договорились о модернизации инфраструктуры Сахалинского государственного университета. Речь идет о строительстве для образовательного учреждения новых учебных корпусов и общежития. Поддержку сахалинским климатическим проектам пообещал оказать министр экономического развития России Максим Решетников. Также правительство островного региона и Российский экологический оператор договорились о взаимодействии в реализации федерального проекта «Комплексная система обращения с твердыми коммунальными отходами».

## У СахГУ появится новый корпус



Губернатор региона Валерий Лимаренко и руководитель Федерального ведомства Валерий Фальков подписали соглашение о сотрудничестве. В рамках реализации документа планируется модернизировать инфраструктуру главного островного вуза.

В частности, речь идет о строительстве для образовательного учреждения новых учебных корпусов и общежития. Кампус позволит студентам получать знания на базе современного научно-учебного комплекса и обеспечит их комфортными условиями проживания. Его разместят в Южно-Сахалинске – место будет выбрано исходя из потребности

в чистом воздухе и доступности ключевых инфраструктурных объектов.

Особую роль мы отводим технике и оборудованию, с помощью которых будут обучаться наши студенты. В университете должна быть современная учебно-лабораторная база и передовая цифровая инфраструктура, – подчеркнул Валерий Фальков.

Мы хотим, чтобы наши дети оставались после окончания школы на Сахалине – получали здесь высшее образование и работали в лучших компаниях. Для этого необходимо создать условия для обучения в университете, которые соответствуют требованиям сегодняшнего дня. К

решению этого вопроса подходим комплексно. На базе СахГУ создаем мультиуниверситет «СахалинТех», запустили программу двух дипломов в сотрудничестве с ведущими вузами страны. Кроме того, наши студенты обучаются по таким перспективным направлениям, как альтернативная энергетика, климат, ресурсы Мирового океана, а также строительство, транспорт и логистика, нефтегазовая промышленность, – рассказал Валерий Лимаренко.

Для выработки согласованных действий и реализации планов областное правительство и Министерство науки и высшего образования РФ создадут рабочую группу.



фото сахалин.gov.ru

## Один из самых эффективных

Сахалинский «Безопасный город» – один из самых эффективных в стране. Такая информация прозвучала в ходе рабочей встречи заместителя председателя областного правительства Вячеслава Аленкова с первым заместителем министра РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий Александром Чуприяном.

Во время совещания стороны обсудили перспективы совершенствования системы «Безопасный город». Также были рассмотрены возможности Сахалинской области как пилотного региона по реализации лучших технологических решений аппаратно-программного комплекса.

Сегодня действующий в островном регионе «Безопасный город» объединяет более 45 ведомственных информационных систем. Его используют более 500 специалистов различных структур. Устройства фото- и видеофиксации установлены в местах с наибольшей проходимостью – на аэровокзалах, в морских портах, МФЦ, в торговых точках. Программно-техническое решение внедрено в районах, где проживает свыше 76 процентов жителей Сахалинской области.

С помощью системы биометрического поиска уже сейчас расследуется значительная часть преступлений. Цифровые технологии позволяют выявлять находящихся в розыске людей, проводить оперативно-разыскные мероприятия.

Использование системы повышает уровень готовности всех служб оперативного реагирования и позволяет эффективно отслеживать состояние критически важных и потенциально опасных объектов инфраструктуры и социальной сферы. За время работы «Безопасный город» позволил снизить количество чрезвычайных ситуаций и правонарушений.

# Береги ноги смолоду

Instagram @sport\_style\_ys



Фото из архива Екатерины Баландиной

С кем не случалось такой истории? Только свыкся с необходимостью ходить в спортзал и даже начал получать от этого удовольствие, как сдали колени! И все - радостное ощущение от возможностей собственного тела пропало, боль мешает заниматься, тренировки отменяются... Что произошло? Почему спорт обернулся не силой и здоровьем, а травмой? Об этом мы поговорим с тренером и руководителем фитнес-студии Sport Style Екатериной БАЛАНДИНОЙ.

[ ТОНЯ НЕЧАЕВА ]

## Нехватка мобильности

- Перед тем как перейти к разговору о силовых тренировках, о том, как колено может разрушиться из-за неправильных, некорректных упражнений, нужно немного рассказать о самом коленном суставе.

Колено является промежуточным звеном между голеностопным и тазобедренным суставами. Здесь уместно вспомнить о подходе Грея Кука «сустав-за-суставом», который можно свести к следующему: наш голеностоп по своей природе мобилен, колено - стабильно, тазобедренный сустав - мобилен, поясница стабильна, грудной отдел мобилен, нижний шейный отдел стабилен, верхний шейный отдел - мобилен. Если человек грамотно занимается развитием своего тела, используя многоплоскостной фитнес или танцы, или йогу и т. д., то его тело прослужит ему достаточно долго. Но часто случается так, что мы в процессе современной жизнедеятельности утрачиваем необходимую подвижность в тех или иных частях нашего тела. И как раз колено страдает чаще всего - именно потому, что в голеностопном и тазобедренном суставе, не хватает мобильности, и колену приходится этот недостаток компенсировать. А оно по природе не должно быть мобильным, оно должно оставаться максимально стабильным! Творцом задумано так, что бедренная и берцовая кости соединены всего четырьмя связками и двумя менисками (плотными хрящевыми подушечками), создающими конгруэнтность (полное взаимное соответствие формы сочленяющихся суставных поверхностей костей). Коленный сустав устроен не так, как, к примеру, тазобедренный - отсутствует лунка, куда входит кость. Обе кости колена круглые. Колено двигается в большей степени в сагиттальной плоскости. Если же колено начинает разбалтываться, добавляется слишком много движений во фронтальной и горизонтальных плоскостях, это приводит к быстрому износу коленного сустава либо к травмам.

Также боли в коленях часто появляются из-за плохой эластичности фасций в нашем теле. Фасция - это ткань, обволакивающая все наши кости, связки, суставы, органы (мы все видим эту пленочку, когда разделяем куриное филе). Фасция на 80% состоит из воды и на 20% из коллагена. Чем однообразнее мы двигаемся,



тем менее эластичной становится наша фасция. Со временем она склеивается и превращается в липкую тугую паутину. Именно поэтому движения должны быть максимально многоплоскостными - чем они разнообразнее, тем здоровее наши суставы (не только коленные!), тем крепче и выносливее опорно-двигательный аппарат.

Какой вывод из всего этого следует? Конечно, стоит заниматься улучшением мобильности тех суставов, которые по природе созданы мобильными (повторюсь, это голеностоп, тазобедренный сустав, грудной отдел, верхний шейный отдел). Если эти суставы будут оставаться мобильными, то и наши колени, поясница и шея будут в безопасности.

## Следи за стопой

- Почему занятия в зале, вопреки ожиданиям, могут нанести вред?

- Часто случается так, что люди приходят в тренажерный зал улучшить состояние своего здоровья, начинают приседать, делать выпады - выполнять классические упражнения, известные нам со школы. И если человек занимается с квалифицированным тренером, то тренер поставит правильную технику и здоровье действительно укрепит, окрепнет опорно-двигательный аппарат. Но не у всех есть время, чтобы дойти до зала, не у всех есть средства на персонального тренера... А самостоятельные усилия, к сожалению, часто выливаются в травмы, залечивать

которые приходится очень долго (случается, что травма до конца так и не излечивается).

И опять-таки самый часто травмируемый сустав - коленный, так как он промежуточный и в нижней части тела самый незащищенный. Почему он страдает при выполнении упражнений на нижнюю часть тела (ноги, ягодицы)? Ответ кроется в состоянии стоп. Стопы - наш фундамент. Если у вас, к примеру, плоская вальгусная стопа (раньше это называлось плоскостопием), то, скорее всего, ваши колени «свалены» внутрь. Для вашей тренировки очень важно грамотно выстроить положение стопы, тогда и колено встанет на место, и качественнее включатся в работу ягодицы. Именно в стопе заложена большая часть успеха тренировок. Принимать во внимание строение стопы необходимо и при занятии бегом, и при силовых тренировках, и при организации других нагрузок - мы люди прямоходящие и большую часть времени проводим стоя.

Итак, во время тренировки важно, чтобы стопа была грамотно организована. Колено должно быть направлено на второй-третий палец стопы. Особенно при выполнении таких упражнений, как выпады, приседания, приседания сумо, становая тяга, становая тяга сумо. Неважно, занимаетесь вы в зале или дома, техника тренировок должна быть безупречной. Когда колено сонаправлено

с носком стопы, оно находится в самом безопасном своем положении, наши связки не перерастягиваются ни с одной стороны, сустав конгруэнтен (отсутствует больший его износ с какой-либо одной стороны).

- А если найти симпатичного тренера по Интернету?

- По поводу упражнений из Интернета... Это наболевшая тема. Часто просто красивые девушки, обладающие хорошей фигурой от природы, начинают продавать видеоролики, видеокурсы, не имея при этом ни тренерского образования, ни понимания анатомии и биомеханики. А поскольку люди любят глазами, соблазняются красивой картинкой, то многие становятся последователями таких «гуру». Но ненадолго. Выполняя некие упражнения, сути которых не понимаете, вы наносите себе

вред. Естественно, по ту сторону экрана никого не волнует, какие ошибки вы допускаете. Вам хочется поскорее привести свое тело в форму, а получаете обратный эффект: боли и разрушение опорно-двигательного аппарата. Вместо красивых форм - больные колени и поясница.

Если же вы достаточно долго занимаетесь с тренером, который поставил вам технику, то вы не нанесете себе вреда и в больших весах (понятие о больших весах у всех разное, мы говорим о равном вашему собственному весу или его половине). Если же вы неподготовленны и занимаетесь дома с весами - это легкомысленно и опасно, при неправильной и некорректной технике можно серьезно себя травмировать.

## Ищите причину

- Не опасно ли заниматься с весами вообще?

- Если мы говорим о тренировках с достаточно умеренными весами, то в них ничего плохого нет. Важно понимать, что нет плохих упражнений, есть неподготовленность к этим упражнениям либо некорректная техника их выполнения.

У себя в студии мы чаще всего разбираем именно фитнес-упражнения, в которых есть понятие биомеханики тела, есть определенные правила безопасного движения. Если ваши тренировки направлены именно на оздоровление, то внимательно следите, чтобы ваше колено двигалось в сагиттальной плоскости, а если оно двигается как-то по-другому (например, при выпадах или приседаниях заваливается внутрь), встаньте перед зеркалом, отстройте технику или спросите совета у специалиста.

- Когда нужно однозначно показаться врачу?

- Если в коленях появляется любой дискомфорт при движении (как правило, при длительной ходьбе - от получаса), если после прогулки колени отекают, если боль появляется сразу после пробуждения - это сигналы к тому, чтобы отправиться к специалисту. Следует сделать МРТ. Вы либо убедитесь, что с суставами все в порядке и боль лишь свидетельствует о перегрузке мышечных структур или связочного аппарата (эту боль можно убрать миофасциальным релизом или качественными многоплоскостными тренировками, которые «задвигают» фасцию). Либо вы обнаружите патологию, которыми займется доктор. Ни в коем случае не допускайте самолечения! Не назначайте себе препараты самостоятельно, поскольку это может усугубить состояние суставов.

- Являются ли щелчки или скрип в коленях поводом обратиться к специалисту?

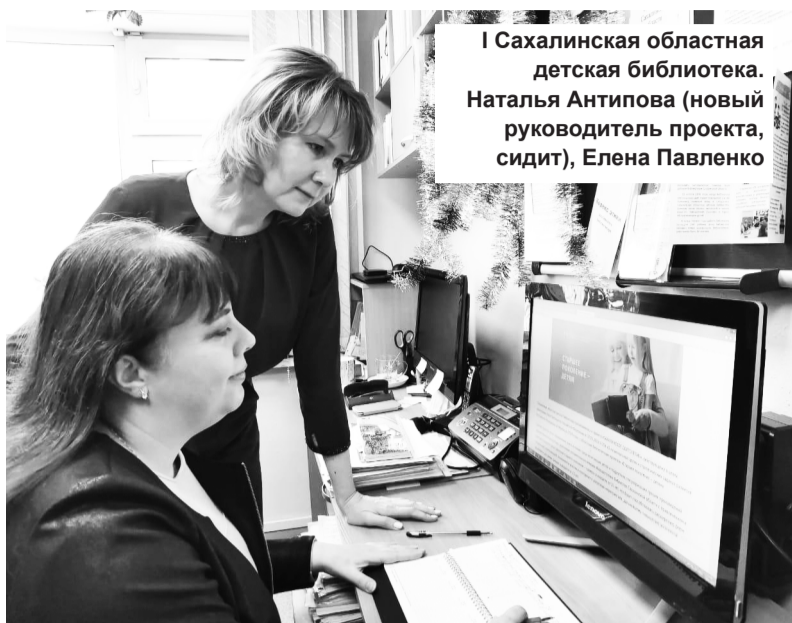
- Если щелчки происходят безболезненно, то повода для беспокойства нет. Старайтесь выпивать свою норму жидкости в день (30 миллилитров воды на килограмм веса), так как наши ткани, наша фасция, а также суставы, хрящи, связки на 80% состоят из воды, и если мы потребляем мало жидкости, то суставы изнашиваются гораздо быстрее. Желательно добавлять в рацион хондропротекторы (коллаген, хондроитин). Но! Если вы пьете хондропротекторы и не двигаетесь, нужные вещества не проникают в ваш сустав!

- Следует ли сделать перерыв в тренировочном процессе, если болят колени?

- Безусловно, если вы уже испытываете регулярную боль или дискомфорт в коленном суставе, ни в коем случае нельзя заниматься спортом или другим способом нагружать колени в период обострения. При болях, воспалениях, отеках идите к специалисту. Любая боль в теле - это сигнал о том, что в нем случилась поломка. Терпеть и надеяться на то, что недомогания пройдут сами собой, не стоит. Вы можете очень сильно усугубить состояние своего здоровья, вплоть до необходимости операционного вмешательства.

Важно помнить, что боли в коленях - это следствие, а причина, вероятнее всего, скрывается в голеностопных и тазобедренных суставах, которым не хватает мобильности. Также, скорее всего, ваши ягодичные мышцы находятся в дисфункции, ослаблены. А когда ягодичная мышца не стабилизирует таз, то колено «разбалтывается». Поэтому мой совет - берегите себя, занимайтесь здоровым и умным фитнесом, сбалансируйте и правильно питайтесь, избегайте самолечения, и ваше тело будет долгие годы служить вам верой и правдой.

# В области реализован проект



I Сахалинская областная детская библиотека. Наталья Антипова (новый руководитель проекта, сидит), Елена Павленко

Сахалинская областная детская библиотека успешно воплотила в жизнь проект «Старшее поколение – детям», который позволил бабушкам и дедушкам Сахалина и Курильских островов пообщаться в режиме онлайн с подрастающим поколением островитян и передать частичку своего опыта тем, кому только предстоит строить светлое завтра нашего региона. Представители старшего поколения читали мальчишкам и девочкам лучшие произведения детской художественной литературы, проводили творческие мастер-классы, рассказывали о своих профессиях и, по всей видимости, делали это настолько душевно, что привлекли к экранам планшетов и компьютеров не одну тысячу пытливых зрителей. О том, как и благодаря кому удалось осуществить идею на практике, рассказывают сотрудники библиотеки.

[АННА АНОХИНА]

## Передать опыт

Директор СахОДБ Светлана ЦЕБИЗОВА:

- Пятьдесят лет назад (17 апреля 1970 года) Сахалинская областная детская библиотека распахнула свои двери для детей, подростков и их родителей. И уже трудно сосчитать, сколько различных мероприятий, включая областные и межрегиональные, удалось провести сотрудникам библиотеки за полувековую историю учреждения. Жанровое и тематическое разнообразие воплощенных проектов смогло охватить широчайшую аудиторию нашей островной области.

Проект «Старшее поколение – детям» стал первым, где столь ярко выражена добровольческая деятельность, взаимосвязь поколений и профессиональное объединение учреждений культуры Сахалинской области.

Люди старшего поколения, находясь на заслуженном отдыхе, как правило, не привыкли сидеть на месте. Им обязательно нужно не только передавать свой опыт подрастающему поколению, но и получать какие-то новые эмоции, новые знания и умения. Во многих просыпаются таланты, о которых они ранее и не догадывались, открываются какие-то новые грани, ищущие применения. Поэтому наши бабушки и дедушки активно участвуют в раз-

личных творческих проектах.

К сожалению, пандемия коронавируса внесла свои коррективы в привычный уклад жизни людей серебряного возраста. Для многих режим самоизоляции стал непростым испытанием. И наш проект «Старшее поколение – детям» позволил им, соблюдая все необходимые меры предосторожности, оставаться активными, получать позитивные эмоции, что им так необходимо, и самим делиться знаниями и умениями с молодыми людьми. А детям и подросткам было полезно разглядеть в простых бабушках и дедушках талантливых чтецов, рассказчиков, мастеров, интересных и жизнерадостных современников.

