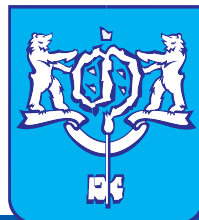


Южно-Сахалинск Сегодня



№ 28 (1948) 26 мая 2026 г.

ГОРОДСКАЯ ГАЗЕТА

E-mail: usnews@bk.ru

ЭКСПУРСОВОД ИЗ ЮЖНО-САХАЛИНСКА
АНДРЕЙ КАФКАН ОБСУДИЛ
С ПРЕЗИДЕНТОМ РФ ТЕМУ
СТРОИТЕЛЬСТВА МОСТА НА САХАЛИН **3**



САХАЛИНСКИЙ
ОБЛАСТНОЙ
КРАЕВЕДЧЕСКИЙ МУЗЕЙ
ОТМЕЧАЕТ 80-ЛЕТИЕ **4**

САХАЛИНЦЫ МОГУТ ОБРАТИТЬСЯ
ЗА ПОМОЩЬЮ К ОПЫТНЫМ
ПРОТЕЗИСТАМ И РЕАБИЛИТОЛОГАМ
БЕЗ ВЫЕЗДА НА МАТЕРИК **6**



В островной столице выполняют большой объем работ по восстановлению и обновлению зеленого фонда. Деревья и кустарники украсят центральную часть города, села и планировочные районы. В планах проведение компенсационных посадок взамен старых деревьев, благоустройство пустующих территорий, обновление живых изгородей.



В 2026 году планируется высадить:
■ более **400** деревьев;
■ около **16** тыс. кустарников в скверах, на бульварах и проспектах центральной части Южно-Сахалинска, в Луговом, Ново-Александровске, Дальнем и Синегорске.

Помимо деревьев и кустарников Южно-Сахалинск ежегодно украшает множество цветов. Свой вклад в озеленение областного центра вносят и коммерческие организации, гостиницы, образовательные и культурные учреждения, управляющие компании и неравнодушные горожане.

К 9 Мая на клумбах появилась морозостойкая виола, на улицах установили малые архитектурные формы, цветущие конструкции и мобильные кашпо. Осенью будет высажено **80** тысяч луковиц тюльпанов, которые распустятся весной.



Специалисты МБУ «Зеленый город» высадили серебристую иву на улице Горького. Как рассказал директор учреждения Алексей Фалей, 20 молодых деревьев предоставил один из сахалинских питомников. Они устойчивы к местному климату, неприхотливы, имеют красивую крону и быстро растут.

Создание комфортной среды для жителей – приоритетное направление работы губернатора Валерия Лимаренко. В Южно-Сахалинске выполнение задач по благоустройству и озеленению находится на постоянном контроле мэра Сергея Надсадина.

Читайте наши
статьи в соцсетях



Яндекс Дзен



Наш сайт:
sakhizdat.ru



Чистая проба

На водозаборе «Южный» завершили установку нового электролизного оборудования

Летом этот объект – самый крупный из подобных в Сахалинской области и единственный в своем роде на Дальнем Востоке – планируют запустить в работу. Он будет снабжать чистой водой 65 тысяч человек в южной части города, в том числе и в новых микрорайонах. Водозабор начали возводить в 2023 году с применением уникальных инженерных решений. Этой весной специалисты установили современное электролизное оборудование, которое отвечает за обеззараживание воды.

Секрет технологии

Вода, поступающая потребителям, проходит обязательную очистку и дезинфекцию. На новом водозаборе для этого будут использовать не жидкий хлор, а гипохлорит натрия. Он гораздо безопаснее для людей и экологии и эффективно справляется с бактериями.

Секрет технологии – в ее простоте. Для получения обеззараживающего раствора нужны три компонента: очищенная поваренная соль, вода и электричество. В специальной установке соль экстра-класса растворяют в воде, затем через раствор пропускают ток. В результате электрохимической реакции получается гипохлорит натрия, который надежно очищает воду.

Для установки и запуска отечественного оборудования в Южно-Сахалинск приезжала



► Электролизное оборудование необходимо для обеззараживания воды на водозаборе «Южный»

команда специалистов из Москвы. Они не только смонтировали систему электролиза, но и провели обучение местных сотрудников: операторов, инженеров и технологов, которым предстоит с ней работать.

Предваряя вопрос, который резонно могут задать читатели, скажем, что такая система водочистки не изменит вкус воды, полученной из-под земли.

– Этот показатель определяет минеральный состав – тем, сколько в ней кальция, магния, калия. Обеззараживание с помощью электролиза уничтожает бактерии и при этом полно-

стью сохраняет природный вкус воды, – пояснил прораб водозабора Федор Плюхин. – Южно-Сахалинск сейчас активно развивается, потребителей с каждым годом становится все больше. Наш объект позволит обеспечить новые дома и учреждения на юге города водой хорошего качества, чистой, без железа. Ей не потребуются дополнительной фильтрации.

Три уровня безопасности

Как рассказал главный инженер ООО «РВК-Сахалин» Станислав Купчинский, система электролиза полностью автоматизирована. Датчики следят за

давлением и температурой, концентрацией раствора и десятками других параметров. Данные в реальном времени поступают в центр управления, и его специалисты оперативно реагируют на любые изменения. В обобщенном виде эти материалы можно увидеть, например, на смартфоне главного инженера.

Особый акцент сделан на безопасность. В системе предусмотрено три уровня доступа (операторы, инженеры и программисты ООО «РВК-Сахалин»), чтобы исключить любые риски и обеспечить максимальный контроль. Как только фиксируется отклонение от нормативных показателей, программный комплекс направ-

ляет ответственным сотрудникам предупреждение о том, что нужно скорректировать, не допустив аварии.

По данным гидрогеологической экспертизы, на участке площадью 40 тыс. кв. метров, где расположен водозабор «Южный», залегают богатые водоносные горизонты. С них и поступает питьевая вода. Из-под земли ее поднимают 12 артезианских скважин и насосная станция второго подъема. Мощные насосы по 400 киловатт проектировали специально для «Южного». Затем вода проходит необходимую очистку и обеззараживание – это необходимо по ГОСТ и СанПиН. Для накопления прошлой осенью установили два гигантских резервуара чистой воды объемом 5 тыс. кубометров каждый. Их изготовили по индивидуальному заказу.

– Резервуары чистой воды – самые крупные на Сахалине. Перед нами стояла задача собрать их из тысяч деталей в идеальную герметичную конструкцию, – рассказал мастер строительно-монтажных работ Евгений Олейников. – Мы начинали с нуля: дно, стены, крыша. На все ушло 34 тысячи болтов и 2,7 километра греющего кабеля. Он нужен, чтобы вода не замерзала зимой. Гордимся, что нашей бригаде доверили такую ответственную работу!

Водозабор «Южный» – самый крупный новый объект инвестиционной программы, принятой в рамках концессионного соглашения между правительством области, администрацией Южно-Сахалинска и группой компаний «Росводоканал». После запуска он будет обеспечивать качественной водой в том числе ЖК «Горизонт», Хомутово-1, где находятся социальные объекты – поликлиника, школа, детский сад, а также Большую Елань. К жилым кварталам от водозабора уже построили 24 километра новых сетей. Высокое качество воды подтвердили первичные пробы.

Анна СУХОРЕБРИК

Комфорт на дорогах

К началу лета в городе планируют завершить основной объем ямочного ремонта

Губернатор Сахалинской области Валерий Лимаренко и глава городского округа Сергей Надсадин проинспектировали ход дорожных работ в островной столице и оценили качество ремонта улиц.