## Успешно исполнен

Руководитель проекта, главный библиотекарь отдела комплексного библиотечного обслуживания СахОДБ Наталья СТАРИКОВА:

- Проект Сахалинской областной детской библиотеки «Старшее поколение – детям» стал логической частью другого, более глобального проекта «Сахалинское долголетие», разработанного в рамках указа президента Российской Федерации «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

Цели и задачи проекта - продвижение книг и чтения среди нечитающих детей и подростков. Мы старались познакомить юных сахалинцев и курильчан с лучшими произведениями художественной литературы, объяснить, какой дивный мир могут им пода-

В проекте «Старшее поколение - детям» приняли участие СахОДБ, МБУ «Анивская ЦБС», МБУК «Тымовская ЦБС», МБУК «Поронайская ЦБС», МБУК «Долинская ЦБС», МБУК «Холмская ЦБС», МБУК «Томаринская ЦБС», МБУ «Александровск-Сахалинская ЦБС», МБУК «Ногликская ЦБС», МБУК «Южно-Курильская ЦБС», МБУК «Углегорская ЦБС», МБУК «Невельская ЦБС», МБУК «Смирновская ЦБС», МАУ «Корсаковская ЦБС», ГБУК «Областной центр народного творчества».

ритель наши библиотеки и как много они смогут приобрести с нашей помощью.

Мы постарались привлечь к участию в проекте людей в возрасте от 55 лет. Получается, что благодаря проекту дети получили для себя новые знания, возможно, изменили свое отношение к художественной литературе, а бабушки и дедушки нашли себе занятие по душе, смогли внести свой вклад в развитие подрастающего поколения и повысить свою жизненную активность.

Проект разрабатывался и реализовывался под патронатом министерства культуры и архивного дела



I Анива, детская библиотека МБУК «Анивская ЦБС». Галина Цой, Иван Елесин, Тамара Виноградова (волонтер), Светлана Цебизова (директор СахОДБ)



I Невельск, городская детская библиотека МБУК «Невельская ЦБС». Софья Великанова, Нина Абраменкова, Светлана Цебизова (директор СахОДБ), Елена Климук

Сахалинской области и в течение трех месяцев - с 14 сентября по 14 декабря этого года - был успешно исполнен.

Всего в проектную деятельность были включены 14 муниципальных образований области! Для того чтобы идея заработала, в учреждениях были сформированы рабочие группы, состоящие из квалифицированных специалистов. Необходимо было создать условия для творческой деятельности пожилых граждан, обеспечить информационно-медийное сопровождение проекта. В рабочую группу СахОДБ вошли Ирина Калиновская, Наталья Степанова, Ольга Пак, Татьяна Лим, Елена Павленко, Олеся Петропавловская. На этих специалистах была вся методическая, информационная и техническая поддержка исполнителей проекта и партнеров СахОДБ.

Как я уже упоминала, в октябре к нашему проекту присоединился Областной центр народного творчества, который представил для трансляций видеозаписи творческих мастер-классов представителей старшего поколения.

## Тысячи просмотров

- Как работал проект?

- Каждую неделю в онлайн-формате проходили громкие чтения лучших произведений детской литературы для ребят до 12 лет. С ноября мы также записывали различные творческие мастер-классы. Ежедневно на каналах Сахалинской областной детской библиотеки и Сахалинского областного центра народного творчества видеохостинга YouTube, на сайтах учреждений, в социальных

сетях («ВКонтакте», «Инстаграм», Facebook, «Одноклассники») транслировались видеозаписи творческих мастер-классов по технике оригами, по изготовлению предметов народного-прикладного искусства, а также видеозаписи фольклорной тематики в исполнении представителей старшего поколения. На 187 публикаций нами зарегистрировано около десяти тысяч просмотров, получено более пятисот отзывов и одобрений.

- Кто участвовал в проекте со стороны самих пожилых людей?

- Активными участниками проекта стали 25 человек - представители старшего поколения от 60 до 80 лет. Это бывшие работники самых разных отраслей: культуры, медицины, журналистики, лесного и рыбного хозяйства, образования и других. Например, Галина Васильевна Мельникова является старостой клуба «Женские причуды», созданном при МБУК «Тымовский краеведческий музей».

Гординская Валентина Николаевна - член правления общественной организации Союза женщин России города Холмска, постоянная участница мероприятий Центральной районной библиотеки имени Ю.И.Николаева.

Гольнская Валентина Николаевна более 36 лет работала воспитателем в детских садах поселка Смирных, является участником группы здоровья «Фитнес Леди», участником клуба для пожилых людей «Жизнелюб», а также членом Совета «Активное старшее поколение» при ГБУЗ «Смирновская ЦРБ».

Валентина Ивановна Сорокина - ветеран труда, заслуженный учитель

Сахалинской области с трудовым стажем в 52 года.

Галина Аркадьевна Дудина по профессии фармацевт (работала в аптеке города Долинска), а по состоянию души - поэтесса. Всю свою жизнь писала стихи для детей.

Шарова Любовь Михайловна - постоянный читатель Южно-Курильской Центральной библиотеки имени А.К.Мандрика, участница многих библиотечных мероприятий. Более двадцати пяти лет она отработала на рыбокомбинате.

Александр Иванович Шевелев - постоянный читатель малокурильской библиотеки. Большую часть жизни Александр Иванович проработал биологом в городе Петропавловске-Камчатском, в данный момент находится на заслуженном отдыхе и с удовольствием принял участие в проекте «Старшее поколение – детям».

Все это люди с активной жизненной позицией, с неисчерпаемой энергией, принимающие участие в различных интересных проектах. Участникам и исполнителям проекта направлены благодарственные письма.

## Звездопад профессий

- И что же, проект уже завершен или получит свое продолжение?

- Сегодня, подводя итоги проекта, стало ясно, что он востребован и имеет большую социальную значимость: повышает престиж чтения, способствует формированию книжной культуры, приобретению новых знаний, навыков, умений, мы рассчитываем на его продолжение. Для представителей старшего поколения это отличная возможность самореализоваться, принести пользу.

В 2021 году руководить проектом будет Наталья Антипова, главный библиотекарь отдела комплексного библиотечного обслуживания. В будущем значительно расширится география участников и партнеров проекта, а также появятся следующие тематические направления: громкие чтения «Сказки на ночь» и творческие мастер-классы в режиме онлайн, а также профориентационное направление - цикл видеозаписей «Звездопад профессий» с соответствующими рассказами представителей старшего поколения. Мы уже подготовили ролики о профессиях фармацевта, библиотекаря, лесника.

Таким образом, с февраля будущего года проект СахОДБ в новом формате

# «Старшее поколение - детям»

ЦЕНТР  
I Сотрудники Сахалинской областной детской библиотеки Олеся Петропавловская, Наталья Степанова, Светлана Цебизова (директор СахОДБ), Наталья Старикова, Ирина Калиновская, Ольга Пак, Татьяна Лим



и с интересными направлениями объединит различные учреждения и организации, людей старшего поколения, детей, подростков и их родителей.

## Обратная связь

Тамара Викентьевна ВИНОГРАДОВА из Анивы:

- Проект своевременный, он очень нам нужен. Я, как бывший учитель, знаю о роли чтения в жизни человека. Алексей Пешков говорил: «Все моему хорошему во мне я обязан книге». И действительно, книга учит всему самому хорошему, привлекает любовь не только к чтению, но и показывает нам - добро всегда побеждает зло.

То, что старшее поколение, которое более свободно (до такой степени, что иногда некуда себя деть), задействовано в этом проекте - это хорошая мысль, прекрасная идея.

С помощью директора Южно-Курильской централизованной библиотечной системы Виктории СОЗИНОВОЙ удалось получить отзыв от одного из участников проекта «Старшее поколение - детям». Вот что рассказывает Александр Иванович Шевелев:

- Пребывая в командировке, я узнал, что в селе Малокурильском есть библиотека. Записался в нее и стал приходить за книгами. В один из дней библиотекарь предложила мне поучаствовать в проекте «Старшее поколение - детям», я с радостью согласился - захотелось поделиться с ребятами своими эмоциями от любимой книги детства. Участвовать в проекте понравилось: это было волнительно и интересно. Если у меня будет такая возможность, я с удовольствием продолжу в нем участие. Но обещать ничего не могу - неизвестно, когда я буду на острове Шикотан в следующий раз.

Книгу для прочтения детям я выбрал сам. Это была книга В.К. Арсеньева «По Усурийскому краю». Я хотел, чтобы ребята попутешествовали вместе со мной по этой удивительной местности и полюбили ее так же, как и я. Если предоставится такая возможность, я бы опять выбрал книгу, описывающую красоты природы нашей необъятной Родины.

Организаторам я бы посоветовал проводить такие мероприятия в присутствии детей, чтобы они могли активно участвовать в диалоге.

Об участнике проекта от своего муниципалитета рассказала заведующая Центральной детской библиотекой Томаринской централизованной библиотечной системы Оксана ИЛЬИЧЕВА:

- Когда Сахалинская детская областная библиотека предложила нам принять участие в проекте «Старшее

поколение - детям», мы, не раздумывая, обратились к педагогу Валентине Ивановне Сорокиной, заслуженному учителю Сахалинской области с педагогическим стажем более 52 лет! Она очень активная участница нашей библиотечной жизни. И не только она сама, но и ее «детки» - ученики. Валентина Ивановна без колебаний ответила: «Если надо, все сделаем!»

Валентина Ивановна - человек очень добрый, излучающий праздник, заряжающий все вокруг своей любовью и радостью. Душевная улыбка и негромкий голос завораживают детей (да и взрослых тоже). Она активная, креативная, коммуникабельная, ответственная, талантливая. Ученики Валентины Ивановны - папы, мамы и даже бабушки - активно участвуют со своими детьми и внуками во всех библиотечных мероприятиях.

Ведущий библиограф Долинской городской детской библиотеки Жаннетта ИВАНОВА расспросила участников проекта от своего района.

Галина Аркадьевна ДУДИНА:

- Предложение участвовать в проекте поступило от Долинской городской детской библиотеки, с которой мы сотрудничаем в течение долгих лет - я часто прихожу в библиотеку на творческие встречи с ребятами, читаю им свои стихи, загадки, скороговорки.

От участия в проекте получила большое удовольствие, так как смогла познакомиться со своими стихами широкий круг слушателей. Не скрою, испытывала волнение, но мне понравилось. Рассказала о себе, прочла новые стихи. Пока у меня издана одна детская книга «Цветной мост», но много новых неизданных стихотворений.

Я бы продолжила участие в проекте. Думаю, это многим интересно - может, кто-то также захочет прочесть свои собственные произведения, ведь на Сахалине живут талантливые, пишущие люди. Желаю успехов и процветания проекту!

Ольга Максимовна КОНЬШЕВА:

- Вся моя жизнь была связана с детьми. Поэтому, когда детская библиотека предложила участие в проекте, я согласилась - мне было о чем рассказать ребятам, вспомнить о своих встречах с Книгой. Мы все родом из детства, и я на какое-то время попала в мир книг своих детских лет.

Что бы я выбрала для чтения детям? Конечно же, это детская классика: Агния Барто, Корней Чуковский, Сергей Михалков, Валентина Осеева, Евгений Пермяк, Самуил Яковлевич Маршак. Среди современных авторов выделю Сергея Георгиева, который писал и для маленьких, и для стареньких, и для взрослых, Татьяну Бокову, Марию Лукашкину.

Организаторам проекта я бы пожелала, чтобы проект жил долго, не оказался разовым мероприятием, а стал доброй традицией встречи старшего поколения с детской книгой и детьми.

Библиотекарь Александровск-Сахалинской модельной детской библиотеки Татьяна ЧЕРКАСОВА рассказала о двух участниках проекта от своего района. Татьяна Павловна Питуркина - любящая мама и заботливая бабушка, много времени уделяющая своим близким. Татьяна Павловна познакомилась с рассказом о сказке сахалинского писателя Сергея Хаданова «Олененок и ручей». Участницей проекта она стала по приглашению библиотеки - откликнулась, потому что слышала про работу «серебряных волонтеров» и заинтересовалась этой деятельностью. Участием в проекте довольна и готова его продолжать. Советует читать детям русские народные сказки, на которых выросла сама.

Вторая участница - Инна Викторовна Проценко, частая гостья библиотеки. Инна Викторовна пишет стихи и является членом творческого объединения «Лира» Центральной районной библиотеки имени М.С. Мицуля. Познакомилась с рассказом сахалинского писателя Сергея Хаданова «Гришкина Багира». Пришла в проект по приглашению детской библиотеки, впечатление от проекта хорошее, согласна была бы продолжить. Советует выбрать для чтения детям отрывки из книг Александра Волкова: «Волшебник Изумрудного города», «Желтый туман» и других.

Обе участницы проекта сошлись во мнении, что гораздо интереснее читать присутствующим при этом детям, «чтобы видны были детские глазки».

## Мастер-классы на любой вкус

Областной центр народного творчества также принял участие в библиотечном проекте «Старшее поколение - детям» - его специалисты подготовили и разместили на сайте [ocnt-sakhalin.ru](http://ocnt-sakhalin.ru) и в социальных сетях учреждения несколько видео с мастер-классами.

Так, 23 октября зрителям была предложена интерактивная форма обучения плетению чокера от мастера декоративно-прикладного творчества из Южно-Сахалинска Любови Николаевны Питкевич. Видео просмотрели около тысячи человек. Судя по отзывам, материал был изложен понятно и интересно.

30 октября вышел мастер-класс по плетению из бумажной лозы от мастера декоративно-прикладного творчества из села Новотроицкого Анивского городского округа Натальи Семеновны Денисовой, его также по-



I Долинск, городская детская библиотека МБУК «Долинская ЦБС». Ксения Осипенко, Жаннетта Иванова, Галина Дудина, Ольга Конешева, Людмила Гвоздева, Светлана Цебизова (директор СахОДБ)

смотрело около тысячи зрителей.

Шестого ноября Зинаида Григорьевна Шустина из Южно-Сахалинска представила свои колыбельные для самых маленьких, которые посмотрели и послушали около 800 человек.

Мастер-класс по лепке из глины от мастера декоративно-прикладного творчества из Синегорска Натальи Владимировны Веденеевой прошел 13 ноября. У него оказалось более 700 зрителей.

20 ноября состоялся мастер-класс по изготовлению игольницы от мастера декоративно-прикладного творчества из Южно-Сахалинска Нонны

Евгеньевны Нефедовой. Видео заинтересовало около 900 пользователей соцсетей.

Более 600 слушателей оказалось у русской народной сказки о кривой уточке, прочитанной 27 ноября Людмилой Ивановой Зайковой из Южно-Сахалинска.

Последними в ряду мероприятий центра были мастер-класс по росписи глиняной игрушки от Натальи Владимировны Веденеевой и громкое чтение татарской сказки «Водяная» (из уст деревенского мальчика) поэта Габдуллы Тукая от Елены Мазитовны Габдрахмановой.

## [ ВАЖНО! ]

### Как читать ребенку?

- Дайте совет профессионала старшему поколению: как читать ребенку, чтобы он слушал с удовольствием? Может быть, нужно избегать каких-то моментов в своем поведении? Или, наоборот, на что-то больше обращать внимание?

- Самый действенный инструмент для приобщения ребенка к чтению - это личный пример взрослого, громкие семейные чтения, - отвечает главный библиотекер отдела комплексного библиотечного обслуживания СахОДБ Наталья СТАРИКОВА. - Можно слушать одного теще, можно читать по ролям. Полезно обсуждать услышанное, но без дидактики, нравоучений, навязывания своего мнения. Если ребенок выражает свою эмоцию, его нужно поддержать, это поощрит его к открытому поведению в дальнейшем. И если в семейном кругу принято читать, никакие другие советы вам не нужны.

- Часто бывает так, что взрослый полон энтузиазма познакомить ребенка с отличной книгой, а ребенок не отзывается на нее. Как быть в таких ситуациях?

- Значит, эта книга не для вашего ребенка, он еще не нашел свою книгу. Торопиться здесь нельзя, относитесь с уважением к его вкусам и мнениям. Есть дети, которые лет до 12 не читают художественную литературу «для души», а только по необходимости, например по школьным заданиям, а когда случайно встречаются с книгой, которая по-настоящему зацепила, всерьез увлекаются чтением.