Сейчас строители трудятся в разных частях областного центра, в том числе на улице Карла Маркса – на отрезке между улицами Ленина и Чехова. Ремонт затронет всю магистраль от Вокзальной до Дзержинского. Уже заасфальтированы перекрестки с улицами Амурской и Чехова. Завершить работы планируют в мае.

– Мы посмотрели, как ведется ямочный ремонт. По сути, он уже перешел в восстановление значительных площадей так называемыми большими картами. Благодаря контролю за качеством как материалов, так и самих работ



► Благоустройство города – первостепенная задача мэрии

количество дефектов становится меньше, – отметил губернатор Валерий Лимаренко. – Переход к ремонту картами вместо точеч-

ного устранения выбоин – это серьезное изменение, которое, несомненно, принесет ощутимые результаты.

Основной объем ямочного ремонта планируется завершить до 1 июня. С наступлением стабильно теплой погоды бригады приступят к работе в ночные смены. Применяемая технология укладки асфальта большими картами позволяет охватывать крупные участки проезжей части, минимизировать количество стыков, что, в свою очередь, помогает устранить колеи и продлевает срок службы дорожного покрытия.

– Благоустройство города – наша первостепенная задача. Мы планируем завершить ямочный ремонт до наступления лета, даже с небольшим опережением графика. Параллельно с этим стартовал капитальный ремонт дорог, в частности, его ведут на улице Комсомольской. Все необходимые ресурсы мобилизованы, специалисты действуют слаженно, подрядчики готовы к выполнению поставленных задач. Сегод-

ня мы в этом убедились. Отмечу, что во время проведения работ мы стараемся минимизировать неудобства для горожан, – рассказал мэр Южно-Сахалинска Сергей Надсадин.

Жители областного центра уже отмечают положительные изменения. Автомобилисты говорят, что ездить по городу стало гораздо комфортнее.

– В целом становится лучше, – поделился мнением южносахалинец Евгений Поздняков. – Я живу на улице Поповича, раньше там приходилось объезжать ямы, а сейчас дорогу отремонтировали и передвигаться стало комфортно. Ямочный ремонт замечен там, где раньше были проблемы. Недочеты исправляют оперативно. Та же улица Красная сейчас в замечательном состоянии.

Всего на улично-дорожной сети островного региона ликвидировано около 3,7 тысячи дефектов общей площадью более 25 тысяч квадратных метров. Плановый ямочный ремонт уже завершён в Холмске и Северо-Курильске, а в Южно-Сахалинске и Корсакове выполнено больше половины объема работ.



» Диалог с главой государства

Разговор о важном

Экскурсовод из Южно-Сахалинска обсуждал с президентом России возможность строительства моста, который соединит остров с материком

Андрей КАФКАН – коренной сахалинец с айноско-нивхскими корнями, путешественник и краевед. Он создатель Школы экскурсоводов в областном центре и сообщества островных гидов-краеведов, основатель экскурсионного бюро, разработчик ряда уникальных краеведческо-этнографических маршрутов, популяризатор культуры, традиций и обычаев коренных малочисленных народов Севера Сахалинской области. В 2024-м стал победителем конкурса «Лига экскурсоводов» Российского общества «Знание», получил Гран-при. В этом году Андрея пригласили к участию в федеральном просветительском марафоне «Знание. Первые», посвященном Году единства народов России.

Мероприятие стартовало 28 апреля, а 30-го, в День коренных малочисленных народов (КМН) России, который в 2026-м отмечался впервые, с представителями регионов встретился президент страны Владимир Путин. Сахалинскую область представлял Андрей Кафкан.

– Андрей, кого пригласили к участию в марафоне?

– Победителей Всероссийской общественной премии «Гордость нации», ветеранов СВО из числа коренных малочисленных народов и представителей КМН, которые достигли заметных успехов на федеральном уровне. Марафон проходил в Москве, в знаменитом Манеже. Перед нами выступали известные и влиятельные россияне, в том числе зампред Совета безопасности Российской Федерации Дмитрий Медведев, телеведущий Владимир Соловьев, председатель правления ОАО «Российские железные дороги» Олег Белозеров. Но о том, что предстоит встреча с президентом, нам не говорили.

– Как вы о ней узнали?

– Сообщили только накануне и предупредили, что нужно обязательно подготовиться, потому что могут быть вопросы. Во встрече участвовали 14 человек, атмосфера была непринужденной, с чаем. Владимир Владимирович поговорил с каждым из нас и вопросы действительно задавал, причем порой самые неожиданные.

Хочу подчеркнуть, что на встречу с президентом пришли представители разных сфер. Историки, преподаватели, воспитатели, музыканты, писатели, госслужащие, военные. Я единственный представлял туризм и экскурсионное дело. Думаю, таким образом организаторы стремились показать, что коренные народы активно участвуют в жизни своих регионов.

– О чем Владимир Владимирович говорил с вами?

– Встречу вел генеральный директор Российского общества «Знание» Максим Древаль. Он меня представил, и я коротко рассказал, что занимаюсь туризмом, провожу экскурсии, что создал Школу экскурсоводов и благодаря ей у нас в области сформировалось сообщество гидов-краеведов. Конечно же, поведал о туристических маршрутах на Сахалине и о традиционных праздниках коренных народов, живущих на наших островах. В частности, объяснил суть медвежьего праздника и обряда кормления духа моря, который ежегодно проходит в Поронайске перед началом путины. Владимир Владимирович попросил меня уточнить, зачем люди выращивали медведей, когда вокруг так много диких? Поэтому

я подробнее раскрыл значение медвежьего праздника и той роли, что возложена на тотемного зверя.

После президент спросил, куда бы я в первую очередь рекомендовал ему отправиться на Сахалине. Честно говоря, сначала я растерялся: мест интересных у нас на острове очень много, а называть исхоженные маршруты не хотелось. Поэтому предложил Владимиру Владимировичу прежде всего отправиться на побережье Охотского моря. Президент заинтересовался, где находится самый живописный берег на



» Андрей Кафкан

острове, и я ответил, что на севере, причем ехать туда лучше зимой.

Далее Владимир Владимирович спросил, нравится ли мне то, чем я занимаюсь. Я ответил, что это интерес, проверенный временем: с 2013 года преподавал в школе историю, естествознание и краеведение, а с 2016-го вплотную взялся за изучение родного края. С тех пор моя работа напрямую связана с экскурсоведением и туризмом, к тому же я сам активный путешественник, обошел практически весь Сахалин и Курильские острова, и народ вокруг меня подобрался не случайный. Все – верные друзья и единомышленники. Это очень важно!

Затем прозвучал вопрос, увеличилось ли количество туристов на Сахалине и Курилах, и я ответил, что поток людей, которые приезжают на наши острова, неуклонно растет. Причем я оценивал этот показатель, ориентируясь на свой опыт: с каждым годом загруженность моя как экскурсовода увеличивается, особенно в пиковые периоды – зимой и летом.

– А почему президент заговорил про мост?

– Как раз в тот момент, когда я рассказывал о растущем интересе туристов к нашим островам, Владимир Владимирович спросил меня: «Мост на Сахалин будем строить?» Я ответил, что это было бы замечательно, поскольку транспортная доступность, объединение острова с Россией с помощью моста – наверное, мечта всех сахалинцев. Конечно, есть те, кто относится к такому проекту критически, но его важность и высокую востребованность сложно переоценить. Президент по сему поводу высказался четко: да, проект дорогой, причем не столько сам мост, сколько сопутствующая ему инфраструктура, но думать об этом надо.

И я полностью разделяю его позицию. Если подсчитать убытки нашего региона из-за непогоды, когда самолеты не летают, паромы не ходят, грузы не доставляются, окажется, что потери сопоставимы со стоимостью моста. И потом, его надо будет обслуживать, а значит, появятся новые рабочие места и, что самое главное, оживет север острова, поскольку строительство развернется именно там. Так что есть надежда, что наш уникальный Александровск-Сахалинский получит мощный импульс к возрождению.

– Какие ощущения остались от разговора с президентом?

– Конечно, я волновался, но без этого. Но Владимир Владимирович очень быстро нас всех расположил к себе, поэтому разговор получился свободным, практически на равных. Например, я оговорился: рассказывая про Охотское море, заявил, что оно не замерзает потому, что холодное. На самом деле оно не замерзает из-за высокой солености воды, и президент тут же деликатно меня поправил. Он приятный в общении человек. Что очень важно, сразу устанавливает с тобой зрительный контакт, смотрит в глаза,

и ты понимаешь, что ему интересно тебя слушать.

И конечно же, меня очень вдохновило высказывание президента о строительстве моста на материк. Обнадеживает, что, несмотря на происходящие сейчас события, ставятся такие глобальные цели. Порадовало, что СМИ весьма активно взялись за эту тему, надеюсь, сигнал чиновниками услышан. Планирую по горячим следам подготовить и провести лекцию на тему «Мост на Сахалин», в которой обобщу долгую и интересную историю этого необычного проекта.

– Тогда вопрос о работе. Насколько я поняла, у вас появилось новое направление деятельности?

– Да, я сейчас занимаюсь не только экскурсиями и Школой экскурсоводов, но и работаю в АО «Пассажирская компания «Сахалин» над развитием железнодорожных туристических маршрутов. Эту тему сегодня активно продвигают в РЖД. В России уже запущено 120 туристических поездов. Они перевозят именно туристов, их обязательно сопровождает экскурсовод. Поезда следуют по определенным маршрутам, останавливаются в определенных точках, а в вагоне-ресторане специальное меню, с учетом специфики местной кухни.

Конечно, чтобы запустить подобные поезда по Сахалину, необходимы инфраструктура и маршрутная база. Сейчас фактически этим и занимаюсь, делая первые небольшие шаги.

Одна из частей проекта – «Пригородные выходные». Они будут предложены пассажирам, которые отправляются из областного центра в Долинск и Корсаков. Надеюсь, нашу инициативу поддержат местные музеи и согласятся проводить суботние экскурсии в пригородных поездах. Подходящий для этого материал у них есть. В перспективе – запуск в таком же формате традиционного летнего поезда Холмск – Яблочное и дачно-туристического маршрута Южно-Сахалинск – Холмск – Чертов мост. В идеале каждый подобный рейс должен быть экскурсионным и тематическим.

Надеемся, что к проекту подключатся правительство Сахалинской области и муниципалитеты. Работы предстоит много: от организации необходимой туристической инфраструктуры – кафе, туалеты, места отдыха – до установки навигации как на остановочных пунктах, так и на конечных станциях. Чтобы турист, приехав, например, в Долинск, не ломал голову, думая, куда бы ему пойти и что посмотреть, а был грамотно сориентирован.

Следующий этап – формирование и запуск проекта «Сахалинский тракт», связанного с историей каторги и освоения острова. Для этого подготовят специальный оборудованный вагон, который будет доставлять туристов от Южно-Сахалинска до Тымовского. А там они пересядут в автобусы и отправятся в Александровск-Сахалинский, где история – на каждом шагу. Надеюсь, этот проект будет успешно запущен и станет еще одной востребованной российскими туристами сахалинской фишкой.

Юлия ВЯТРИЖИК

Право на бессмертие

Сахалинский областной краеведческий музей отмечает в 2026-м два юбилея

...Еще года не прошло, как Южный Сахалин стал советским. Проблем – вал, но именно в это сложное время для посетителей открывается Южно-Сахалинский краеведческий музей, созданный на базе бывшего музея губернатора Карафута. Произошло это 80 лет назад, 11 мая 1946 года. Впрочем, эту историческую дату сотрудники Сахалинского областного краеведческого музея считают в большей степени внутриучрежденческим праздником. Главное событие года как для них, так и для всего музейного сообщества региона – 130-летие со дня открытия первого островного краеведческого музея. Произошло это в посту Александровском 6 декабря 1896 года. Изначально его судьба складывалась драматично. Дважды, во время Русско-японской войны и в период японской оккупации Северного Сахалина (1920-1925), музей лишился своих коллекций и закрывался. Казалось, навсегда. Но, как птица Феникс, возрождался и продолжал свою подвижническую научную и просветительскую деятельность. 1955 год стал для краеведческого музея переломным: из Александровска он со всеми фондами переехал в Южно-Сахалинск. Сегодня Сахалинский областной краеведческий музей (СОКМ) закономерно считается его правопреемником и старейшим учреждением культуры островного региона. Но, когда вновь отслеживаешь эту историю, возникают одни и те же вопросы. Для чего военный губернатор Сахалина Владимир Дмитриевич Мерказин поддержал создание музея на каторжном острове? И почему одним из первых учреждений культуры в послевоенном Южно-Сахалинске стал именно музей? Об этом размышляет директор СОКМ Юрий АЛИН.

Про вдохновение

– Сегодня в нашем музее сформирован солиднейший фонд – более 228 тысяч единиц хранения. Я трепетно отношусь ко всем экспонатам. Очень многие из них для меня эмоциональная зацепка. Я вырос в Южно-Сахалинске, в детстве часто приходил в наш музей, и всегда это было событием! Сложно передать те ощущения, которые я испытывал, – интерес, восторг и даже сакральный трепет. Особенно при осмотре археологических экспозиций. Помню, как заглядывал в специальный саркофаг, в котором хранился скелет человека. Для ребенка увидеть подобное – потрясение. Любил разглядывать макеты, сделанные первопоселенцами, и мечтал с ними поиграть.

И сегодня в наших экспозициях много вещей, возле которых я останавливаюсь. Это, конечно,



► Один из самых ценных экспонатов музея – его удивительное здание

замечательные археологические и этнографические коллекции. Причем этнографическая – одна из лучших на Дальнем Востоке. Иногда как обычный посетитель на выходных прихожу в музей с дочками. Они очень любят палеонтологию. Ходишь вместе с ними, смотришь, и что-то придумывается, рождаются какие-то идеи. Музей вдохновляет!

Про память

– 16 мая мы открыли выставку «В поисках утраченных миров», которую подготовили совместно с Пермским краеведческим музеем. Коллеги привезли замечательную коллекцию, мы дополнили ее предметами из наших фондов. В числе доставленных в Южно-Сахалинск экспонатов – культовое литье Пермского Предуралья IV-XIII веков, так называемый звериный стиль, то есть изображение всевозможных животных. На Сахалине в тот же временной период металла не было, но пращуров наши занимались глиной, обрабатывали камень. Мы постарались не только обыграть параллельные пути развития наших регионов, но и обратить внимание на то, что объединяло людей того времени. Они находились в постоянном поиске смысла жизни и смерти. Следы этих исканий присутствуют во всех предметах, представленных на выставке, и помогают нам, ныне живущим, включить глубинную память. Это и есть то главное, что несут в себе музеи.

Потому именно музеи были открыты и 130 лет назад в каторжанском Александровске, и в 1946 году в освобожденной будущей островной столице. Это естественное желание формировать общественную память в тех местах, где люди собираются жить. А обще-

ственная память, в свою очередь, формируется из памяти индивидуальной...