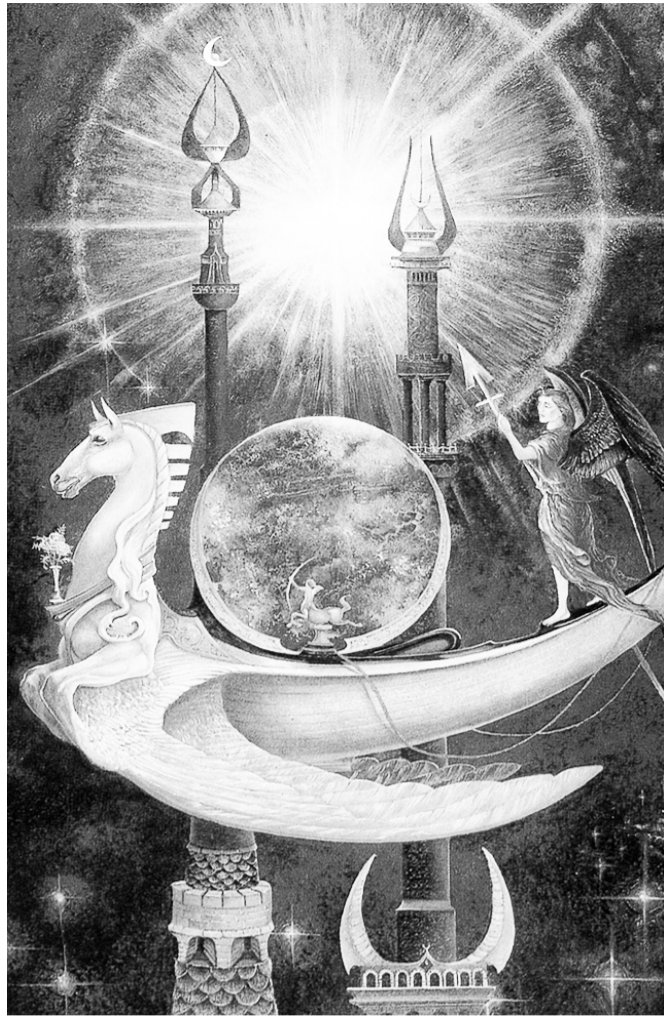
- Как помочь ребенку поскорее найти «свою» книгу? Или уповать на случай?

- Я поделюсь «секретами» именно библиотечной «скорой помощи» по этому вопросу. Задача библиотекаря в том и состоит, чтобы эта встреча читателя и книги как можно быстрее состоялась. Одним из основных направлений библиотечной работы является индивидуальная работа с читателем, а ее основа - изучение читательских интересов. Методов изучения читательского интереса существует несколько. Это и визуальное наблюдение, и эксперимент, который позволяет выявлять мотивы чтения, и интервью, и опросы. Но наиболее важным, на мой взгляд, остается первая беседа при записи ребенка в библиотеку. Ведь от исхода этой беседы зависит, станет ли ребенок постоянным нашим читателем или окажется «случайным прохожим».

Итак, при первой встрече мы внимательно наблюдаем за ребенком (а с опытом приходит особое видение читателя, понимание, что бы его могло заинтересовать). Естественно, мы рассказываем о библиотеке, о ее правилах. Мы вместе ходим вдоль стеллажей, берем случайные книжки, замечаем, что привлекает ребенка. Если интересующая тема обозначилась, подводим его к определенной полочке и рекомендуем литературу более обстоятельно.

Если же юному читателю трудно определиться, есть хороший способ ему помочь - это выставка книжных новинок либо наша «Нескучная полка». На эту полку попадают и незаслуженно забытые книги, которые имеют все шансы вновь привлечь к себе внимание.

Большую роль в расположении ребенка к чтению играют родители. Многие ходят в детскую библиотеку вместе с ребенком, по крайней мере первое время, пока он не освоится. И, если мама и папа активно подключаются к процессу, дело обязательно сдвинется с мертвой точки. Но бывают и перегибы: «Это нам не подходит, предлагайте нам только классику!» Это ошибка, которая может повлечь за собой нежелание ребенка читать «для души».



# Гороскоп на неделю

с 28 декабря 2020 года по 3 января 2021 года



**Овен.** Начало недели станет для Овнов испытанием на прочность нервов и стрессоустойчивость, некие ситуации и обстоятельства их сильно заденут. Первые дни 2021 года идеальны для налаживания взаимоотношений.



**Весы.** Неоднозначный период, хорошие новости будут сменяться неприятными ситуациями. В начале недели можно рассчитывать на успех на профессиональном поприще, а в конце многим захочется сменить работу.



**Телец.** В первые три дня этой недели желательно закончить все запланированные дела. Праздничные дни станут временем для отдыха, а женщинам можно рассчитывать на успех у мужчин первого и второго января.



**Скорпион.** Уныние Скорпионов повлечет за собой раздражение. Состояние души станет причиной конфликтов с родными людьми, любимыми и коллегами. Также стоит ожидать сложностей с завершением некоторых дел.



**Близнецы.** Начало этого временного отрезка сулит Близнецам отличные новости и благоприятные события, они получат премию или новую должность. В конце недели рекомендуется быть мягче и терпимее к родным.



**Стрелец.** Не лучшее время начинается для Стрельцов, они будут чувствовать усталость и сниженное настроение. Новогодняя ночь не принесет радости, если Стрельцы не перестанут предаваться унынию.



**Рак.** Этот период подарит Ракам чувство собственной привлекательности и обаяния. Женщинам стоит как можно чаще выходить в свет и бывать на дружеских вечеринках, они найдут подходящего человека.



**Козерог.** Далеко не лучшее время предстоит пережить Козерогам, эта неделя заставит вспомнить обо всех незавершенных делах и приступить к их выполнению. Настроение будет подавленным.



**Лев.** Этот период сулит Львам успех во всех сферах жизни, им предстоит пережить массу приятных событий и эмоций. Первые дни недели предвещают удачное окончание всех задач и насущных проблем.



**Водолей.** Отличное настроение не покинет Водолея всю эту неделю, они с успехом разберутся с текущими делами, сумеют добиться наилучших результатов в работе и будут полностью готовы к праздничным дням.



**Дева.** Убывающая Луна будет влиять на Дев не самым лучшим образом: они будут чувствовать себя вялыми и разбитыми. В праздничные дни настроение начнет понемногу улучшаться.



**Рыбы.** Рыбам в этом периоде рекомендуется быть готовыми к неприятностям на личном фронте, их ожидают обиды и разочарования. К выходным неблагоприятная ситуация начнет выправляться.

## понедельник, 28 декабря

7	РОССИЯ 1	НТВ	СТВ	РЕН	ЗВЕЗДА	ОТВ	РОССИЯ 24
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.40 Жить здорово! (16+) 10.50 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 13.30 Хоккей. Молодежный чемпионат мира, 2021 г. Сборная России - сборная Чехии. Прямой эфир из Канады 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.40 Пусть говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Новогоднее телевидение с Максимом Галкиным (16+) 23.20 Вечерний Ургант (16+) 00.00 Познер (16+) 01.00 Время покажет (16+) 02.40 Наедине со всеми (16+) 03.25 Мужское/Женское (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести 14.55 <b>Сериал «Морозова» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести 21.20 <b>Сериал «Тайны следствия-20» (12+)</b> 23.40 <b>Сериал «Тайны следствия. Прошлый век»</b>	06.05 <b>Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 07.00 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня 09.25 <b>Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 11.00 Сегодня 11.25 <b>Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) 19.30 <b>Сериал «Морские дьяволы. Особое задание» (16+)</b> 20.00 Сегодня 20.40 <b>Сериал «Морские дьяволы. Особое задание» (16+)</b> 22.20 <b>Сериал «Пёс» (16+)</b> 00.45 <b>Сериал «Шпион-1» (16+)</b> 04.45 <b>Фильм «Эластико» (12+)</b>	10.50, 14.15, 15.45, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды 07.00 ТНТ. Best (16+) 07.30 ТНТ. Best (16+) 08.00 ТНТ. Gold (16+) 08.30 ТНТ. Gold (16+) 09.00 Новое утро (16+) 10.00 Дом-2. Lite (16+) 11.15 Бородина против Бузовой (16+) 12.15 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 12.45 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 13.15 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 13.45 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 14.15 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 14.50 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 15.00 Наш день (16+) 15.30 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 16.00 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 16.30 <b>Сериал «Саша-Таня» (16+)</b> 17.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 18.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 19.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 20.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 21.00 <b>Сериал «Ольга» (16+)</b> 21.30 <b>Сериал «Ольга» (16+)</b> 22.00 Наш день (16+) 22.30 Где логика? Новогодний выпуск (16+) 23.30 Концерт Нурлана Сабурова (16+) 00.30 Дом-2. Город любви (16+) 01.30 Дом-2. После заката (16+)	06.00 Территория заблуждений (16+) 07.00 Док. проект (16+) 08.00 С бодрым утром! (16+) 09.30 Новости (16+) 10.00 Засекреченные списки (16+) 12.00 Как устроен мир (16+) 13.00 112 (16+) 13.30 Новости (16+) 14.00 Загадки человечества (16+) 15.00 Невероятно интересные истории (16+) 16.00 Док. проект (16+) 17.00 112 (16+) 17.30 Новости (16+) 18.00 Тайны Чапман (16+) 19.00 Самые шокирующие гипотезы (16+) 20.00 112 (16+) 20.30 Новости (16+) 21.00 <b>Фильм «Поцелуй дракона» (16+)</b> 22.55 Водить по-русски (16+) 00.00 Новости (16+) 00.30 Неизвестная история (16+) 01.30 <b>Фильм «Апокалипсис» (18+)</b> 03.50 <b>Фильм «Каскадеры» (16+)</b> 05.15 Тайны Чапман (16+)	06.00 Сегодня утром (12+) 08.00 Новости дня 08.15 Не факт! (6+) 08.50 Легенды госбезопасности. Петр Ивашутин». Док. фильм (16+) 09.45 <b>Фильм «Неоконченная повесть» (6+)</b> 11.50 <b>Фильм «Максим Перепелица» (0+)</b> 13.00 Новости дня 13.20 <b>Фильм «Максим Перепелица» (0+)</b> 14.05 <b>Сериал «Темная сторона души» (12+)</b> 17.00 Военные новости 17.05 <b>Сериал «Темная сторона души» (12+)</b> 18.10 «Хроника Победы». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Рособоронэкспорт». Док. сериал (12+) 19.40 Скрытые угрозы (12+) 20.25 Загадки века (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) 23.40 <b>Фильм «Сумка инкассатора» (0+)</b> 01.30 <b>Фильм «Дело Румянцева» (0+)</b> 03.10 <b>Фильм «Ожидание полковника Шальгины» (12+)</b> 04.35 <b>Фильм «Внимание! Всем поста...» (12+)</b>	07.30 По делам несовершеннолетних (16+) 09.05 Давай разведемся! (16+) 10.15 Тест на отцовство (16+) 12.30 Реальная мистика (16+) 13.30 Понять. Простить (16+) 14.35 Порча (16+) 15.10 Знахарка (16+) 15.45 <b>Фильм «Танец мотылька» (16+)</b> 20.00 <b>Фильм «Три истории любви» (16+)</b> 00.35 <b>Сериал «Самара-2» (16+)</b> 04.00 Порча (16+) 04.25 Знахарка (16+) 04.50 Понять. Простить (16+) 05.40 Реальная мистика (16+) 06.30 Тест на отцовство (16+) 07.20 6 кадров (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Мультфильмы (6+) 07.30 Сокровища нации (12+) 08.00 Мультфильмы (6+) 08.20 <b>Фильм «Отважная Лифи» (0+)</b> 09.55 Мнимый больной (12+) 10.25 Опыт дилетанта (12+) 10.50 <b>Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> 11.35 <b>Сериал «Принцесса с севера» (16+)</b> 12.25 Мировой рынок (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.35 <b>Фильм «Отважная Лифи» (0+)</b> 15.05 Мнимый больной (12+) 15.35 Опыт дилетанта (12+) 16.05 <b>Сериал «Байки Митяя» (16+)</b> 16.35 Мировой рынок (12+) 17.20 <b>Сериал «Улыбка лиса» (12+)</b> 18.10 <b>Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> 19.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 19.30 Бионика (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 <b>Фильм «Праздник взаимности» (16+)</b> 21.50 Мировой рынок (12+) 22.35 <b>Фильм «Шоколад» (16+)</b> 00.35 Центр внимания. Сахалин (16+)	13.00 Вести. События недели 16.00 Вести. Сахалин-Курилы 16.15 Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин-Курилы 19.15 Уримал Бансон <b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b> 06.00 Известия 06.25 <b>Сериал «Пятничный» (16+)</b> 06.55 <b>Сериал «Пятничный» (16+)</b> 08.30 <b>Сериал «Береговая охрана» (16+)</b> 09.25 <b>Сериал «Береговая охрана» (16+)</b> 10.00 Известия 10.25 <b>Сериал «Береговая охрана» (16+)</b> 10.40 <b>Сериал «Береговая охрана» (16+)</b> 11.35 <b>Сериал «Береговая охрана» (16+)</b> 12.30 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 13.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 14.00 Известия 14.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 14.50 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 15.40 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 16.35 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 17.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 18.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 18.30 Известия 18.45 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 19.35 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 20.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 21.30 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 22.25 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 23.20 <b>Сериал «Куба» (16+)</b> 00.10 <b>Сериал «Великолепная пятерка-3» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск 01.30 <b>Сериал «След» (16+)</b> 02.15 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 03.00 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 03.25 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 03.55 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.20 Известия 04.30 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 05.05 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b> 05.35 <b>Сериал «Детективы» (16+)</b>

**СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ**  
**СТРОИТЕЛЬСТВО**  
 ДОМОВ, ОФИСНЫХ И ТОРГОВЫХ ОБЪЕКТОВ, БАНЬ, ПРИСТРОЕК, ЗАБОРОВ, ДАЧНЫХ ДОМИКОВ, БЕСЕДОК, ВОРОТ, НАВЕСОВ, ДЕТСКИХ ПЛОЩАДОК  
 Внутренняя и наружная отделка, ремонт квартир, перепланировка, водоснабжение, водоотведение, проведение электропроводки, проектирование объектов  
**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД**  
**СКИДКИ**  
 Пр. Мира, 57, оф. 213. E-mail: novsmu@mail.ru  
 Тел.: 444-777, 8-962-118-43-20

Сдаем помещения под офисы в центре города:  
 ул. Хабаровская, 81. Охрана, видеонаблюдение, цена договорная.  
 Тел. 48-09-78.

2-к. кв. («брежневка», «хрущевка») в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 3-к. кв. (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 Частный дом. Т. 44-77-30.

2-к. кв. («брежневка») в 9 мкрн. Т. 44-77-30.  
 3-к. кв. в 11 мкрн. Т. 44-77-30.  
 1-к. кв. (97, 138 серии) в 9, 11, 12, 13, 13а, 14 мкрн. Т. 44-77-30.

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

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

**Приглашаем на службу в полицию. Подробная информация на официальном сайте УМВД России по Сахалинской области по адресу 65.мвд. рф . Контактные телефоны: 789-236, 780-267.**

**ОБЪЯВЛЕНИЯ**  
**НЕДВИЖИМОСТЬ**  
 Покупка  
 1-к. кв. («брежневка», «хрущевка») в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 2-к. кв. («брежневка», «хрущевка») в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 3-к. кв. («брежневка», «хрущевка») в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 1-к. кв. (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.  
 2-к. кв. (138, 97, 102 серии, новострой) в Южно-Сахалинске. Т. 44-77-30.



вторник, 29 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	РЕН	ЗВЕЗДА	ОТВ	РОССИЯ 24
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.40 Жить здорово! (16+) 10.50 Модный приговор (6+) 12.00 Новости 12.10 Время покажет (16+) 14.10 Гражданская оборона (16+) 15.00 Новости 15.10 Давай поженемся! (16+) 16.00 Мужское/Женское (16+) 18.00 Вечерние новости 18.40 На самом деле (16+) 19.40 Путь говорят (16+) 21.00 Время 21.30 Новогоднее телевидение с Максимом Галкиным (16+) 23.20 Вечерний Ургант (16+) 00.00 На ночь глядя (16+) 00.55 Время покажет (16+) 02.35 Наедине со всеми (16+) 03.20 Мужское/Женское (16+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Утро России 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) 12.40 60 минут (12+) 14.00 Вести <b>14.55 Сериал «Морозова» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+) 18.40 60 минут (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Тайны следствия-20» (12+)</b> <b>23.40 Фильм «Большой артист» (12+)</b>	<b>06.05 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 07.00 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) <b>19.30 Сериал «Морские дьяволы. Особое задание» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Морские дьяволы. Особое задание» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «Пес» (16+)</b> <b>00.45 Сериал «Шпион-1» (16+)</b> 04.40 Миграция (12+) <b>05.20 Сериал «Мухтар. Новый след» (16+)</b>	07.00 Наш день (16+) 07.30 Развлекательная программа (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Развлекательная программа (16+) 10.50, 14.15, 15.45, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды 09.00 Битва дизайнеров (16+) 10.00 Дом-2. Lite (16+) 11.15 Бородина против Бузовой (16+) 12.15 Золото Геленджика (16+) <b>13.15 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>13.45 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>14.15 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>14.50 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>16.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> 17.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) <b>15.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>16.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>16.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> 17.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) <b>21.00 Сериал «Универ» (16+)</b> <b>21.30 Сериал «Универ» (16+)</b> 22.00 Наш день (16+) 22.30 Импровизация. Новогодний выпуск (16+) 23.30 Павел Воля. Большой Stand Up (2018) (16+) 00.30 Дом-2. Город любви (16+) 01.30 Дом-2. После заката (16+)  <b>Если вы любите кошек и вам нужна помощь в стерилизации, но нет средств, то мы поможем. Льготная стерилизация кошки – 1000 руб., беременной – 1500 руб. Есть бесплатные места. Подробности по тел. 8-924-281-64-92</b>	06.00 Территория заблуждений (16+) 07.00 Док. проект (16+) 08.00 С бодрым утром! (16+) 09.30 Новости (16+) 10.00 Засекреченные списки (16+) 12.00 Как устроен мир (16+) 13.00 112 (16+) 13.30 Новости (16+) 14.00 Загадки человечества (16+) 15.00 Невероятно интересные истории (16+) 16.00 Засекреченные списки (16+) 17.00 112 (16+) 17.30 Новости (16+) 18.00 Тайны Чапман (16+) 19.00 Самые шокирующие гипотезы (16+) 20.00 112 (16+) 20.30 Новости (16+) <b>21.00 Фильм «Беглец» (16+)</b> 23.35 Водить по-русски (16+) 00.00 Новости (16+) 00.30 Загадки человечества (16+) <b>01.30 Фильм «Дюнкерк» (16+)</b> <b>03.20 Фильм «Жена астронавта» (16+)</b> 05.00 Тайны Чапман (16+)	06.00 Сегодня утром (12+) 08.00 Новости дня <b>08.15 Фильм «По данным уголовного розыска...» (0+)</b> <b>09.55 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 18.10 «Хроника Победы». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Рособоронэкспорт». Док. сериал (12+) 19.40 Легенды армии (12+) 20.25 Улика из прошлого (16+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Максим Перепелица» (0+)</b> <b>01.30 Фильм «Влюблен по собственному желанию» (0+)</b> <b>02.55 Фильм «Неоконченная повесть» (6+)</b> <b>04.30 Фильм «Приказано взять живым» (6+)</b>  <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+) 20.30 Спортивная неделя (0+)	07.30 6 кадров (16+) 07.45 По делам несовершеннолетних (16+) 08.50 Давай разведемся! (16+) 10.00 Тест на отцовство (16+) 12.15 Реальная мистика (16+) 13.25 Понять. Простить (16+) 14.30 Порча (16+) 15.00 Знахарка (16+) <b>15.35 Фильм «Жена напрокат» (16+)</b> <b>20.00 Фильм «Тайсия» (16+)</b> <b>01.00 Сериал «Самара-2» (16+)</b> 04.15 Порча (16+) 04.40 Знахарка (16+) 05.05 Понять. Простить (16+) 05.55 Реальная мистика (16+) 06.50 Субтитры. Домашняя кухня (16+) 07.15 6 кадров (16+)  <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Мультфильмы (6+) <b>08.35 Фильм «Ведьма Лили: путешествие в Мандо-лан» (6+)</b> 10.10 Мнимый больной (12+) 10.40 Опыты дилетанта (12+) <b>11.10 Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> <b>11.55 Сериал «Улыбка лиса» (12+)</b> 12.45 Бионика (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) <b>13.35 Фильм «Ведьма Лили. Путешествие в Мандо-лан» (6+)</b> 15.10 Мнимый больной (12+) 15.40 Опыты дилетанта (12+) <b>16.05 Сериал «Байки Митяя» (16+)</b> 16.35 Мировой рынок (12+) <b>17.20 Сериал «Улыбка лиса» (12+)</b> <b>18.10 Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> 19.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 19.30 Время (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>20.30 Фильм «Дублер» (16+)</b> <b>21.55 Сериал «Байки Митяя» (16+)</b> 22.25 Три аккорда. Концерт в Государственном Кремлевском дворце (12+) 00.30 Центр внимания. Сахалин (16+)	16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.10 Вести Уримал Бансон 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Интервью  <b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b> 06.00 Известия <b>06.25 Сериал «Пятницкий» (16+)</b> <b>07.10 Сериал «Пятницкий» (16+)</b> <b>07.55 Сериал «Старое ружье» (16+)</b> <b>08.55 Сериал «Старое ружье» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Старое ружье» (16+)</b> <b>11.15 Сериал «Старое ружье» (16+)</b> 12.15 Сериал «Куба» (16+) <b>13.05 Сериал «Куба» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>14.30 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>15.25 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>16.20 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>17.20 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>18.20 Сериал «Куба» (16+)</b> 18.30 Известия <b>18.45 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>19.30 Сериал «Куба» (16+)</b> <b>20.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Великопеленная палатка-3» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.00 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.55 Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.25 Известия <b>04.35 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.10 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.35 Сериал «Детективы» (16+)</b>

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ АЛКОЗАВИСИМЫМ**  
анонимно, ежедневно с 10.00 до 20.00  
**ГРЕБЕНЬКОВ Дмитрий Сергеевич**  
Т.: 41-86-86, 8-984-184-45-25  
О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЕТ СПЕЦИАЛИСТ

**ООО «ВИРГО» ЛЮБЫЕ ВАКЦИНЫ**  
**ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ РЕАНИМАЦИИ И АНЕСТЕЗИОЛОГИИ. ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ**  
Перед употреблением проконсультироваться с врачом. Имеются противопоказания.  
ул. Тихоокеанская, 29, оф. 3  
Т.: 22-08-79, 46-82-50  
E-mail: virgo\_sakh@mail.ru

**Если вы любите кошек и вам нужна помощь в стерилизации, но нет средств, то мы поможем. Льготная стерилизация кошки – 1000 руб., беременной – 1500 руб. Есть бесплатные места. Подробности по тел. 8-924-281-64-92**

среда, 30 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	РЕН	ЗВЕЗДА	ОТВ	РОССИЯ 24
05.00 Доброе утро 09.00 Новости 09.15 Доброе утро 09.40 Жить здорово! Новогодний выпуск (16+) 10.50 Модный приговор. Новогодний выпуск (6+) 12.00 Новости 12.05 Точь-в-точь. Новогодний выпуск (16+) 13.30 Хоккей. Молодежный чемпионат мира, 2021 г. Сборная России - сборная Австрии. Прямой эфир из Канады 16.00 Сегодня вечером (16+) 18.40 К 45-летию фильма. «Ирония судьбы. «С любимыми не расставайтесь...» (12+) 19.45 Поле чудес. Новогодний выпуск (16+) 21.00 Время 21.30 Что? Где? Когда? Финал года (16+) 23.00 Вечерний Ургант (16+) <b>00.15 Фильм «Жизнь Пи» (12+)</b> <b>02.05 Фильм «Любовное гнездышко» (12+)</b> 03.30 Модный приговор. Новогодний выпуск (6+)	05.00 Утро России 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35, 09.00, 21.05 Вести. Сахалин-Курилы 09.30 Тест. Новый год со знаком качества (12+) 09.55 О самом главном (12+) 11.00 Вести 11.30 Судьба человека (12+) <b>12.40 Фильм «Мисс Полиция» (12+)</b> 17.00 Вести 17.15 Привет, Андрей! Специальный предновогодний выпуск (12+) 20.00 Вести <b>21.20 Сериал «Тайны следствия-20» (12+)</b> <b>23.40 Фильм «Дневник свекрови» (12+)</b>	<b>06.05 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 07.00 Утро. Самое лучшее (16+) 09.00 Сегодня <b>09.25 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 11.00 Сегодня <b>11.25 Сериал «Глаза в глаза» (16+)</b> 14.00 Сегодня 14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 15.00 Место встречи (16+) 17.00 Сегодня 17.25 ДНК (16+) <b>19.30 Сериал «Морские дьяволы. Рубежи Родины» (16+)</b> 20.00 Сегодня <b>20.40 Сериал «Морские дьяволы. Рубежи Родины» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «Пёс» (16+)</b> <b>00.45 Сериал «Шпион-1» (16+)</b> 04.40 Миграция (12+) <b>05.20 Сериал «Мухтар. Новый след» (16+)</b>	07.00 Наш день (16+) 07.30 Развлекательная программа (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Развлекательная программа (16+) 10.50, 14.15, 15.45, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды 09.00 Импровизация (16+) 10.00 Дом-2. Lite (16+) 11.15 Бородина против Бузовой (16+) 12.15 Битва экстрасенсов (16+) <b>13.45 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>14.15 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>14.50 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> 15.00 Наш день (16+) <b>15.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>16.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>16.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> 17.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 18.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 19.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) 20.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+) <b>21.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> <b>21.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</b> 22.00 Наш день (16+) 22.30 Двое на миллион (16+) 23.30 Дом-2. Город любви (16+) 01.30 Comedy Womanу Новогодний выпуск (16+)	06.00 Территория заблуждений (16+) 07.00 Док. проект (16+) 08.00 С бодрым утром! (16+) 09.30 Новости (16+) 10.00 Засекреченные списки (16+) 12.00 Как устроен мир (16+) 13.00 112 (16+) 13.30 Новости (16+) 14.00 Загадки человечества (16+) 15.00 Невероятно интересные истории (16+) 16.00 Засекреченные списки (16+) 17.00 112 (16+) 17.30 Новости (16+) 18.00 Тайны Чапман (16+) 19.00 Самые шокирующие гипотезы (16+) 20.00 112 (16+) 20.30 Новости (16+) <b>21.00 Фильм «Служители закона» (16+)</b> 23.35 Смотреть всем! (16+) 00.00 Новости (16+) 00.30 Загадки человечества (16+) <b>01.30 Фильм «Поединок» (16+)</b> <b>03.20 Фильм «Кристофер Робин» (16+)</b> 04.55 Тайны Чапман (16+)	06.00 Сегодня утром (12+) 08.00 Новости дня <b>08.20 Фильм «Экипаж машины боевой» (0+)</b> <b>09.55 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 13.00 Новости дня <b>13.20 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 17.00 Военные новости <b>17.05 Сериал «Высший пилотаж» (16+)</b> 18.10 «Хроника Победы». Док. сериал (12+) 18.30 Специальный репортаж (12+) 18.50 «Битва оружейников». Док. фильм (12+) 19.40 Последний день. Роман Карцев (12+) 20.25 Секретные материалы (12+) 21.15 Новости дня 21.25 Открытый эфир (12+) 23.05 Между тем (12+) <b>23.40 Фильм «Двенадцатая ночь» (0+)</b> <b>01.25 Фильм «Формула любви» (12+)</b> <b>02.55 Фильм «Где находится нофелет?» (12+)</b> 04.15 «Новый год на войне». Док. фильм (12+) 04.55 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)  <b>Солнце ТВ</b> 07.00 Сахалинская неделя (16+) 13.00 Сахалинская неделя (16+) 20.00 Сахалинская неделя (16+)	07.30 6 кадров (16+) 07.40 По делам несовершеннолетних (16+) 08.45 Давай разведемся! (16+) 09.55 Тест на отцовство (16+) 12.10 Реальная мистика (16+) 13.20 Понять. Простить (16+) 14.20 Порча (16+) 14.55 Знахарка (16+) <b>15.30 Фильм «Три истории любви» (16+)</b> <b>20.00 Фильм «Другая» (16+)</b> <b>00.35 Сериал «Самара-2» (16+)</b> 04.00 Порча (16+) 04.25 Знахарка (16+) 04.50 Понять. Простить (16+) 05.40 Реальная мистика (16+) 06.35 Тест на отцовство (16+) 07.25 6 кадров (16+)  <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Мультфильмы (6+) <b>08.40 Фильм «Гномео и Джульетта» (12+)</b> 10.10 Мнимый больной (12+) 10.40 Опыты дилетанта (12+) <b>11.05 Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> <b>11.55 Сериал «Улыбка лиса» (12+)</b> 12.45 Время (12+) 13.15 Центр внимания. Сахалин (16+) 13.30 Мультфильмы (6+) <b>13.45 Фильм «Гномео и Джульетта» (12+)</b> 15.10 Мнимый больной (12+) 15.40 Опыты дилетанта (12+) <b>16.05 Сериал «Байки Митяя» (16+)</b> 16.35 Мировой рынок (12+) <b>17.20 Сериал «Улыбка лиса» (12+)</b> <b>18.10 Сериал «В лесах и на горах» (16+)</b> 19.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 19.30 Время (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) <b>20.30 Фильм «Ночь одинокого филина» (12+)</b> <b>22.05 Сериал «Байки Митяя» (16+)</b> 22.35 Юбилейный вечер Юрия Николаева (12+) 00.35 Центр внимания. Сахалин (16+)	16.00 Вести. Сахалин – Курилы 16.15 Интервью 19.00 Вести. Сахалин – Курилы 19.15 Спецрепортаж  <b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b> 06.00 Известия <b>06.25 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>07.50 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>08.45 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>09.40 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> 10.00 Известия <b>10.25 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>11.05 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>12.05 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>13.00 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> 14.00 Известия <b>14.25 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>15.20 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>16.20 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>17.20 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>18.20 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> 18.30 Известия <b>18.45 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>19.30 Сериал «Белая стрела» (16+)</b> <b>20.25 Сериал «След» (16+)</b> <b>21.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>22.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>23.20 Сериал «След» (16+)</b> <b>00.10 Сериал «Великопеленная палатка-3» (16+)</b> 01.00 Известия. Итоговый выпуск <b>01.30 Сериал «След» (16+)</b> <b>02.15 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.00 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.25 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>03.55 Сериал «Детективы» (16+)</b> 04.20 Известия <b>04.30 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.05 Сериал «Детективы» (16+)</b> <b>05.30 Сериал «Детективы» (16+)</b>