Про время

– Когда мы изучаем экспонаты из музейного фонда, мы не на молекулы их раскладываем, а на судьбы конкретных людей. Каждый из этих предметов принадлежал какому-то человеку, был согрет теплом его рук. Поэтому, когда кто-то отдает свою вещь или семейную реликвию в музей на вечное хранение, он обеспечивает себе право на бессмертие.

Обычные на первый взгляд предметы могут помочь воссоздать ощущение времени, которое уже прошло. И это самое ценное, поскольку они моментально утрачиваются, то есть люди их просто выкидывают за ненадобностью.



► Юрий Алин, директор Сахалинского областного краеведческого музея

А потом, спустя годы, оказывается, что вместе с ними ушло то самое ощущение времени. Мы, музейщики, пытаемся его воссоздать. Для нас важно не просто описать вещь, которая попала к нам, а атрибутировать ее, то есть определить ее предназначение, понять, кто ею владел, по возможности узнать ее историю. Это целое исследование!

Поэтому, когда меня спрашивают, сколько стоит тот или иной экспонат, я отвечаю: он бесценен.

Про деятельность

– Совсем недавно наша сотрудница Виктория Дубинина стала победителем межрегионального конкурса проектов «Музейный

► Выставка «В поисках утраченных миров» будит глубинную историческую память

Дальний» во Владивостоке. Ее работа посвящена грибам островного региона. И это не случайно, поскольку наш музей – универсальный.

Траектория большинства региональных музеев – историко-краеведческая. Мы, двигаясь в том же направлении, сохранили большой естественно-научный блок, чем гордимся. Это палеонтология, геология, животный и растительный мир. Экспозиции классические, даже архаичные, поскольку коллекции выставлены в старых витринах, которые уже давно сами стали экспонатами, ведь им по 80 лет! Места, чтобы выставить все предметы, не хватает, но главное, что они у нас есть, и мы это направление поддерживаем. Проводим выставки, связанные с естественной историей, научные сотрудники каждый год выезжают на полевые исследования.

Особые успехи у энтомологов. У нас замечательные специалисты! Например, Александр Вертянкин, который считается одним из лучших энтомологов в регионе. Его коллекции насекомых вполне конкурентоспособны в масштабах страны.

Про науку

– У каждого музея своя ниша. Наша – научные исследования. Мы сегодня, по сути, стали центром краеведения. Издаем результаты исследований, методические материалы, с 2017 года выпущено около 90 музейных изданий. В их

числе брошюры, которые наши сотрудники готовят в рамках проекта «Объекты культурного наследия Сахалинской области». Можно сказать, мы его монополизировали!

В прошлом году отметили 30-летие «Вестника Сахалинского музея». Сейчас он полностью переформатирован, сохранив при этом изначальное предназначение – быть доступной площадкой как для профессиональных историков, ученых-естественников, археологов, так и для краеведов. Изменения коснулись формата: если раньше «Вестник» издавался раз в год одним выпуском в 450 страниц, то сейчас ежегодно выходит четыре номера общим объемом в 1000 страниц. Первые два – история и краеведение, третий – археология и этнография, четвертый – естественная история. Так что проект, задуманный и реализованный в 1995 году тогдашним директором СОКМ Владиславом Латышевым и его командой, успешно продолжает жить.

Про юбилей

– Август нынешнего года пройдет под знаком III фестиваля науки и искусства «Невельской-фест», который мы проведем совместно с Сахалинской областной филармонией и посвятим 130-летию музея. Партнерами обрастаем уже сейчас. Это Сахалинский туристско-информационный центр, культурно-туристический центр Южно-Сахалинска, областное министерство туризма, и, конечно, все при большой поддержке нашего министерства культуры и архивного дела. Кроме того, совместно с областной детской библиотекой и Центром чтения сразу после фестиваля проведем на нашей площадке их замечательный «Книжный парк».

Еще один юбилейный проект – аудиоподкаст «Музей без витрин». Его ведет мой заместитель по научно-просветительской работе Евгений Пашенцев. Это серия интервью с людьми, которые имеют прямое отношение к музею. Техническую поддержку проекту оказывает областной центр народного творчества.

Радует, что в юбилейный год выйдет в свет третья книга нашего замечательного историка Виктора Щеглова, посвященная Александровску-Сахалинскому. Помимо этого в издательстве «Просвещение» готовится к выпуску учебник для 5-7-х классов «История родного края», в создании которого самое активное участие приняли Виктор Щеглов и заместитель директора музея по научно-исследовательской работе и развитию Юлия Дин. И это лишь малая толика того, что происходит в нашем музее в преддверии юбилея.

Основные праздничные мероприятия пройдут в декабре. Прежде всего, это Сахалинский краеведческий форум. Что касается остальных, наберитесь терпения. Чуть позже расскажем об этом!

Юлия ВЯТРИЖИК

Победа в этностиле

Уникальный дуэт «Любимки» из Южно-Сахалинска стал лауреатом международного конкурса и преподал урок человеколюбия своим конкурентам

Участники дуэта – южносахалинец Илья Серебряков с синдромом Дауна и его наставница, тренер по адаптивному спорту Оксана Новик. В апреле они достойно представили наш город на II Международном фестивале-конкурсе «АРТ-ПРОЕКТ», который прошел в Китае. Успех не случаен, ему предшествовали упорные занятия. Положил начало этой долгой истории со счастливым финалом случай.

Илья

Илья – уроженец северного села Вал, что в Ногликском районе. Несколько лет назад его семья переехала в Южно-Сахалинск. Мама Ильи Людмила Николаевна определила сына в секцию адаптивного плавания к известному тренеру Оксане Новик. Одновременно Илья поступил в Сахалинский техникум сервиса, сейчас получает профессию повара-кондитера.

Оксана

Оксана – человек, достойный отдельного большого рассказа. Педагог-психолог, инструктор

по цигун, ученица мастера из Шаолиня, тренер по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту в двух спортшколах – олимпийского резерва по зимним видам спорта и по плаванию. Кроме того, Оксана поет, увлекается этнической музыкой.

Дуэт «Любимки»

– Илья – парень скромный, но творческий стержень в нем уже был сформирован. Спасибо маме, она с ним занималась, водила его на танцы, – рассказала Оксана. – А потом я случайно обнаружила, что он любит петь. Занималась с группой в лесу, запела, а он подхватил. Попросила Илью что-нибудь исполнить, и, к моему изумлению, он запел знаменитого «Черного ворона»! Мы начали с потихонечку заниматься, песни подбирать, а потом и на сцену вышли. Впервые выступили в городском парке на День семьи, любви и верности, потом в областной библиотеке, а после нас уже стали приглашать участвовать в концертах. Так родился наш дуэт под названием «Любимки».

Интерес к этнической музыке Оксана чувствовала давно. Равно как и желание придумывать и ис-



► Оксана и Илья – дружная команда

полнять экзотические этно-композиции. А потом, опять же случайно, обнаружила, что Илья владеет техникой горлового пения.

– У него врожденный дар, – объяснила Оксана. – И я поняла, что мы с ним сможем исполнять этнику. Эту идею поддержал мой давний друг, популярный этнопевец Руслан Ивакин, известный как GURUDE. Он послушал Илью и благословил нас на исполнение этнокомпозиций.

Номер-успех

Он родился, когда дуэт готовился к отборочному туру конкур-



са «АРТ-ПРОЕКТ». Вначале предполагалось, что «Любимки» споют знаменитое «Ну что тебе сказать про Сахалин».