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

четверг, 31 декабря

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТ	РЕН	ЗВЕЗДА	ДОТВ	РОССИЯ 24
05.00 Доброе утро 05.30 Голос. Финал. Прямой эфир 07.45 Фильм «По семейным обстоятельствам» (0+) 10.00 Новости 10.20 Кино в цвете. Фильм «Золушка» (0+) 12.00 Новости 12.10 Фильм «Девчата» (0+) 14.00 Голос. Финал (12+) 15.55 Фильм «Джентльмены удачи» (6+) 17.35 Фильм «Любовь и голуби» (12+) 19.20 Фильм «Ирония судьбы, или С легким паром!» (6+) 22.30 Новогодний маскарад на Первом (16+) 23.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В. В. Путина 00.00 Новогодняя ночь на Первом (16+)	05.00 Фильм «Дневник свекрови» (12+) 07.10 Фильм «Золушка» 09.25 Фильм «Карнавальная ночь» (0+) 11.00 Вести 11.10 Фильм «Москва слезам не верит» (12+) 14.00 Вести 14.10 Короли смеха (16+) 16.50 Фильм «Служебный роман» (0+) 19.25 Фильм «Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика» (6+) 20.45 Фильм «Иван Васильевич меняет профессию» (6+) 22.20 Новогодний парад звезд 23.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина 00.00 Новогодний голубой огонек	06.05 Сериал «Улицы разбитых фонарей» (16+) 07.05 Фильм «Афоня» (0+) 09.00 Сегодня 09.20 Фильм «Сирота казанская» (6+) 11.00 Сегодня 11.20 Фильм «Белое солнце пустыни» (0+) 13.00 Сериал «Пёс» (16+) 16.25 Сериал «Пёс» (16+) 17.00 Сегодня 17.20 Сериал «Пёс» (16+) 21.30 Новогодняя маска (12+) 00.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина 01.00 «Новогодняя маска» (продолжение) (12+) 02.00 Новогодний Квартирник НТВ у Маргулиса (16+) 04.45 Фильм «Приходи на меня посмотреть» (0+)	07.00 Наш день (16+) 07.30 Развлекательная программа (16+) 08.00 Наш день (16+) 08.30 Развлекательная программа (16+) 10.50, 14.15, 15.45, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды 09.00 Сериал «Интерны» (16+) 09.30 Сериал «Реальные пацаны» (16+) 10.00 Дом-2. Lite (16+) 11.15 Бородина против Бузовой (16+) 12.15 Сериал «СашаТаня» (16+) 12.40 Сериал «СашаТаня» (16+) 13.10 Сериал «Ольга» (16+) 13.35 Сериал «Ольга» (16+) 14.05 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 15.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 16.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 17.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 18.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 19.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 20.00 Где логика? Новогодний выпуск (16+) 21.00 Шоу «Студия «Союз». Новогодний выпуск (16+) 22.00 Двое на миллион. Новогодний выпуск (16+) 23.00 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+) 00.00 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 00.55 Новогоднее поздравление Президента Российской Федерации В.В. Путина 01.05 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 02.00 Пой без правил (16+) 02.55 Фильм «Зомбоязык» (16+) 03.55 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 04.40 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 05.30 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 06.15 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+)	06.00 Военная тайна (16+) 07.00 Музыкальный марафон «Легенды Ретро FM» (16+) 00.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина (0+) 01.00 Музыкальный марафон «Легенды Ретро FM» (16+)	05.05 Фильм «Эта веселая планета» (0+) 06.40 Фильм «Новогодние приключения Маши и Вити» (0+) 07.50 Фильм «Зигзаг удачи» (6+) 08.00 Новости дня 08.10 Фильм «Зигзаг удачи» (6+) 09.30 Легенды цирка (6+) 09.55 Легенды музыки (6+) 10.25 Легенды музыки (6+) 10.55 Легенды кино (6+) 11.35 Легенды кино (6+) 12.15 Легенды космоса (6+) 13.00 Новости дня 13.30 Круиз-контроль (6+) 14.05 Не факт! (6+) 14.30 СССР. Знак качества (12+) 15.15 СССР. Знак качества (12+) 16.00 Фильм «Овечка Долли была злая и рано умерла» (12+) 18.00 Новости дня 18.10 Фильм «Тариф «Новогодний»» (16+) 19.35 Фильм «Ночь одинокого филина» (12+) 21.05 Фильм «Мой парень - ангел» (16+) 22.45 Елена Ваенга. Концерт в Кремле (12+) 23.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина 00.05 Новая звезда. Лучшее (6+) 01.35 Фильм «Кубанские казаки» (0+) 03.25 Фильм «Небесный тихоход» (0+)	07.30 6 кадров (16+) 07.35 Фильм «Стандарты красоты» (16+) 11.50 Фильм «Стандарты красоты. Новая любовь» (16+) 16.10 Фильм «Как извести любовницу за 7 дней» (16+) 20.30 «Предсказания. 2021» (16+). Док. цикл 00.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина (0+) 01.05 «Предсказания. 2021» (16+). Док. цикл 07.10 6 кадров (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Время (12+) 08.55 Фильм «SOS Дед Мороз, или Все сбывается!» (6+) 10.30 Сериал «Байки Митяя» (16+) 11.00 Сериал «В лесах и на горах» (16+) 11.50 Сериал «Улыбка лиса» (12+) 12.35 Мировой рынок (12+) 13.25 Фильм «С Новым годом, мамы!» (6+) 14.55 Новогодний концерт. Лучшие песни (12+) 16.30 Сериал «Улыбка лиса» (12+) 17.20 Сериал «В лесах и на горах» (16+) 19.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 19.30 Время (12+) 20.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 20.30 Опыт дилетанта (12+) 20.55 Фильм «До Нового года осталось...» (12+) 22.30 Правила взлома. Лайфхак/Новый год (12+) 23.00 Телевизионный концерт «Новый год по-сахалински» (12+) 23.55 Новогоднее обращение губернатора Сахалинской области В.И. Лимаренко 00.00 Телевизионный концерт «Новый год по-сахалински» (12+)	Круглосуточный информационный канал <b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b> 06.00 Известия 06.50 Сериал «Каникулы строгого режима» (12+) 07.40 Сериал «Каникулы строгого режима» (12+) 08.30 Сериал «Каникулы строгого режима» (12+) 09.25 Фильм «Папаша» (12+) 11.45 Фильм «Блеф» (16+) 13.55 Фильм «Укрощение строптивого» (12+) 16.05 Фильм «Невероятные приключения итальянцев в России» (12+) 18.10 Фильм «Пес Барбос и необычный кросс» (12+) 18.25 Фильм «Самогонщики» (12+) 18.45 Сериал «След» (16+) 19.40 Сериал «След» (16+) 20.35 Сериал «След» (16+) 21.30 Сериал «След» (16+) 22.20 Сериал «След» (16+) 23.15 Сериал «След» (16+) 00.05 Сериал «След» (16+) 00.55 Новогоднее обращение Президента Российской Федерации В.В. Путина (0+) 01.05 Новогодняя дискотека-2021 г. Хор Турецкого (12+) 02.20 Новогодняя дискотека-2021 г. Легенды «Ретро FM» (12+)

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

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

Согласно ФЗ РФ №436 от 29.12.10 г. «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», ТВ-программа содержит знаки об ограничении распространения информационной продукции (ИП) среди детей.  
0+ - ИП для детей, не достигших 6 лет; 6+ - ИП для детей, достигших 6 лет, и старше; 12+ - ИП для детей, достигших 12 лет, и старше; 16+ - ИП для детей, достигших 16 лет, и старше; 18+ - ИП, запрещенной для детей.  
Перепечатка программы только с разрешения ЗАО «Сервис-ТВ».

пятница, 1 января

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТ	РЕН	ЗВЕЗДА	ДОТВ	РОССИЯ 24
06.00 Новогодний календарь (0+) 07.05 Кино в цвете. Фильм «Золушка» (0+) 08.25 Фильм «Девчата» (0+) 10.00 Новости 10.10 Фильм «Ирония судьбы, или С легким паром!» (6+) 13.20 Фильм «Бриллиантовая рука» (0+) 15.00 Новости 15.10 Фильм «Джентльмены удачи» (6+) 16.35 Фильм «Любовь и голуби» (12+) 18.20 Лучше всех! Новогодний выпуск (0+) 21.00 Клуб веселых и находчивых». Высшая лига. Финал (16+) 23.20 Фильм «Викторина» (16+) 01.25 «Дискотека 80-х» (16+) 03.25 Фильм «Джентльмены предпочитают блондинок» (16+)	05.00 Фильм «Карнавальная ночь» (0+) 06.15 Фильм «Москва слезам не верит» (12+) 08.40 Фильм «Служебный роман» (0+) 11.15 Фильм «Кавказская пленница, или Новые приключения Шурика» (6+) 12.40 Песня года 14.50 Фильм «Иван Васильевич меняет профессию» (6+) 16.30 Фильм «Одесский пароход» (12+) 17.55 Юмор года (16+) 20.00 Вести 21.10 Вести. Сахалин-Курилы 21.20 Фильм «Последний богатырь» (12+) 23.10 Фильм «Заповедник» (16+) 01.05 Фильм «СуперБобровы. Народные мстители» (12+) 02.30 Фильм «Сваты» (12+)	06.25 Сериал «Пёс» (16+) 09.20 У нас выигрывают! (12+) 10.30 Сериал «Пёс» (16+) 16.30 Фильм «Новогодний пёс» (16+) 18.15 Сериал «Дельфин» (16+) 21.05 Суперстар! Возвращение. Финал (16+) 23.30 Новогодний миллиард 01.15 Сериал «Дельфин» (16+) 02.15 Фильм «Как встретить праздник не по-детски» (16+) 03.55 Фильм «В зоне доступа любви» (16+) 05.25 Все звезды в Новый год (12+)	10.50, 14.15, 15.45, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды 07.00 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 08.00 Комеди Клуб. Новогодний выпуск (16+) 09.05 Фильм «Любовь в большом городе» (16+) 11.00 Сериал «СашаТаня» (16+) 11.30 Сериал «СашаТаня» (16+) 12.00 Сериал «СашаТаня» (16+) 12.30 Сериал «СашаТаня» (16+) 13.00 Однажды в России (16+) 14.00 Однажды в России (16+) 15.00 Однажды в России (16+) 16.00 Однажды в России (16+) 17.00 Однажды в России (16+) 18.00 Однажды в России (16+) 19.00 Однажды в России (16+) 20.00 Однажды в России (16+) 21.00 Однажды в России (16+) 22.00 Однажды в России (16+) 23.00 Однажды в России (16+) 00.00 Однажды в России (16+) 01.00 Фильм «Год свиньи» (18+)	06.00 Музыкальный марафон «Легенды Ретро FM» (16+) 08.00 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк» (0+) 09.40 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-2» (0+) 11.00 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-3» (6+) 12.30 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-4» (6+) 14.15 Анимационный фильм «Алёша Попович и Тугарин Змей» (12+) 15.45 Анимационный фильм «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» (0+) 17.05 Анимационный фильм «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» (6+) 18.40 Анимационный фильм «Три богатыря и Шамаханская царица» (12+) 20.10 Анимационный фильм «Три богатыря на дальних берегах» (0+) 21.35 Анимационный фильм «Три богатыря. Ход конем» (6+) 23.05 Анимационный фильм «Три богатыря и Морской царь» (6+) 00.35 Анимационный фильм «Три богатыря и Принцесса Египта» (6+) 01.50 Анимационный фильм «Три богатыря и Наследница престола» (6+) 03.20 Новогодний Задорнов 04.55 Апельсины цвета беж	05.20 Фильм «Небесные ласточки» (0+) 07.35 Фильм «Летучая мышь» (0+) 09.50 Фильм «Покровские ворота» (0+) 12.05 Сериал «Бабий бунт, или Война в Новоселково» (16+) 13.00 Новости дня 13.10 Сериал «Бабий бунт, или Война в Новоселково» (16+) 18.00 Новости дня 18.10 Сериал «Бабий бунт, или Война в Новоселково» (16+) 23.10 Фильм «Соломенная шляпка» (0+) 01.20 Фильм «Пирожки с картошкой» (12+) 03.10 Фильм «Новогодний романс» (12+) 05.00 «Фронтовые истории любимых актеров. Анатолий Папанов и Иннокентий Смоктуновский». Док. фильм (6+) 05.35 «Сделано в СССР». Док. сериал (6+)	07.30 6 кадров (16+) 07.35 Фильм «Королевство кривых зеркал» (0+) 09.05 Фильм «Ангелика – маркиза ангелов» (16+) 11.30 Фильм «Великолепная Ангелика» (16+) 13.45 Фильм «Ангелика и король» (16+) 16.00 Фильм «Неукротимая Ангелика» (16+) 17.55 Фильм «Ангелика и султан» (16+) 20.00 Фильм «Ёлка на миллион» (16+) 00.15 Фильм «В двух километрах от Нового года» (16+) 02.10 «Предсказания. 2021» (16+). Док. цикл 03.10 Фильм «Ангелика – маркиза ангелов» (16+) 05.05 «Наш Новый год. Романтические шестидесятые». Док. фильм (16+) 05.55 «Наш Новый год. Душевные семидесятые». Док. фильм (16+) 07.10 6 кадров (16+) <b>ОТВ-САХАЛИН</b> 07.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 07.25 Мультфильмы (6+) 08.00 Центр внимания. Сахалин (16+) 08.30 Сериал «Кумир» (12+) 09.25 Сериал «Рожденная звездой» (12+) 10.15 Главный новогодний концерт-2021 (12+) 11.45 Сериал «Вы все меня бесите» (16+) 12.35 «Плохие девочки». Док. фильм (16+) 13.30 Сериал «Новогодний экспресс» (12+) 15.05 Сериал «Кумир» (12+) 16.00 Сериал «Рожденная звездой» (12+) 17.00 Фильм «До Нового года осталось...» (12+) 18.35 Слава богу, ты пришел! 19.30 Правила взлома. Лайфхак/Новый год (12+) 20.00 Фильм «Мамы-3» (12+) 21.35 Сериал Новогодний экспресс» (12+) 23.10 Три аккорда. Концерт в государственном Кремлевском дворце (12+)	Круглосуточный информационный канал <b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b> 06.00 Мультфильм «Маша и медведь» (0+) 06.15 «Моя родная Ирония судьбы». Док. фильм (12+) 07. Фильм «Блеф» (16+) 09.00 Фильм «Укрощение строптивого» (12+) 11.00 Сериал «Парфюмерша» (12+) 12.00 Сериал «Парфюмерша» (12+) 12.55 Сериал «Парфюмерша» (12+) 13.55 Сериал «Парфюмерша» (12+) 14.45 Сериал «Парфюмерша» (12+) 15.40 Сериал «Парфюмерша» (12+) 16.40 Сериал «Парфюмерша» (12+) 17.35 Сериал «Парфюмерша» (12+) 18.25 Сериал «След» (16+) 19.10 Сериал «След» (16+) 20.05 Сериал «След» (16+) 21.00 Сериал «След» (16+) 21.45 Сериал «След» (16+) 22.25 Сериал «След» (16+) 23.20 Сериал «След» (16+) 00.10 Сериал «След» (16+) 01.00 Сериал «След» (16+) 01.50 Сериал «След» (16+) 02.35 Сериал «Детективы» (16+) 03.05 Сериал «Детективы» (16+) 03.35 Сериал «Детективы» (16+) 04.05 Сериал «Детективы» (16+) 04.40 Сериал «Детективы» (16+) 05.10 Сериал «Детективы» (16+) 05.35 Сериал «Детективы» (16+)

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

суббота, 2 января

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	РЕН	ЗВЕЗДА	ОТВ	РОССИЯ 24
<p>05.30 Фильм «Финист-Ясный сокол» (0+)</p> <p>06.00 Новости</p> <p>06.10 Фильм «Финист-Ясный сокол» (0+)</p> <p>07.00 Фильм «Старик Хоттабыч» (0+)</p> <p>08.30 Ледниковый период. Континентальный дрейф (0+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.10 Фильм «Морозко» (0+)</p> <p>11.45 Фильм «Один дома-2» (0+)</p> <p>13.40 Фильм «Один дома 2» (0+)</p> <p>15.00 Новости</p> <p>15.10 Фильм «Один дома-2» (0+)</p> <p>16.10 Фильм «Щелкунчик и четыре королевства» (6+)</p> <p>18.00 Точь-в-точь. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.20 Церемония вручения национальной премии «Золотой граммофон» (16+)</p> <p>00.20 Фильм «Анна и король» (0+)</p> <p>02.45 Фильм «Давай сделаем это легально» (16+)</p> <p>04.00 Первый скорый (16+)</p>	<p>05.00 Фильм «Доярка из Хацапетовки» (12+)</p> <p>08.10 Фильм «Свадьбы не будет» (12+)</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.15 Фильм «Развода не будет» (12+)</p> <p>13.05 Песня года</p> <p>15.30 Фильм «Последний богатырь» (12+)</p> <p>17.40 Юмор года (16+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.05 Вести. Сахалин-Курилы</p> <p>21.20 Сериал «Анна Каренина» (12+)</p> <p>00.50 Сериал «Ликвидация» (16+)</p> <p>03.15 Сериал «Одесса-мама» (16+)</p>	<p>07.05 Фильм «Гарражный папа» (12+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 Фильм «Паутина» (16+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 Фильм «Паутина» (16+)</p> <p>13.40 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>20.00 Сегодня</p> <p>20.25 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>00.00 Маска (12+)</p> <p>02.35 Фильм «Гарражный папа» (12+)</p> <p>04.10 Сериал «Пёс» (16+)</p>	<p>10.25, 14.15, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды</p> <p>07.00 ТНТ. Best (16+)</p> <p>07.30 ТНТ. Best (16+)</p> <p>08.00 ТНТ. Gold (16+)</p> <p>08.30 ТНТ. Gold (16+)</p> <p>09.00 Фильм «Любовь в большом городе-2» (16+)</p> <p>11.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>11.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>12.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>12.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>13.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>13.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>14.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>14.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>15.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>15.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>16.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>16.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>17.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>17.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>18.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>18.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>19.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>19.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>20.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>20.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>21.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>21.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>22.00 Проект «Анна Николаевна» (16+)</p> <p>23.05 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>00.05 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>01.05 Фильм «Ночная смена» (18+)</p>	<p>06.00 Апельсины цвета беж</p> <p>06.20 Мы все учились понемногу</p> <p>08.00 Анимационный фильм «Алеша Попович и Тугарин Змей» (12+)</p> <p>09.30 Анимационный фильм «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» (0+)</p> <p>10.45 Анимационный фильм «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» (6+)</p> <p>12.20 Анимационный фильм «Три богатыря и Шамаханская царица» (12+)</p> <p>13.50 Анимационный фильм «Три богатыря на дальних берегах» (0+)</p> <p>15.10 Анимационный фильм «Три богатыря. Ход конем» (6+)</p> <p>16.40 Анимационный фильм «Три богатыря и Морской царь» (6+)</p> <p>18.10 Анимационный фильм «Три богатыря и принцесса Египта» (6+)</p> <p>19.35 Анимационный фильм «Три богатыря и Наследница престола» (6+)</p> <p>21.10 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк» (0+)</p> <p>22.55 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-2» (0+)</p> <p>00.20 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-3» (6+)</p> <p>01.50 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-4» (6+)</p> <p>03.20 Русский для коекеров</p>	<p>05.50 Фильм «Зайчик» (0+)</p> <p>07.20 Фильм «К Черному морю» (12+)</p> <p>08.00 Новости дня</p> <p>08.15 Фильм «К Черному морю» (12+)</p> <p>09.00 Загадки века (12+)</p> <p>09.45 Загадки века (12+)</p> <p>10.30 Загадки века (12+)</p> <p>11.15 Загадки века (12+)</p> <p>12.00 Загадки века (12+)</p> <p>12.50 Загадки века (12+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.15 Загадки века (12+)</p> <p>13.55 Загадки века (12+)</p> <p>14.40 Загадки века (12+)</p> <p>15.35 Загадки века (12+)</p> <p>16.20 Загадки века (12+)</p> <p>17.10 Загадки века (12+)</p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.15 Загадки века (12+)</p> <p>19.05 Загадки века (12+)</p> <p>19.55 Загадки века (12+)</p> <p>20.50 Фильм «Покровские ворота» (0+)</p> <p>23.30 Фильм «Опасно для жизни!» (12+)</p> <p>01.20 Фильм «Джокер» (12+)</p> <p>03.10 Фильм «Сегодня – новый аукцион» (0+)</p> <p>04.40 «Фронтонные истории любимых актеров. Юрий Никулин и Владимир Этуш». Док. фильм (6+)</p>	<p>07.30 Пять ужинов (16+)</p> <p>08.05 Фильм «Тариф на любовь» (16+)</p> <p>09.45 Сериал «Возвращение в Эдем» (16+)</p> <p>15.40 Фильм «Сестра по наследству» (16+)</p> <p>20.00 Сериал «Любовь против судьбы» (16+)</p> <p>00.00 Фильм «Снежная любовь, или Сон в зимнюю ночь» (16+)</p> <p>02.25 «Предсказания. 2021» (16+). Док. цикл</p> <p>03.20 Фильм «Ангелика и король» (16+)</p> <p>05.00 Знать будущее. Жизнь после Ванги (16+)</p> <p><b>ОТВ-САХАЛИН</b></p> <p>07.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p>07.25 Сериал «Вы все меня бесите» (16+)</p> <p>08.20 Сериал «Кумир» (12+)</p> <p>09.15 Сериал «Рожденная звездой» (12+)</p> <p>10.00 Фильм «Новые приключения Аладдина» (16+)</p> <p>11.50 Сериал «Вы все меня бесите» (16+)</p> <p>12.40 Муж напрокат (16+)</p> <p>13.35 Сериал «Новогодний экспресс» (12+)</p> <p>15.10 Сериал «Кумир» (12+)</p> <p>16.05 Сериал «Рожденная звездой» (12+)</p> <p>16.55 Eurotax. Окно в Европу (16+)</p> <p>17.25 Телевизионный концерт «Новый год по сахалински» (12+)</p> <p>19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Фильм «Сказки Рублевского леса» (12+)</p> <p>21.35 Сериал «Новогодний экспресс» (12+)</p> <p>23.15 Фильм «Новые приключения Аладдина» (16+)</p>	<p>Круглосуточный информационный канал</p> <p><b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b></p> <p>06.00 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>06.25 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>06.50 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>07.15 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>07.45 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>08.20 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>09.00 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>09.35 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>10.15 Сериал «Детективы» (16+)</p> <p>11.00 Сериал «След» (16+)</p> <p>11.50 Сериал «След» (16+)</p> <p>12.45 Сериал «След» (16+)</p> <p>13.35 Сериал «След» (16+)</p> <p>14.30 Сериал «След» (16+)</p> <p>15.20 Сериал «След» (16+)</p> <p>16.10 Сериал «След» (16+)</p> <p>17.00 Сериал «След» (16+)</p> <p>17.45 Сериал «След» (16+)</p> <p>18.40 Сериал «След» (16+)</p> <p>19.25 Сериал «След» (16+)</p> <p>20.30 Сериал «След» (16+)</p> <p>21.10 Сериал «След» (16+)</p> <p>22.05 Сериал «След» (16+)</p> <p>22.50 Сериал «След» (16+)</p> <p>23.40 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>00.40 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>01.30 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>02.20 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>03.10 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>03.55 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>04.35 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p> <p>05.20 Сериал «Парфюмерша» (12+)</p>

**Оздоровительный центр «Лесное озеро»**  
в с. Охотское Корсаковского района

**ЖДЕМ ПОСЕТИТЕЛЕЙ**  
с 16.01 по 26.01  
и с 3.03 по 16.03  
2021 г.


**ПРИНИМАЕМ КОЛЛЕКТИВНЫЕ ЗАЯВКИ**  
В путевку входят: лечение, пятиразовое питание, проживание. В наличии - бассейн, сауна, хаммам, массаж, тренажерный зал, солевая пещера, фитобочка. Проводятся мастер-классы, тематические вечера.  
**Телефоны: 8-924-485-40-48, 8 (4242) 51-00-24**  
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

воскресенье, 3 января

1	РОССИЯ 1	НТВ	АСТВ	РЕН	ЗВЕЗДА	ОТВ	РОССИЯ 24
<p>05.30 Фильм «Старик Хоттабыч» (0+)</p> <p>06.00 Новости</p> <p>06.10 Фильм «Старик Хоттабыч» (0+)</p> <p>07.05 Фильм «Марья-искусница» (0+)</p> <p>08.25 Фильм «Морозко» (0+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.10 Фильм «Щелкунчик и четыре королевства» (6+)</p> <p>12.00 Фильм «Викторина» (16+)</p> <p>14.30 Кто хочет стать миллионером? (12+)</p> <p>15.40 Ледниковый период (0+)</p> <p>19.25 Лучше всех! Новогодний выпуск (0+)</p> <p>21.00 Время</p> <p>21.20 Три аккорда. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>23.50 Фильм «Хороший доктор» (16+)</p> <p>01.30 Фильм «Зуд седьмого года» (0+)</p> <p>03.10 Дискотека 80-х (16+)</p>	<p>05.00 Сериал «Доярка из Хацапетовки. Вызов судьбе» (12+)</p> <p>08.15 Фильм «Золотая невеста» (12+)</p> <p>10.10 Сто к одному</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.15 Смотреть до конца (12+)</p> <p>12.15 Фильм «Теория невероятности» (12+)</p> <p>15.50 Сериал «Тайны следствия-18» (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.05 Вести. Сахалин-Курилы</p> <p>21.20 Сериал «Анна Каренина» (12+)</p> <p>01.05 Сериал «Ликвидация» (16+)</p> <p>03.15 Сериал «Одесса-мама» (16+)</p>	<p>05.45 Фильм «Заходи – не бойся, выходи – не плачь...» (12+)</p> <p>07.15 Фильм «Как встретить праздник не по-детски» (16+)</p> <p>09.00 Сегодня</p> <p>09.20 20 Фильм «Паутина» (16+)</p> <p>11.00 Сегодня</p> <p>11.20 20 Фильм «Паутина» (16+)</p> <p>13.40 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>17.00 Сегодня</p> <p>17.20 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>20.00 Сегодня</p> <p>20.25 Сериал «Пёс» (16+)</p> <p>00.00 Маска (12+)</p> <p>02.30 Фильм «Дед Мороз. Битва магов» (6+)</p> <p>04.20 Сериал «Пёс» (16+)</p>	<p>10.25, 14.15, 17.15, 21.45, 23.15 Прогноз погоды</p> <p>07.00 ТНТ. Best (16+)</p> <p>07.30 ТНТ. Best (16+)</p> <p>08.00 ТНТ. Gold (16+)</p> <p>08.30 ТНТ. Gold (16+)</p> <p>09.05 Фильм «Любовь в большом городе-3» (12+)</p> <p>11.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>11.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>12.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>12.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>13.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>13.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>14.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>14.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>15.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>15.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>16.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>16.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>17.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>17.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>18.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>18.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>19.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>19.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>20.00 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>20.30 Сериал «Ольга» (16+)</p> <p>21.00 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>21.30 Сериал «СашаТаня» (16+)</p> <p>22.00 Проект «Анна Николаевна» (16+)</p> <p>23.05 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>00.05 Однажды в России. Новогодний выпуск (16+)</p> <p>01.05 Фильм «Женщины против мужчин. Крымские каникулы» (16+)</p>	<p>06.00 Задорнов. Мемуары</p> <p>07.30 Анимационный фильм «Три богатыря. Ход конем» (6+)</p>  <p>08.50 Анимационный фильм «Три богатыря. Ход конем» (6+)</p> <p>10.15 Анимационный фильм «Три богатыря и Морской царь» (6+)</p> <p>11.40 Анимационный фильм «Три богатыря и принцесса Египта» (6+)</p> <p>13.05 Анимационный фильм «Три богатыря и Наследница престола» (6+)</p> <p>14.45 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк» (0+)</p> <p>16.25 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-2» (0+)</p> <p>17.50 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-3» (6+)</p> <p>19.20 Анимационный фильм «Иван Царевич и Серый Волк-4» (6+)</p> <p>21.00 Фильм «Тайна печати дракона» (6+)</p> <p>23.30 Фильм «Вий-3D» (12+)</p> <p>01.00 Фильм «Скиф» (18+)</p> <p>03.40 Только у нас...</p> <p>05.15 Глушота по-американски</p>	<p>05.20 Фильм «Опекун» (12+)</p> <p>06.45 Фильм «Кубанские казаки» (0+)</p> <p>08.00 Новости дня</p> <p>08.15 Фильм «Кубанские казаки» (0+)</p> <p>09.00 Улика из прошлого (16+)</p> <p>09.50 Улика из прошлого (16+)</p> <p>10.40 Улика из прошлого (16+)</p> <p>11.20 Улика из прошлого (16+)</p> <p>12.05 Улика из прошлого (16+)</p> <p>12.55 Улика из прошлого (16+)</p> <p>13.00 Новости дня</p> <p>13.15 Улика из прошлого (16+)</p> <p>13.55 Улика из прошлого (16+)</p> <p>14.45 Улика из прошлого (16+)</p> <p>15.35 Улика из прошлого (16+)</p> <p>16.20 Улика из прошлого (16+)</p> <p>17.10 Улика из прошлого (16+)</p> <p>18.00 Новости дня</p> <p>18.15 Улика из прошлого (16+)</p> <p>19.05 Улика из прошлого (16+)</p> <p>19.55 Улика из прошлого (16+)</p> <p>20.50 Фильм «Мы с вам где-то встречались» (0+)</p> <p>22.45 Фильм «Мой парень - ангел» (16+)</p> <p>00.40 Фильм «К Черному морю» (12+)</p> <p>01.55 Фильм «Летучая мышь» (0+)</p> <p>04.05 Фильм «Зайчик» (0+)</p> <p>05.30 Не факт! (6+)</p>	<p>07.30 Скажи, нет! (16+)</p> <p>08.30 Фильм «Двенадцать месяцев» (0+)</p> <p>11.35 Фильм «Горизонты любви» (16+)</p> <p>15.30 Пять ужинов (16+)</p> <p>15.45 Фильм «Чужой ребенок» (16+)</p> <p>20.00 Сериал «Любовь против судьбы» (16+)</p> <p>00.05 Фильм «Ищу невесту без приданого» (16+)</p> <p>02.05 Сериал «Верное воскресенье» (16+)</p> <p>05.40 Фильм «Королевство кривых зеркал» (0+)</p> <p>06.55 Домашняя кухня (16+)</p> <p><b>ОТВ-САХАЛИН</b></p> <p>07.00 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p>07.25 Сериал «Вы все меня бесите» (16+)</p> <p>08.15 Мультифильмы (6+)</p> <p>08.25 Сериал «Кумир» (12+)</p> <p>09.20 Сериал «Рожденная звездой» (12+)</p> <p>10.10 Концерт. Караоке (16+)</p> <p>11.40 Сериал «Вы все меня бесите» (16+)</p> <p>12.30 Свадебный размер (16+)</p> <p>13.25 Сериал «Кто-то теряет, кто-то находит» (12+)</p> <p>14.55 Сериал «Кумир» (12+)</p> <p>15.55 Сериал «Рожденная звездой» (12+)</p> <p>16.45 Мультифильмы (6+)</p> <p>17.00 Фильм «Сказки Рублевского леса» (12+)</p> <p>18.35 «Агрессивная среда». Док. фильм (12+)</p> <p>19.30 Центр внимания. Итоги недели (16+)</p> <p>20.00 Фильм «Вьюга» (12+)</p> <p>21.35 Сериал «Кто-то теряет, кто-то находит» (12+)</p> <p>23.10 Концерт. Караоке (16+)</p> <p>00.40 Опыты дилетанта (12+)</p>	<p>Круглосуточный информационный канал</p> <p><b>5 ПЯТЫЙ КАНАЛ</b></p> <p>06.00 Сериал «Пятничный» (16+)</p> <p>07.30 Сериал «Пятничный» (16+)</p> <p>08.10 Сериал «Пятничный» (16+)</p> <p>09.05 Сериал «Пятничный» (16+)</p> <p>10.00 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>11.00 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>11.55 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>12.50 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>13.45 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>14.35 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>15.35 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>16.35 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>17.25 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>18.25 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>19.25 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>20.20 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>21.15 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>22.20 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>23.20 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>00.20 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>01.20 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>02.15 Сериал «Куба» (16+)</p> <p>03.15 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>03.55 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>04.35 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p> <p>05.20 Сериал «Двойной блюз» (16+)</p>

**Отдел рекламы «Телемира»**

**49 16 31**



# Кондитерский мастер-класс утолит любой голод



Анастасия Костенко

После того как вы научились чему-то полезному, у вас есть два пути: использовать знания исключительно самому или делиться ими с другими. Наш сегодняшний респондент выбрала второй путь. Она не боится вырастить конкурентов, не хранит любимые рецепты в секрете, а с радостью обменивается лайфхаками (навыками) со всеми, кто хочет научиться вкусно готовить! Мы беседуем с сахалинским кондитером Анастасией КОСТЕНКО.

[ ТОНЯ НЕЧАЕВА ]

## Заполнить пробел

Мастер-классы вообще популярны среди населения. Особенным спросом пользуются кондитерские мастер-классы, а в нашем городе это тем более новшество. Для взрослых организовываются кулинарные занятия, на которых можно научиться готовить салаты, горячее, но получить углубленную проработку кондитерских вопросов на Сахалине было практически невозможно. Поэтому я решила этот «пробел» заполнить.

Начинала я с мастер-классов для взрослых: от простых тем для новичков до более сложных занятий для кондитеров-любителей и профессионалов, которые хотели отточить свое мастерство в определенной теме. Набрать взрослую аудиторию непросто, потому что в Интернете сейчас много бесплатных видеорецептов и возможностей посмотреть и научиться всему, к чему лежит душа. Правда, Интернет не гарантирует проверенного и правильного рецепта, а на мастер-классе я всегда делюсь теми наработками, которые многократно оправдали себя и неизменно обеспечивают нужный результат. Попутно мы отработываем ошибки, которые могут возникнуть. Я наблюдаю за участниками и вижу, каких промахов можно было бы избежать. Мои рецепты проработаны годами, они не слишком сложные и понятны каждому.

**Чему чаще всего хотят научиться взрослые сахалинцы? Есть ли среди них мужчины?**

Люди желают научиться простым рецептам приготовления десертов и тортов, хотят радовать родных и близких домашней выпечкой. Многие мои клиенты, которые из года в год заказывали у меня торты на дни рождения своих детей, теперь, после прохождения мастер-класса, отлично справляются и сами! Эти изделия ничуть не уступают тем, что можно заказать у наших современных кондитеров.

Мужчин, посетивших мои мастер-классы, можно пересчитать по пальцам.

## Начиная с пяти лет

**Как вы решились пригласить на кухню детей?**

Меня очень интересовал вопрос проведения кондитерских мастер-классов для детей. Начав работать с восьми-, девяти-, десятилетними ребятами, я поняла, что возрастную планку можно снижать и приглашать детей от пяти лет. Даже малыши быстро схватывают информацию: у них замечательно получается повторить за мной все нужные манипуляции. Восьмилетка вполне справляется с оформлением десертов (порой, даже лучше взрослого). А десятилетний ребенок после моего мастер-класса может в домашних условиях самостоятельно приготовить торт. Родители часто присылают восторженные отзывы о кулинарных работах своих детей, благодарят за то, что я прививаю их чадам любовь к готовке, присылают фотографии получившихся блюд. Мои ученики делают праздничные торты своим

Связаться с Анастасией можно по телефону 89244889694 и через «Инстаграм» @kostenko\_cakes

дедушкам и бабушкам, другим родственникам, друзьям. И изделия действительно очень красивые! Я искренне горжусь многими своими подопечными.