– Но во время репетиций я поняла, что будут проблемы, все-таки Илья – исполнитель своеобразный, – говорит Оксана. – И тут, как всегда внезапно, в голову пришел образ, сразу продумала композицию с использованием разных инструментов и с горловым пением. Одна репетиция – и номер готов! С ним и поехали в КНР. Выступили очень удачно, скупые на похвалу китайцы тепло отозвались о нашей композиции. Итог – звание лауреатов

II степени в номинации «Мир равных возможностей».

Как рассказала Оксана, делегация из России в Китай отправилась большая, в нее кроме сахалинцев вошли участники со всего Дальнего Востока.

В Поднебесной их встретили великолепно. Организация, отношение – на высоте. Единственное, что обеспокоило, – реакция на Илью детей из Приморья.

– Они демонстрировали неприязнь, – разводил руками Оксана. – Илья не понимал, почему над ним смеются, разрыдался перед выходом на сцену: «Они в меня пальцем тычут». Для нас это было полной неожиданностью, потому что в Южно-Сахалинске ребята на равных общаются со сверстниками-инвалидами, в том числе с солнечными детьми – с синдромом Дауна. Честь и хвала за это нашим педагогам!

Новые высоты

Сейчас Илья готовится к соревнованиям по плаванию, которые пройдут летом в Казани. Тренирует его, конечно же, Оксана Новик.

– Да, вывозить ребят-инвалидов на крупные мероприятия сложно, но делать это нужно обязательно, – убеждена Оксана. – Они способны и на творчество, и на яркие победы. Просто надо дать им возможность побеждать!

Юлия ВЯТРИЖИК

Киберучитель

Преподаватель из школы № 3 Павел Соловьев стал победителем муниципального этапа конкурса «Педагог года – 2026» в номинации «Цифровой лидер»

Павел Валерьевич – учитель-предметник, работающий в СОШ № 3 имени Героя России Сергея Ромашина. А еще он владеет онлайн-школой по подготовке выпускников к экзаменам по математике, киберспортсмен и организатор городских турниров по этому профилю, любящий отец и наставник, от которого дети в восторге.

Его мама Светлана Николаевна тоже учитель математики, и неудивительно, что Павел отлично знал предмет с раннего возраста. Но о профессиональной династии не задумывался – ровно до того дня, когда мать на полтора месяца попала в больницу. Павел тогда учился в Сахалинском государственном университете по специальности «Финансы и кредит», а параллельно получал образование по физико-математическому профилю. И Светлана Николаевна, чтобы не пропадали уроки у детей, попросила сына вести занятия за нее.

А когда она вернулась, Павла пригласила на беседу тогдашний директор школы Надежда Григорьевна и предложила после получения диплома прийти на

постоянную работу. Он сначала отнекивался, но мама сказала: «Попробуй, ты же ничего не теряешь, в крайнем случае можно и уйти, зато будешь точно знать, что это не твое».

Сын послушался ее совета и за 10 лет ни разу об этом не пожалел.

► С математикой всегда



С детьми у молодого педагога отношения хорошие. Они знают: к Павлу Валерьевичу можно обратиться за советом в трудную минуту, поделиться с ним самым сокровенным. Он не станет поучать, а поможет найти верное решение. Ребята относятся к нему как к учителю и старшему товарищу. Немаловажную роль играют и общие увлечения: компьютер и киберспортивные игры, а в последние годы – еще и все связанное с искусственным интеллектом.

– Считаю, что нейросети должны служить человеку подспорьем, но никак не подменять собственный разум! Мои ученики знают, что нельзя загружать в ChatGPT домашнее задание, а потом полученное решение переписать в тетрадку и сдать, будто сами все сделали. Я ведь сразу пойму! Учитесь думать сами! – рассказывает Павел Соловьев. В конкурсе «Педа-

гог года» Павел хотел участвовать давно, но никак не удавалось выкроить свободное время на подготовку, ведь кроме уроков и классного руководства у него онлайн-школа подготовки к ОГЭ и ЕГЭ. А в этом году все наконец сложилось, и заявку на участие Павел Валерьевич все-таки подал.

Свой конкурсный открытый урок он построил на компьютерной игре, где дети решали практические задачи из числа тех, что можно легко перенести в обычную жизнь.

– Ученики ведь любят спрашивать педагогов: «А разве нам эти знания где-то пригодятся?» То, о чем я рассказывал, пригодится гарантированно! Среди прочего мы обсуждали и использование нейросетей: в чем их польза и вред, как с ними правильно работать, искали ответы на очень животрепещущие вопросы: заменит ли в будущем искусственный интеллект человека и как успешно конкурировать с ИИ, стать незаменимым сотрудником? Ребята остались довольны, как и члены комиссии. В итоге победа в номинации «Цифровой лидер», – вспоминает Павел Соловьев.

Наталья Николаевна Мудриченко, заместитель директора школы № 3:

– С Павлом Валерьевичем очень приятно работать, он заряжает своим трудолюбием и активностью! Молодой, перспективный, целеустремленный, живет с чувством, что должен везде успеть. У его учеников традиционно очень высокие баллы на государственной итоговой аттестации по профильной математике, дети поступают в вузы как в Южно-Сахалинске, так и на материке. Очень рады его победе и желаем дальнейших профессиональных успехов!

Почивать на лаврах он не собирается. Так, Павел Валерьевич хочет создать летний киберспортивный лагерь на базе школы и попытаться развивать турнирное направление в этой сфере по всей Сахалинской области.

– Дети во время игр учатся коммуницировать между собой, уважать друг друга. Плюс ко всему, подобные состязания имеют и практическую пользу: мы неоднократно проводили так называемые фиджитал-турниры, где состязаются сначала в виртуальном пространстве, а потом и в реальности. И стоит отметить, что наши участники не сидят сутками в мониторах в ущерб учебе и домашним делам. Ребята прекрасно понимают, что это спорт, и подменять собой обычную жизнь он не должен, – говорит Павел Соловьев.

Наталья РУСИНОВА



► Механик Игорь Рухтин работает над изготовлением протеза ноги

Обрести опору

Сотрудники сахалинского филиала Московского протезно-ортопедического предприятия помогают островитянам вернуться к полноценной жизни

Филиал открылся в Южно-Сахалинске в марте 2026 года и значительно облегчил жизнь людям, нуждающимся в протезировании конечностей. Раньше многие такие островитяне вынуждены были вылетать в другие города, чтобы заказать протез, и не у всех была возможность пройти реабилитацию за пределами области. Сейчас опытные протезисты и реабилитологи работают с сахалинцами на месте. О том, как идет этот процесс, рассказала руководитель филиала Московского протезно-ортопедического предприятия (ПрОП) Светлана ЗОЛотова.

Полный цикл

Филиал расположен в областном реабилитационном центре на улице Больничной, 34. По оснащению он больше напоминает мастерскую, где слаженная команда на современном оборудовании бережно готовит каждое изделие.

На стене коридора плакат с надписью: «Большой путь начинается с первого шага». Людям, которым предстоит пройти сложный, определяющий для их судьбы этап преодоления, необходимы не только надежные технические средства. Им не справиться без психологической поддержки и ободрения, и для каждого здесь находят нужные слова.

На открытии филиала губернатор области Валерий Лимаренко отметил, что проектная мощность предприятия позволит обслуживать всех сахалинцев и курильчан с ограниченными возможностями здоровья. Пообщавшись с пользователями, как в центре принято называть пациентов, глава региона убедился, что помощь здесь оказывают в соответствии с глав-

ными принципами – с заботой и уважением к людям.

– В Сахалинской области это первое государственное предприятие такой направленности. Решение о его создании принято Министерством труда и социальной защиты РФ и областным правительством, – рассказывает Светлана Золотова. – В нашем филиале организован полный цикл помощи – от изготовления протезов до сопровождения пациентов на этапе адаптации к новым возможностям. Сегодня в штате 10 человек, изделия создают 5 сотрудников. Двое приехали из Уфы, они обучают сахалинских коллег. Механики отвечают за полный процесс производства протезно-ортопедических конструкций, начиная от снятия слепка до конечной сборки и выдачи пользователю.



► В сахалинском филиале налажен полный цикл выпуска высокотехнологичных средств реабилитации

К СВЕДЕНИЮ

АО «Московское протезно-ортопедическое предприятие» – одно из старейших в стране. Оно было создано более 100 лет назад. В его структуре 106 филиалов в 72 регионах и 45 стационаров сложного протезирования, в которых работает свыше 4 тыс. человек. Предприятие выпускает больше 300 видов протезно-ортопедических изделий, включая протезы верхних и нижних конечностей, в том числе бионические.

новые направления. Нас в этом поддерживают головной офис Московского ПрОП и областное правительство. Особенность сахалинского филиала в том, что его мощности находятся на базе реабилитационного центра. Мы имеем возможность не просто подобрать человеку индивидуальный протез, но и направить его на курс восстановления.

Индивидуальная программа

За помощью в сахалинский филиал Московского ПрОП обращаются люди, получившие различные травмы, к примеру, в результате ДТП, а также участники СВО. Часто в протезировании нуждаются больные сахарным диабетом, облитерирующим атеросклерозом сосудов нижних конечностей. Таких в области примерно 450 человек. Помощь обратившимся предоставляется бесплатно, когда она предусмотрена индивидуальной программой реабилитации. В том числе и при вторичном протезировании, если сделанное ранее техническое средство реабилитации доставляло дискомфорт или человек так и не научился им пользоваться. Поэтому в филиале делается особый акцент на обучение, чтобы пользователь мог должным образом применять протез и ухаживать за ним.

– Первой к нам обратилась женщина, которой ранее был изготовлен протез, но она так и не смогла им пользоваться, потому что ей некому было помочь. Техники провели коррекцию изделия, научили на нем стоять и ходить. Спустя 3 недели мы узнали, что женщина снова вышла на работу. Несомненно, такая новость обрадовала весь наш коллектив, ведь это именно то, к чему мы стремимся, – помочь людям социализироваться и вернуть возможность полноценно жить, – рассказала управляющая филиалом.

Изготовление протеза по индивидуальным меркам занимает минимум 3 дня. Сначала человек приходит на консультацию к ортопеду-травматологу, если нет противопоказаний, его отправляют на снятие слепка. Потом формируют негатив, далее скульптурную модель конечности. Ее дорабатывают ручными инструментами, чтобы добиться полного сходства. Затем механики создают первичную гильзу из стекловолокна и собирают протез ноги. Пользователю предлагают примерить его, попробовать постоять и сделать первые, для большинства самые сложные, шаги. На других этапах начальный вариант корректируют. При необходимости меняют гильзу, а если понадобится – всю конструкцию. Протез подгоняют до тех пор, пока он не станет максимально удобным. Если изделие подходит и сидит комфортно, на его основе изготавливают постоянную гильзу и окончательный вариант конструкции. Искусственную ногу можно сделать похожей на настоящую, добавив

косметическую оболочку телесного цвета. Как сообщил механик Игорь Рухтин, полировка одной детали протеза на станке занимает около часа.

– Первичному пользователю мы предлагаем протезирование после успешной операции. В идеале спустя 3-4 месяца человек может встать на протез, а еще через пару месяцев – начать ходить. Конечно, сначала на костылях, потом с тростью. Такие люди в нашей практике уже встречались, но не так много, – говорит ортопед-травматолог Владимир Птушкин. – Обычно привыкание к протезу занимает около года. Судя по моему опыту, женщины в основном оказываются собраннее мужчин, они сжимают волю в кулак и стараются выполнять все рекомендации.

В филиал нередко обращаются сахалинцы с тяжелыми формами диабета. Люди порой сами усугубляют болезнь вредными привычками и малоподвижным образом жизни, оттягивают поход к врачу. Ортопед советует быть внимательнее к своему здоровью, следить за весом, а если уровень сахара в крови повышается, корректировать питание. По информации Владимира Птушкина, в месяц к нему на осмотр приходит до 20 человек, многие из них – люди в возрасте, которым протезирование понадобилось из-за развития диабета. Первым делом им рекомендуют избавляться от лишнего веса и привести в норму показатели сахара.

Шаг к себе

Реабилитация – финальный этап протезирования. У кого-то он длится несколько месяцев, а у кого-то несколько лет. За это время специалисты стараются максимально подготовить пользователя к жизни с протезом. На базе реабилитационного центра

для этого выделен отдельный кабинет со специальным оборудованием.

– Здесь человек проходит обучение в школе ходьбы, – рас-

сказывает инструктор по физической культуре Артур Матвеев. – Мы учим переносить вес с ноги на ногу, ходить с опорой, а потом и самостоятельно, подниматься и спускаться по лестнице. Снимаем болевые ощущения в спине и суставах, которые возникают, если человек долго обходился без протезирования. На этом этапе очень важна и психологическая работа с пережившими ампутацию людьми, которым требуется для реабилитации немало усилий. Мы обсуждаем все незнакомые ощущения, помогаем избавиться от страхов, убеждаем, что сначала будет трудно, но зато потом качество жизни улучшится. Стараемся к каждому найти подход. Люди на свои успехи реагируют по-разному: кто-то радуется, а кто-то плачет – эмоции всегда сильные. Некоторые благодарят за то, что с нашей помощью получают новый шанс на полноценную жизнь. Для нас это очень ценно!

Анна СУХОРЕБРИК

ЦИФРА

В **72** регионах РФ открыты филиалы Московского протезно-ортопедического предприятия.

Дело жизни

В мае отмечается Международный день медицинских сестер – профессиональный праздник тех, без кого просто немислимо лечение людей

Дело привычки

Александра Андреевна ДЮБКИНА – старшая медсестра палаты реанимации отделения анестезиологии-реанимации Сахалинской областной клинической больницы. Работает здесь уже 23 года. Начинала санитаркой, еще когда училась в базовом медицинском колледже. Сейчас совмещает должности старшей и палатной медсестры.

– Перерывы были только на декретный и академический отпуска. Пришла в профессию вслед за сестрой, изначально вообще не планировала связывать карьеру с медициной, а в итоге уже и не представляю себе другой жизни, – признается Александра Дюбкина.

Работа в реанимации нелегка, бывают дни, когда пациенты

в критическом состоянии поступают сплошным потоком. Дежурная бригада бросает все силы на их спасение, и эта каждодневная рутина совсем не похожа на эпизоды из популярных сериалов про медиков.

– Чтобы здесь работать, надо искренне любить людей, сочувствовать их беде. В противном случае быстро выгорит. Потому и коллектив устоявшийся, все давно работают, другие у нас просто не задерживаются. Самое тяжелое – видеть смерть людей. Раньше прямо душило чувство бессилия – как же, ведь сделали все, что могли, и даже больше... Но, увы, реанимация есть реанимация, а мы не боги. К остальному привыкнуть легче. Многие, придя к нам, боятся вида крови и тяжелых травм.

Потом привыкают, – рассказывает Александра Андреевна.

Главное – настрой

В реанимационном отделении на смену выходит целая бригада из врачей, среднего и младшего медперсонала. Плюс анестезиологическая служба, там заступают врач и медсестра. Пациентов всегда много, палата на 18 койко-мест не пустует – кто-то после операции, кто-то на пробуждении после длительного наркоза

■ КСТАТИ

Александра Дюбкина поощрена благодарностью министра здравоохранения Сахалинской области за профессиональные действия, выдержку, чувство долга и самоотверженность, проявленные в чрезвычайной ситуации, вызванной мощным снежным циклоном в январе 2024 года. Имеет целый ряд других благодарственных писем и грамот.