Как правило, я провожу разовые мастер-классы в определенной тематике. Но летом возникла идея создать кондитерскую школу - базовый курс из восьми занятий, предусматривающий движение от простых рецептов к более сложным. Начинаем мы с капкейков, кейкпопсов, десертов в стаканчиках, профитролей, печеня, ягодных тарталеток... Затем переходим к пицце и заканчиваем тортиком. В этом случае дети изучают кондитерское дело более фундаментально: виды теста, технологии его приготовления, кремы, свободно ориентируются в кондитерских терминах. Я даже выдавала сертификаты, предварительно проверив, закрепились ли в головках новые знания. Дети справлялись с проверкой отлично!

При работе с детьми мне очень помогает то, что я прошла дополнительное обучение - переподготовку на педагога дополнительного образования детей и взрослых. Мне легко найти общий язык со своими учениками, какого бы возраста они ни были. Ко мне приходят ребята от пяти до 15 лет, и все уходит довольными, всем бывает весело и комфортно во время занятий. Многие просят взрослых записать их на следующие мастер-классы, дать возможность посетить несколько кондитерских курсов.

**Как проходит детский мастер-класс?**

Сначала мы знакомимся, кратко рассматри-

ваем рецептуру и терминологию, определяем, что нам предстоит сделать. Потом каждый ребенок помогает мне отмерять ингредиенты и участвует во всех последующих этапах готовки. Каждый забирает домой приготовленное. Что-то можно попробовать уже в студии, остальное - для того, чтобы угостить родителей и других домочадцев.

Мы открыли еще одно направление работы - проведение детских дней рождений, в основу которых также положен кондитерский мастер-класс. Например, дети приходят, и мы с ними готовим пиццу: вместе замешиваем дрожжевое тесто, готовим начинку, каждый формирует свою собственную пиццу, мы ее выпекаем и тут же приступаем к поеданию. Немного отдохнув, переходим к десертам - его конкретный вид определяет именинник. Потом дети едят сладкое либо забирают его домой в качестве презента. Таким времяпровождением дети очень довольны. Я слышу только слова благодарности. Это вдохновляет развиваться, экспериментировать, изобретать новые рецепты.

Почему я вообще начала заниматься с детьми? Потому что у меня двое своих! Я вижу по ним, как они любят готовить. Мой пятилетний сын сам готовит салаты, для него привычно достать из холодильника и порезать нужные компоненты, придумать, что с чем сочетать на этот раз, приготовить. Каждый ребенок может и хочет это делать! Но взрослые порой отбивают охоту: «Не мешай! Не надо! Я справлюсь быстрее. Ты неаккуратный». Для нас часто порядок на кухне оказывается предпочтительнее. А ребенок вырастает и не умеет, не хочет готовить. Поэтому я очень рада, что дети ко мне приходят, я разрешаю в меру веселиться, фантазировать. Нас не пугает мучная «пыль», мы можем измазаться кремом... Даже мальчики-футболисты признаются потом родителям, что мечтают стать кондитерами!

## Дети вдохновляют

**Для кулинарных трудов требуются определенные условия. А для коллективной работы - тем более. Как вам удалось их создать?**

Конечно, для успешного мастер-класса нужны определенные условия. У нас есть небольшой цех, который я оборудовала необходимым инвентарем (профессиональным и полупрофессиональным оборудованием). С этим мне очень

помогла программа «Бережливое производство в кулинарном цехе». Справившись с задачей сама, я даже проводила такой семинар для предпринимателей и студентов Сахалинского техникума сервиса - рассказывала, как правильно расставить оборудование, какие при этом соблюсти нормы и условия, как потратить минимум времени на получение нужного результата, какие документы нужно оформить и какие сертификаты получить, как разработать калькуляционные и технологические карты и т. д. С подобными вопросами сталкивается на начальном этапе своей деятельности любой бизнесмен-кондитер.

В нашем цехе есть производственная зона, где проходят сами мастер-классы, есть и обеденная зона, где можно отведать приготовленные десерты и отдохнуть от трудов. Для малышей, которым тяжело выдерживать полтора часа занятий подряд, мы через сорок минут устраиваем перемену. Для них в зоне отдыха есть раскраски и карандаши, головоломки, пазлы и другие игрушки.

**Какие еще идеи думаете реализовать в будущем?**

Идей много! Хочется проводить тематические вечера и студии, где взрослые смогут отдохнуть после работы, приготовить десерты и пообщаться с друзьями. Впереди Новый год, и мы уже запланировали серию утренников для детей и вечеринок для взрослых. Кондитерские изделия в новогодней тематике, думаю, интересуют многих. Я уже думаю над праздничным оформлением помещения и над программой развлечений своих гостей.

Вообще, идей, касающихся развития кондитерского дела, очень много. Многие из них я уже воплотила: начала с производства тортов на заказ, потом перебралась в собственный цех и стала собирать взрослых на мастер-классы, затем переключилась на детскую аудиторию. У меня есть опыт выездных мастер-классов - в детских летних лагерях. Когда вновь позволит эпидемиологическая обстановка, планирую продолжить выезды в школы и детские сады.

Сегодня дети - мое любимое направление работы, потому что вижу искреннюю отдачу. Обращенные к тебе горящие детские глаза - это великое счастье, это воодушевляет, помогает творить и развиваться в любимом деле.



Каждый проводит своё свободное время, как ему нравится: кто-то предпочитает полное умиротворение, кто-то веселое общество, а кто-то желает испытать стресс! Представьте... Кромешная темнота. Положиться можно только на тактильные ощущения и слух. Но звуки неврвируют. Любой источник света несет угрозу. И вот ваше воображение уже неподконтрольно разуму... О том, чем привлекает игра «Прятки в темноте» многочисленных поклонников, рассказывает ее руководитель Владимир ЕЖОВ.

[ АННА АНОХИНА ]

### В кромешной тьме

- Разве кому-то нравится пугать? В чем кайф подобной игры?

- Всегда хорошо продается секс, страх и азарт. Мы сделали ставку на два последних компонента. При том что в наших лабиринтах на самом деле нет ничего ужасного, там - только участники игры, а все «страшное» происходит у них в головах.

Человек устроен таким образом, что время от времени нуждается в стрессе (как положительном, так и отрицательном). Людям нужен адреналин.

- Визит к вам, с чего он начинается?

- Встречая наших гостей, мы их снабжаем одноразовыми носками, шапочками, очками, спецобувью и шлемами. Проводим инструктаж. Обеспечив всем безопасность, помещаем людей в игровую локацию (около 200 квадратных метров лабиринтов, шкафов и потайных комнат) и начинаем игру. Действие проходит в кромешной темноте с использованием звуковых и световых спецэффектов под управлением ведущего. У нас есть три варианта ведения игры: детский (от десяти лет), обычный и хоррор, где задействован «маньяк».

- Кто выступает в роли маньяка?

- Ведущий, который одновременно и следит за ходом игры, и исполняет роль маньяка. Если в игре участвует больше 15 человек, мы подключаем второго «злодея». Ведущие легко ориентируются в темноте и контролируют происходящее. Без надобности «маньяк» даже не касается участника, учитывая психотип конкретной «жертвы» - кого-то вообще сильно пугать не стоит, он и так слишком возбужден. Мы стараемся лояльно и бережно относиться к клиентам. Каждый ведущий проходит специальную стажировку. Плохие кандидаты в ведущие у нас не задерживаются.

- Расскажите о правилах игры, опишите ее ход. Что происходит с участником «от» и «до»?

- Игра длится один час, разделенный на два раунда. Участники делятся на две команды: «призраки» и «горожа-



! Одна страшно довольная команда

фото из архива Владимира Ежова



! Владимир Ежов

# Прятки для любителей пощекотать нервы

остается на месте. Если же призрак обозначился, то горожанин молчит в ответ, и призрак обязан его отпустить, дав возможность перепрятаться. По правилам игры в локациях запрещено разговаривать. Но участники каждой команды могут выбрать для общения определенный звук, об использовании которого договорятся заранее. Например, стук по стене, хлопки в ладоши, топанье ногами и любой другой механический звук - для горожан или односложный голосовой звук («ау», «эй» и т. д.) для призраков.

В рамках игры разрешено воскрешать «мертвых» горожан. Для этого существует так называемая «Руна Воскрешения» - она спрятана, и горожане должны ее отыскать. Как происходит воскрешение? Чтобы спасти «мертвого», его товарищ должен найти «труп» по издаваемому им звуку и привести к Руне.

После объявления: «Горожанин воскрешен!» последний возвращается в игру полноценным ее участником. Если же команда горожан не удосужится воскресить убитого товарища,

остаётся на месте. Если же призрак обозначился, то горожанин молчит в ответ, и призрак обязан его отпустить, дав возможность перепрятаться.

По правилам игры в локациях запрещено разговаривать. Но участники каждой команды могут выбрать для общения определенный звук, об использовании которого договорятся заранее. Например, стук по стене, хлопки в ладоши, топанье ногами и любой другой механический звук - для горожан или односложный голосовой звук («ау», «эй» и т. д.) для призраков.

В рамках игры разрешено воскрешать «мертвых» горожан. Для этого

существует так называемая «Руна Воскрешения» - она спрятана, и горожане должны ее отыскать. Как происходит воскрешение? Чтобы спасти «мертвого», его товарищ должен найти «труп» по издаваемому им звуку и привести к Руне.

После объявления: «Горожанин воскрешен!» последний возвращается в игру полноценным ее участником. Если же команда горожан не удосужится воскресить убитого товарища,

ведущий, спустя определенное время, может превратить мертвого горожанина в призрака. В таком случае перевоплотившийся игрок начинает охоту за своими бывшими товарищами.

В ходе игры запрещено бегать по локациям, залезать на верхние этажи, карабкаться на шкафы. Запрещено прикасаться к Руне. Горожане не могут вырваться, если их поймал призрак.

### Бывает страшно на самом деле

- Можно ли прийти к вам одному? Или для узнавания в темноте нужна уже сложившаяся компания хорошо знакомых между собой людей?

- Мы пытались составлять сборные команды. Для этого участникам просто нужно прийти и переснакаться перед началом игры. Это сложнее осуществить организационно - собрать всех желающих «одиночек» в одно время. Поэтому, конечно, в идеале это должна быть компания от четырех до тридцати человек.

Но если кто-то не смог собрать товарищей для игры, звоните, мы решим эту проблему (8 914 757-11-70).

- Какого возраста ваши основные клиенты?

- Средний возраст клиентов - 33 года. То есть к нам ходят не только школьники и студенты, но и очень много взрослых! Часто встречаются смешанные по возрасту компании. Многое зависит от сезона: например, если начинаются каникулы, то играют классами, с утра и до вечера. Тогда устраняют незначительные поломки локаций приходится чуть ли не в момент самой игры.

- Посетив вас один раз, есть ли смысл приходить еще? Будет ли это так же интересно?

- Конечно! За один раз все особенности игровой локаций не выучить. Время пролетает быстро - выходя, клиенты не верят, что целый час уже позади. Кроме того, мы время от времени передельваем, обновляем локацию.

- Насколько сильно пугаются люди? В каком состоянии покидают игровую зону?

- Даже взрослые люди порой так и не решаются зайти в игровую локацию или выходят, отказываясь продолжать. Это на самом деле может быть страшно. Не всем удается перебороть свой страх. Но тот, кому это удалось, доволен собой и благодарит за это.

В ходе игры ведущий может предложить сильно напуганной девушке (чаще всего это все-таки девушки!) отвести ее к подруге, чтобы она обрела некую уверенность. Всегда можно поднять руку и попросить вывести из лабиринта. Собравшись с духом, игрок возвращается в темноту, доводит игру до конца.

Что касается других эмоций... Когда заканчивается первый получасовой игровой сет, участники должны выйти, команды - поменяться шлемами и ролями. Предполагается, что это произойдет за считанные минуты. Но эмоции не дают людям сделать это организованно, они начинают делиться впечатлениями, возбужденные крики наполняют холл... Ведущему приходится приложить немало усилий, чтобы призвать всех к порядку и возобновить игру.

Дети еще несколько дней рассказывают родителям и знакомым о пережитых ощущениях. Многие из года в год отмечают у нас свои дни рождения (для этого у нас оборудована комната отдыха, где также можно поиграть в настольные игры).

### Рады обратной связи

- Бывают ли недовольные? В чем их претензии?

- У нас случаются организационные сложности (например, при бронировании игры). Встречаются требовательные и нетерпеливые клиенты. А претензий к самой игре я не припомню. Даже если кто-то ударился или поцарапался, всем понятно, что игра травмоопасна и возможны мелкие недоразумения (на этот счет каждый участник подписывает соответствующий документ). К ушибу мы всегда готовы приложить холодное, а ссадину обработать антисептиком и прикрыть пластырем.

- К чему должен быть готов ребенок, которого приводят сыграть в прятки в темноте?

- Он не должен бояться темноты. Бояться не в том смысле, в каком побаиваются обычные дети, а бояться панически. Если вы не готовы долгое время находиться в кромешной темноте, то это развлечение не для вас. Редкие световые эффекты не освещают площадку, а лишь усиливают гнетущее ощущение от окружающего вас мрака и нагоняют еще больше ужаса.

- Поступают ли советы, идеи, рекомендации от посетителей? И как вы к этому относитесь?

- Мы всегда рады такой содержательной обратной связи с нашими игроками! Почти на каждой игре кто-то выходит со своей инициативой, озвучивает свои предложения. Люди хотят активности, новых испытаний, впечатлений. Мы стараемся проработать это в следующих сценариях игры, иногда даже слегка изменяя ее концепцию. Если идея осуществима, может быть воплощена в жизнь, то мы всегда ей рады! Также важно, чтобы предложение было принято большинством потенциальных игроков.

А суть игры проста и знакома с детства - одни прячутся, другие ищут. Ничего особого и придумывать не нужно. Некоторые звонят и опасаются, что не осилит испытание, что придется поломать голову (по аналогии с квестами). Но здесь нет ничего сложного: сначала ищешь ты, потом ищут тебя. Или наоборот.



! Частичка атмосферного интерьера

**Ритуал +**  
**ВЫВОЗ ТЕЛА КРУГЛОСУТОЧНО:**  
**48-02-42**

- Весь комплекс ритуальных услуг
- Огромный выбор венков
- Изготовление памятников и оградок
- Благоустройство захоронений

Ул. Ленина, 213 (Дом быта, 4-й этаж), оф. 416а  
 Тел. 22-48-33

**Памятники**  
 из природного камня  
**от 12 000 руб.**

- Изготовление, установка
- Художественные работы любой сложности
- Благоустройство мест захоронений

Вазы, столы, лавочки из гранита  
 Обработка портретов средством «Антидождь»  
 Скидки участникам ВОВ  
 Рассрочка платежа до 18 месяцев  
 Наш адрес: ул. Колодезная, 8  
 тел.: 77-08-16, 8-914-090-21-58

**ПАМЯТНИКИ И РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ**

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

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

**АРТ-ГРАНИТ**  
 ИЗГОТОВЛЕНИЕ И УСТАНОВКА ПАМЯТНИКОВ И ОГРАДОК

Гранит - от 13 000 руб.  
 Мраморная крошка - от 6 000 руб.

- Рассрочка платежа
- Гарантия
- Бесплатное хранение

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

**Тел. 500-639**  
 Ул. Сахалинская, 51, оф. 17. Тел.: 28-16-49.  
 Пн-пт - 10.00-18.00, сб - 10.00-15.00, вс - выходной.

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

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

**«САХМИНЕРАЛ»** Нам 22 года

**ПАМЯТНИКИ ПЛИТКА ♦ ОГРАДКИ**  
 ИЗ ПРИРОДНОГО КАМНЯ от 10 000 руб.

**ПОЛНЫЙ КОМПЛЕКС УСЛУГ:**  
 ♦ Художественные работы  
 ♦ Установка ♦ БЕСПЛАТНОЕ ХРАНЕНИЕ

**КОВАННЫЕ ИЗДЕЛИЯ:** ограды, лестницы, ворота, козырьки и многое другое

Выезд и консультация специалиста - **БЕСПЛАТНО**  
 Холмское шоссе, 30 Б  
**77-00-09**  
 26-49-60, 26-05-25

**САХГЕМС**  
 изготовление и установка ПАМЯТНИКОВ из природного камня

- граниты (черные, цветные) от 10 000 руб.
- мрамор (серый) от 10 000 руб.
- вазы - оградки - столы - лавки
- весь комплекс услуг по благоустройству места захоронения
- разнообразный дизайн
- возможность индивидуального заказа

Пр. Мира, 1 Д, тел. 77-94-20  
 Пр. Мира, 195, тел. 394-888

Рассрочка платежа, бесплатное хранение  
**ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 10%**

**За растрату - под суд**

Следственным Управлением УМВД России по городу Южно-Сахалинску завершено расследование уголовного дела по факту растраты денежных средств 37-летним уроженцем города Макарова.