(людей привозят из соседних корпусов), кто-то в состоянии, угрожающем жизни. Александра Дюбкина ведет мониторинг их

самочувствия, выполняет медицинские манипуляции – от ассистирования врачу при постановке больному подключичного катетера до обработки ран и пролежней. Естественно, от слаженной командной работы зависит если не все, то многое.

И каждый медик четко знает свои обязанности.

– За 23 года было всякое. Приходилось и коллег отключать, у которых случился инфаркт или инсульт прямо на рабочем месте.



Потому что не переживать, конечно же, не получается. Мы сочувствуем попавшим к нам людям, стараемся их подбодрить, говоря, что

все будет хорошо и они непременно поправятся. От настроения больного ведь очень многое зависит, даже если кажется, что ситуация безнадежна, – считает Александра Андреевна.

Домочадцы – супруг и трое детей 15, 10 и 9 лет – ее активно поддерживают. Мамой, спасающей жизни, они искренне гордятся. Дети даже выражают желание пойти по ее стопам, в медицину.

Моя героиня жалеет только, что при плотном графике работы остается очень мало времени на хобби. У Александры Дюбкиной есть дача, на которой она с удовольствием проводит выходные в теплое время года, а еще очень радует любимая питомица – кошка породы мейнкун.

Забота превыше всего

Женское здоровье – основа счастливого материнства

28 мая отмечается Международный день защиты женского здоровья. Эту дату учредили в 1987 году. Она должна напоминать людям, что забота прекрасного пола о себе – жизненная необходимость, ведь от этого во многом зависит благополучие всего общества. Самые распространенные недуги женского населения планеты: расстройство репродуктивных функций, опухоли молочной железы, эндокринные заболевания. Но их развитие можно остановить, если вовремя обращаться к врачам. По данным Всемирной организации здравоохранения, в наши дни каждая шестая пара сталкивается с проблемами зачатия. В последние 10-20 лет наблюдается рост бесплодия даже у супругов, которые моложе 30 лет, говорит акушер-гинеколог женской консультации Южно-Сахалинска Марина КОРБОВА.

Репродуктивный фактор

– Бесплодие не зря считается неизолрированным диагнозом – оно всегда является следствием других проблем со здоровьем. К примеру, скрыто протекающих инфекций, про которые женщина может и не догадываться, а они долгое время подтачивают организм. Поэтому не устаем напоминать о необходимости регулярных проверок, сейчас это можно сделать быстро и бесплатно в рамках диспансеризации. Не надо ждать, пока что-то заболит. Есть вопросы, в которых лучше перестраховаться, чем



Фото сгенерировано ChatGPT

Порой решить проблему с зачатием не помогают консервативные методы лечения, и тогда есть шанс, что заветную мечту поможет осуществить процедура экстракорпорального оплодотворения (ЭКО). В Сахалинской области женщинам, которые не могут ею воспользоваться по полису обязательного медицинского страхования, дают выплату из регионального бюджета в размере до 1 млн рублей на любые цели, вплоть до покупки донорских клеток.

118

детей родилось благодаря ЭКО в Сахалинской области в 2025 году.

■ ВАЖНО ЗНАТЬ

Репродуктивный чекап – процедура для мужчин и женщин, действующая в рамках программы «Счастливое материнство», инициированной губернатором Сахалинской области Валерием Лимаренко. Любой островитянин в возрасте от 18 до 49 лет может провериться, даже если пока не планирует рождение детей. Ведь лечиться всегда дольше и сложнее, чем регулярно проходить профилактику, при этом упускается драгоценное время, а оно в вопросах зачатия крайне важно. Женщин в рамках чекапа ждут консультация гинеколога, УЗИ органов малого таза и молочных желез, лабораторные анализы на инфекции, а при необходимости – и на гормоны. Для мужчин предназначены консультация уролога/хирурга, при наличии показаний – спермограмма, УЗИ предстательной железы и анализ на инфекции. С начала года в Сахалинской области репродуктивный чекап прошли почти 27 тыс. человек, из них свыше 8 тыс. – в Южно-Сахалинске.

потом лечиться годами, – предупреждает Марина Сергеевна.

К сожалению, порой женщины попадают на прием, когда проблемы с зачатием становятся далеко не самыми насущными. У Марины Сергеевны была пациентка с запущенной онкологией молочной железы. Женщина долго боялась идти к специалистам: «Вдруг найдут что-то плохое». А пару лет назад у нее на осмотре в рамках диспансеризации обнаружили предрак шейки матки (патологические изменения, способные перейти в злокачественную форму, если их не лечить). Закончилось все благополучно: репродуктивные органы удалось сохранить благодаря своевременному направлению на операцию в онкодиспансер.

Нередки в рабочей практике врача и случаи выявления рака шейки матки, вплоть до третьей стадии. Поэтому Марина Корбова напоминает: гинеколога дамам любого возраста нужно посещать ежегодно!

Под силу каждому

В жизни любого современного человека есть чудовищное количество факторов, негативно влияющих на здоровье. Экология и некачественное питание (фастфуд, колбасы, промышленные сладости с огромным сроком хранения и т. п.), работа на износ стала новой нормой, чрезмерной загруженностью принято даже гордиться. На женщин вдобавок сваливается забота о детях и пожилых родителях. А Интернет и телевидение пестрят пугающими новостями, от которых зашкаливает уровень тревоги.

■ ПРАВИЛО ПРОФИЛАКТИКИ

Обычная диспансеризация, где упор делается на общее состояние здоровья, также рекомендована всем: в возрасте до 40 лет – раз в 3 года, после 40 – ежегодно. После 40 лет появляются дополнительные исследования для женщин с большим упором на онкоскрининги: маммограмма (выявляет на ранней стадии опухоли молочных желез), кал на скрытую кровь (рак кишечника), цитологическое исследование шейки матки. Для мужчин добавляется анализ крови на простатспецифический антиген (раз в 5 лет). Пройти диспансеризацию можно в поликлинике по месту жительства, а записаться – позвонив по номеру **1-300** или через единый портал государственных и муниципальных услуг.

Хронический стресс становится той почвой, на которой болячки растут ускоренными темпами. Раньше, говорит Марина Сергеевна, от возникновения патологии до перерождения в рак могло пройти около 10 лет. Сейчас это происходит за 2-3 года.

– Информационная гигиена, хорошее настроение, хобби и увлечения, позволяющие хоть ненадолго оторваться от жизни белки в колесе, в наши дни не блажь! – напоминает специалист. – Ни один организм не выдержит бесперебойные всплески адреналина и кортизола, он просто сломается. Естественно, от всего негативно-го закрыться мы не в силах, но минимизировать тревогу, уделить больше внимания правильному питанию и посильным физическим нагрузкам, регулярно посещать врача может каждая женщина.

**Материалы подготовила
Наталья РУСИНОВА**



Фото с сайта yuzhno-sakh.ru

Важная магистраль

Капремонт проспекта Мира в северной части города планируется завершить к началу сентября

Продолжается второй этап реконструкции одной из главных транспортных артерий Южно-Сахалинска. Ранее подрядчик отставал от графика, но сейчас увеличил темпы работ.

РЕМОНТ ПРОСПЕКТА МИРА ИДЕТ НА УЧАСТКЕ МЕЖДУ УЛИЦАМИ ПИОНЕРСКОЙ И УКРАИНСКОЙ



Более **1200** метров – протяженность отрезка

Во время работ:

- расширят дорогу до четырех полос
- сделают дополнительную полосу для общественного транспорта

В мае на участке идет перекладка инженерных сетей, устройство ливневой канализации и основания дорожной одежды.

Для строительства нового моста на реке Уюновке забивают сваи. Земляные работы выполнены на **80%**. В августе планируется асфальтирование и благоустройство участка.

Сergeй Надсадin, мэр Южно-Сахалинска:
– Проспект Мира – одна из ключевых транспортных артерий Южно-Сахалинска. Масштабный ремонт поделили на два этапа. Ранее подрядная организация сталкивалась с трудностями в соблюдении сроков и темпов выполнения работ. Однако благодаря совместным усилиям и поддержке правительства области ситуация стабилизировалась. Сейчас ремонт идет по плану. Ожидается, что к сентябрю он завершится.

Обновление проспекта Мира ведется согласно нацпроекту «Инфраструктура для жизни».

В 2025 году завершился первый этап работ на участке между улицами Сахалинской и Пионерской.

Был построен новый мост через реку Рогатку, уложено асфальтобетонное покрытие.

Материал подготовлен на основе данных официального сайта администрации Южно-Сахалинска

Силуэты Севера

Мастер декоративно-прикладного искусства Валерия Осипова с помощью своего творчества увлекает юных горожан национальными традициями

Ее самобытные работы можно увидеть на персональной выставке «Наследие в силуэтах из живого серебра» в Сахалинской областной детской библиотеке. Она организована в соответствии с планом регионального проекта «Счастливые материнства». Его всецело поддерживает администрация города. Экспозицию посвятили Дню коренных малочисленных народов РФ, который впервые отметили 30 апреля 2026 года. Мастер декоративно-прикладного искусства представила 24 силуэтные композиции и 12 сувениров из разных коллекций. Мы попросили Валерию ОСИПОВУ рассказать о себе и своем творчестве.

Ожившие традиции

Валерия Николаевна, библиотекарь областной детской библиотеки, является представительницей самого малочисленного сахалинского коренного народа – уильта. Стать мастерицей ей было написано на роду, ведь все женщины в семье занимались декоративно-прикладным творчеством.

– Детские годы я провела в Ногликах. Хорошо помню, как мама часами без устали сидела над своими художественными работами, а я с интересом наблюдала за ней. Когда подросла, начала помогать, училась обрабатывать рыбью кожу, шить куклам национальную одежду, – вспоминает Валерия. – От мамы я унаследовала не только талант, но и терпение и усидчивость.

Работы сахалинской художницы Альбины Осиповой, которой не стало 10 лет назад, хранятся в областном краеведческом музее и даже за рубежом в частных коллекциях. В том же музее трудится ее родственница – член регионального отделения Союза художников России Вероника Осипова. У нее Валерия училась премудростям выделки рыбьей кожи. А любимая бабушка, педагог и создатель уильтинского букваря Елена Бибикина, читала ей национальные сказки и рассказывала историю рода. Ее хорошо знают теперь и три дочери Валерии.

На выставке Валерия Николаевна представила силуэтные работы из черной бумаги и рыбьей кожи. Удивляют тонкостью исполнения два авторских триптиха: «Стойбище» и «Танец у костра». Благодаря своему увлечению мастерица стала еще и заядлой рыбачкой.

– Ловлю горбушу, кунджу, кету, навагу, гольца, – рассказывает она. – Процесс выделки кропотливый, рыбу нужно тщательно очистить, обезжирить, снять с нее кожу и высушить. Лучше обрабатывать свежеморозовленную рыбу, ее кожа дольше сохраняется и со временем не желтеет.

По словам Валерии, силуэты людей, животных и растений она вырезает без эскизов – контуры, даже предельно



Валерия Осипова:

– Очень благодарна своему педагогу, учительнице начальных классов ногликинской школы Наталье Владиславовне Куничиной, которая разглядела мои способности и **помогла их развить**. Она предлагала мои детские работы на конкурсы, записала на художественное отделение в ДШИ и оказала большое влияние на мое становление в творчестве.



► Силуэтная композиция из рыбьей кожи «Лисичка и лебедь»

► Панно «Стойбище»

аккуратно обозначенные ручкой, потом могут проявиться. Когда набьешь руку, вырезать не так сложно, труднее всего клеить силуэтные композиции из бумаги. Замысловатые орнаменты, которые обрамляют работы, мастерица придумывает сама или использует мамин варианты как наследница ее творчества.

В основе сюжетов – окружающий мир и национальные сказки, в том числе знаменитого нивхского писателя Владимира Санги. Им посвящены силуэтные композиции «Бурундук ищет друга», «Юноша-сирота» и другие.

Нарисовать легенду

Постепенно Валерия увлеклась иллюстрацией – в детстве она училась рисованию в школе искусств. А теперь уже в че-



Фото автора и из архива СахДШ

► Одна из работ силуэтной композиции из черной бумаги «Как чайки-крачки стали жить вместе»

тырех книгах опубликованы ее работы. Вместе с Вероникой Осиповой она оформила уильтинскую легенду «Храбрый Мэрге». Благодаря силуэтам Валерии оживают сказочные предания на страницах книги Николая Соловьева «Люди моря. Сказания о людях Ых-мифа».

– Сначала я читаю произведение, потом в голове возникает эскиз, и я переношу его на бумагу, – рассказывает Валерия. – Меня очень впечатлило романтическое повествование «Елгун-охотник» Николая Соловьева. Когда закончила его оформлять, решила создать по мотивам большой триптих из рыбьей кожи «Елгун и Мария». Он победил на традиционном конкурсе, который проводят в Поронайске во время праздника «Кормление духа-хозяина моря».

На выставке можно полюбоваться авторскими кулонами и подвесками, их мастерица тоже изготавливает из рыбьей кожи. Получаются отличные сувениры, и художнице их даже заказывают.

В детской библиотеке Валерия Осипова ведет цикл мероприятий «Магия сахалинского орнамента», который планирует продолжить и в следующем году. Мастер-классы по культуре коренных этносов Сахалина она организует в детской библиотеке и в школах.

– Валерия Николаевна использует новые формы занятий с детьми, которые вызывают у ребят неподдельный интерес к родному краю, к народам, живущим в нашем регионе. Под ее началом они делают очень интересные работы! Персональная выставка Валерии Николаевны показала масштаб ее деятельности и большой потенциал развития направления по изучению национальной культуры в нашем учреждении. На этом в Год единства народов России, объявленный президентом страны, делается особый акцент, – сказала заведующая отделом библиотечно-информационного обслуживания и краеведческой работы Наталья Антипова.

Силуэтные композиции Валерии Осиповой после закрытия выставки можно будет увидеть в областном краеведческом музее.

Анна СУХОРЕБРИК

ШТРИХИ К ПОРТРЕТУ

Валерия Осипова – неоднократный лауреат областного фестиваля народных художественных промыслов и ремесел коренных малочисленных народов Севера Сахалинской области «Живые традиции». В 2019 году на Международной выставке-ярмарке «Сокровища Севера. Мастера и художники России» заняла 3-е место в конкурсе «Лучшее произведение национального народного искусства» в номинации «Изделия сувенирного промысла». Жемчужина в ее коллекции иллюстраций – силуэтные композиции для сборника сказок Владимира Санги «Оболорго» («Детям»), изданного на семи языках в 2021 году. Участвовала в проекте «Близким тебе станет», в рамках которого проиллюстрировала сказку «Гуси-лебеди», переведенную на нивхский и уильтинский языки.