Установлено, что фигурант трудоустроился в качестве продавца-кассира к индивидуальному предпринимателю, который занимался розничной торговлей автомобильными деталями, узлами и принадлежностями. Согласно заключенному договору и вверенным обязанностям, обвиняемый принимал на себя ответственность за достачу

вверенного имущества, а также имел доступ к кассовому аппарату и сейфу с вырубкой.

18 июня текущего года в офис пришел постоянный клиент фирмы, который желал приобрести 15 баллонов хладагента. Сначала покупатель хотел расплатиться банковской картой, но злоумышленник сообщил, что система безналичной оплаты временно не работает. Когда клиент передал ему наличные деньги, фигурант не оформил приходно-кассовый ордер, а только выписал расходную накладную, чтобы тот мог получить баллоны со склада.

Полученные денежные средства в размере 61 500 рублей злоумышлен-

ник не стал класть в сейф, а присвоил себе, потратив на личные нужды. Уголовное дело будет рассмотрено в суде по существу, сообщает пресс-служба УМВД России по Сахалинской области.

**Холмская пенсионерка перевела мошенникам полмиллиона**

В ОМВД России по Холмскому городскому округу обратилась 76-летняя жительница Холмска, у которой похитили 500 тысяч рублей. Женщина уточнила, что ей с разных номеров позвонил неизвестный и представился

старшим инспектором службы безопасности банка. Мужчина сообщил, что неустановленные лица пытаются взломать ее банковский счет, поэтому ей необходимо снять денежные средства со счета и перечислить их по указанному им номеру. Пенсионерка пришла в банк и сняла со своего счета указанную сумму. Затем в торговом центре через оператора сотового салона связи перечислила деньги на вышеуказанный номер счета.

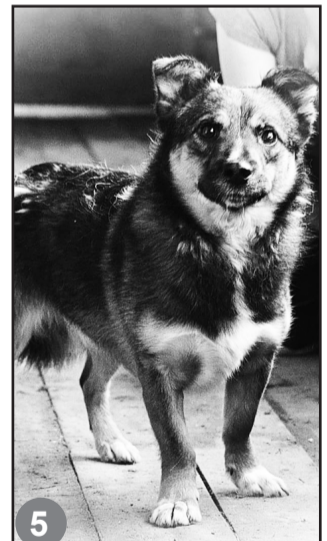
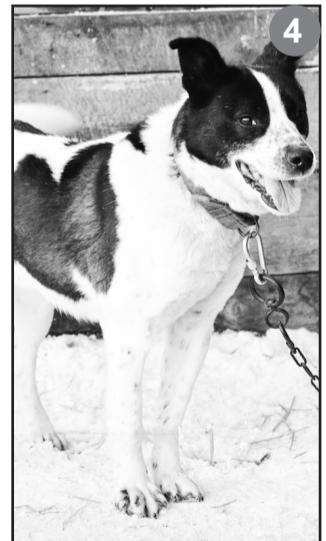
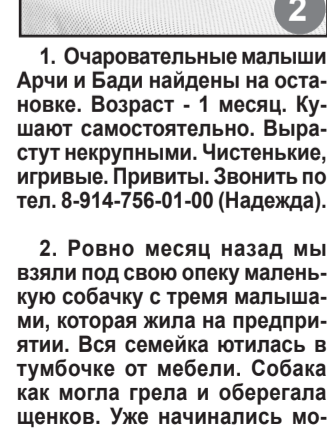
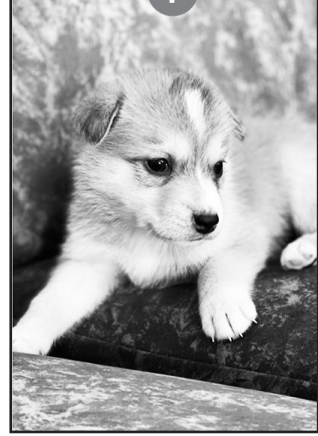
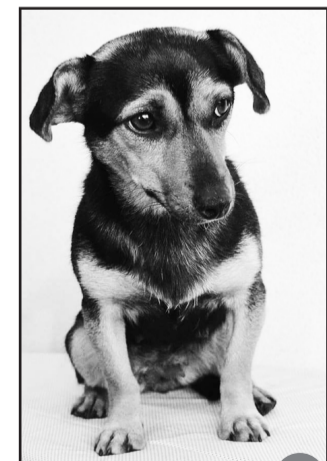
В этот же день в дежурную часть УМВД России по городу Южно-Сахалинску обратилась 45-летняя женщина, пояснив, что с ее банковской карты похищено более 31 тысячи

рублей. Заявительница уточнила, что разместила в Интернете объявление о продаже цветов. С ней связался неизвестный и сообщил, что перевел 7 тысяч рублей на её банковскую карту и попросил проверить, поступили ли деньги по мобильному приложению. Так как у нее отсутствовало приложение «Мобильный банк», она попросила мужа переговорить со звонившим. Супруг в ходе разговора предоставил злоумышленнику все сведения о банковской карте, с которой были похищены денежные средства.

Возбуждено уголовное дело, ведется следствие, сообщает пресс-служба УМВД РФ по Сахалинской области.

**ЖИВОТНЫЕ ТЕРРИТОРИЯ СПАСЕНИЯ**

Найдите ДРУГА у нас!



1. Очаровательные малыши Арчи и Бади найдены на остановке. Возраст - 1 месяц. Кушают самостоятельно. Вырастают некрупными. Чистенькие, игривые. Привиты. Звонить по тел. 8-914-756-01-00 (Надежда).

2. Ровно месяц назад мы взяли под свою опеку маленькую собачку с тремя малышами, которая жила на предприятии. Вся семейка уютилась в тумбочке от мебели. Собака как могла грела и оберегала щенков. Уже начинались мо-

розы, и мы решили спасти семью. Малыши подросли, окрепли и стали самостоятельными. Теперь можно смело искать дом им и мамочке Мухе - так зовут эту милую, скромную девочку. Она ищет надежную семью, которая не поступит с ней так, как это сделал предыдущий хозяин, выбросив крошку с новорожденными щенками на улицу. Муха маленькая, весит всего 5 кг. Собачка обработана от всех паразитов, сделаны все прививки, готовится к стерилизации. Сейчас она проходит уроки этикета для проживания в квартире. Если вы хотите иметь в своей семье небольшую собачку, то Муха как раз то, что вы ищете! Т. 8-902-811-91-46, 8-914-749-11-06.

3. Розы - ласковая и добрая кошка. Очень контактная с людьми, как только начинаешь ее гладить, сразу мурчит.

Очень аккуратная кошечка, ходит строго в лоток, стерилизованная, привита. Можем оформить вет.паспорт. Доставка! Лоток и наполнитель в подарок! Подарите дом тому, кто в этом действительно нуждается. Т. 8-924-491-66-26, 8-924-281-64-92.

4. С самого щенячьего возраста Федор не знал теплой человеческой руки и доброго слова. День за днем, год за годом он сидел на короткой цепи в окружении собственных испражнений и всякого хлама. Что там говорить о прогулках на поводке - порой собака не каждый день ела. Не должна жить собака так! Пусть даже на цепи в будке, но в теплой, просторной и с регулярным питанием. Но Федор не озлоблен, даже порой немного робок. По характеру очень тихий и спокойный пес. Ненавязчивый, не

пустолай. При общении с ним понимаешь, как ему тяжело лаять и гордо идти рядом со своим человеком, радостно бежать, встречая хозяина после работы. Но пока вокруг приютские стены и грустный песик, теряющий надежду на дом. Харитоша - маленький песик, больше не вырастет, кастрирован. Если у вас хватит терпения и вы готовы подарить Харитону любовь и разделить с ним кров, звоните, пишите. Т. 8-924-484-91-59.

5. Неужели Харитон всю жизнь проведет в приюте? Харитон (он же Жук) очень застенчив, и, может быть, именно поэтому он все еще не нашел дом. А может, ему просто не везет. И только сам Харитон знает, как очень хочет обрести семью, которая поможет ему побороть свою застенчивость, которая сможет дать Харитону то, чего у него никогда не было - свою собственную лежанку, свой мячик, свой дом. Именно любящий человек позволит ему в один прекрасный

момент стать обычным домашним песиком и залихватисто лаять и гордо идти рядом со своим человеком, радостно бежать, встречая хозяина после работы. Но пока вокруг приютские стены и грустный песик, теряющий надежду на дом. Харитоша - маленький песик, больше не вырастет, кастрирован. Если у вас хватит терпения и вы готовы подарить Харитону любовь и разделить с ним кров, звоните, пишите. Т. 8-924-484-91-59.

6. Ищут хозяев очаровательные черные обереги в возрасте трех месяцев. Низкая и средняя пушистость (на выбор). Только для ценителей, которые знают, что черные кошки, по поверьям, своего рода тотемные животные, приносящие в дом мощную защиту от зла, сглаза и порчи. Звонить по телефону +7-924-281-15-99 (Нина).



# Просто вкусно!

## Готовим из риса

### Жаренный рис с яйцом

**Ингредиенты:** 250 г длиннозерного риса, 3 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 4 яйца, 2 пучка зелени (лук, петрушка), соль и перец по вкусу.

**Приготовление:** изначально отвариваем рис, чтобы он получился рассыпчатым. Готовый рис оставляем остывать.

Берем глубокую сковороду с толстым дном, вливаем туда две ложки растительного масла и ставим на плиту. Когда масло нагреется, бросаем туда мелко нарезанную луковицу и обжариваем примерно пять минут, или пока лук не подрумянится.

После этого добавляем в сковороду рис, тщательно перемешиваем и готовим еще примерно три-четыре минуты. Затем сдвигаем смесь на одну часть сковороды, подготавливая место для яиц. Наливаем еще одну ложку растительного масла.

Яйца взбиваем с перцем и солью и выливаем на освобожденное место. Оставляем не некоторое время (примерно минуту-две), а затем тщательно смешиваем рисово-луковую смесь с яйцами. Добавляем по вкусу любимые приправы, перед подачей посыпаем рубленой зеленью.



© Илья Савицкий

Партнер рубрики



**БАЛОВЕНЬ**  
СУПЕРМАРКЕТ

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

#### ЦЕНА ВОПРОСА

**100 рублей.**

Длиннозерный рис - 20 руб.

Луковица - 10 руб.

4 яйца - 40 руб.

Зелень - 30 руб.

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

Продукты куплены в супермаркете "Баловень".

Получен обязательной сертификацией

### Плов с курицей

**Ингредиенты:** растительное масло, куриные бедра (6-8 шт.), небольшая луковица, 2 зубчика чеснока, 350 г риса, 500 мл горячего куриного бульона, 3 болгарских перца (любого цвета), 3 крупных помидора, 2 красных перца чили (по желанию), свежая петрушка, лимон (для подачи), соль, перец, любимые приправы по вкусу.

**Приготовление:** куриные бедра очищаем от шкуры, нарезаем крупными кусками и натираем солью и перцем. Ставим на средний огонь глубокую сковороду, наливаем растительное масло и обжариваем курицу до золотистого цвета. Перекладываем мясо на тарелку. Добавляем в сковороду, где жарилась курица, мелко нарезанную луковицу, добавляем мелко рубленый чеснок. Минут через пять-шесть добавляем рис и все перемешиваем, чтобы рис распределился равномерным слоем. Добавляем в сковороду горячий куриный бульон, нашинкованный соломкой болгарский перец и курицу. Накрываем плотно



крышкой, убавляем огонь и готовим примерно 25 минут. Пока готовится, ошпариваем помидоры, очищаем их от кожицы, крупно режем. Примерно за 5 минут до окончания варки добавить в сковороду помидоры. Мелко режем зелень и перец чили (если любим поострее), перемешиваем. Когда плов приготовится, посыпаем его получившейся смесью.

Подавайте плов с дольками лимона.

### Рисовый пудинг

**Ингредиенты:** 600 мл молока, 70 г риса, 1 яйцо, 50 г сахара, 1 чайная ложка ванилина, четверть ч. л. корицы, 50-70 г изюма, щепотка соли.

**Приготовление:** для начала приготовим рис. В кастрюлю с толстым дном выливаем молоко, ставим на сильный огонь и доводим до кипения, кидаем щепотку соли и рис. Уменьшаем огонь до минимума и варим, часто помешивая, минут 20-25, пока рис не станет мягким.

Взбиваем в миске яйцо с сахаром до однородного состояния. Добавляем в яйца полстакана горячей рисовой смеси (по столовой ложке за раз), энергично взбивая, чтобы все тщательно перемешалось.

То, что получится, аккуратно добавляем в оставшуюся рисовую смесь.

Добавьте темперированную яичную смесь обратно в рисовую смесь с молоком и, постоянно мешая, варим на очень слабом огне в течение 5-10 минут, или пока смесь не загустеет.



Следите за тем, чтобы смесь не закипела, иначе она свернется.

Снимите с огня и добавьте ваниль, изюм и корицу. Подавать горячим или холодным.

Подавайте со сметаной.

## УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

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

## Тема следующего номера - блюда из говядины

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



**ПО БУДНЯМ**  
7.00 - 11.00 Обла-бла-стное шоу  
07.03, 07.40 08.03, 08.40, 09.03, 09.40 10.03, 10.40, 11.03, 11.40 12.03, 12.40, 13.03, 13.40, 14.03, 14.40, 15.03, 15.40, 16.03, 16.40, 17.03, 17.40, 18.03, 18.40, 19.03, 19.40, 20.00, 20.40, 21.00, 21.40, 22.00, 22.40, 23.00, 23.30, 24.00  
Прогноз погоды  
07.15, 08.15, 09.15, 10.15  
Гороскоп  
07.30 ИнтерШум  
7.50 «Фейк-ньюз», игра  
08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00  
Новости  
08.35, 14.35 На старте  
08.45, 14.45, 18.45 Инфор-

мационный выпуск о транспортной обстановке  
08.50, 12.50, 17.50, 19.50  
Елка за кофе  
9.20 «Зажигай», игра  
09.30 Афиша  
09.50 «На районе», игра  
10.30 «О Май Гаджет», техноновости  
10.50 «Рака Мака Фо», игра  
11.30, 12.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30 Другие новости  
11.45 (вт, чт) Актуальный разговор  
12.21, 14.41, 15.21, 16.21, 17.21, 18.21, 19.21, 21.21, 22.21 Шоу шепелявых  
13.00 - 14.00 Открытая студия  
15.15 Прогноз по году  
16.00-17.00 (чт) Наша музыка

16.15 «Давай бахнем», игра  
16.40 (пт) МЭТР  
18.15 «Это на Новый год», игра  
20.00 - 21.00 Шоу «Приём»  
22.00 - 00.00 (вт - чт) Ловец снов

**В ВЫХОДНЫЕ ДНИ**  
09.00 - 10.00 (вс), 15.00-16.00 (сб) Топ хит-чарт  
09.00, 09.40, 10.00, 10.40, 11.00, 11.40, 12.00, 12.40, 13.00, 13.40, 14.00, 14.40, 15.00, 15.40, 16.00, 16.40, 17.00, 17.40, 18.00, 18.40, 19.00, 19.40, 20.00, 20.40, 21.00, 21.40, 22.00, 22.40, 23.00, 23.40, 00.00 Прогноз погоды  
10.10, 11.10 Гороскоп  
11.20, 17.20 «Раскадровка», игра  
12.21, 14.41, 15.21, 16.21, 17.21, 18.21, 19.21, 21.21, 22.21 Шоу шепелявых  
13.00 - 14.00, 20.00 - 21.00 Шоу «Приём»  
22.00 - 00.00 (вс - чт) Ловец снов



Если муж, забывая гвоздь, попал себе по пальцу, не спешите смеяться.

Дождитесь, когда он выронит молоток.

\*\*\*

Этот год меня так сильно утомил, что январь я начну с таких продуктивных занятий, как сон после еды и еда после сна.

\*\*\*

Дорогой Дед Мороз!

Пишу тебе письмо на наждачной бумаге. Вот теперь посмотрим, сможешь ли ты сделать с моим листом то, что ты сделал с ним в прошлом году.

\*\*\*

Решил я перейти на здоровое питание. Чистил мандаринку, а сок как брызнет мне в глаз! Колбаса бы такого никогда не сделала...

\*\*\*

За 11 лет учебы в школе я не узнал ничего об ипотеке, уплате счетов и налогов. Зато я знаю строение инфузории туфельки.

\*\*\*

Если ваша любимая кофточка после стирки стала мала, то не спешите ремонтировать стиральную машину, возможно, в данной ситуации виноват холодильник.

## ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД СО СТР. 16



