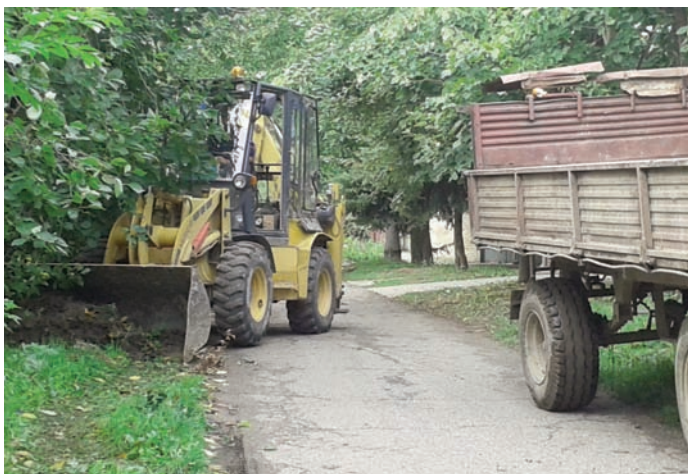


Fecske



A HELYI KÖZÖSSÉG HÍREI



Az általános kommunális tevékenységeink mellett közterületek, játszóterek, temetők karbantartása és kaszálása stb., más téren is sikerült az elmúlt időszakban elvégezni különböző munkálatokat. Többek között:

-több méternyi járda javítását végeztük el a Népfőrd és a Temető utcákban, valamint a Verbászi úton.

-folytattuk az útpadka nyesést és a föld elhordását, a Kis Ernő utcának a Vasút és a Nikola Gyurkovity utcák közti részén.

-kicseréltük a vízhálózat fővezetékének egy szakaszát a Tito Marsall utcában.

-elhárítottuk a közvilágításon keletkezett hibákat (kidőlt karó a Dózsa György utcában, elszakadt



vezeték a Proleter utcában stb., valamint rendszeresen történik az égők cseréje (lakossági bejelentés alapján amint összegyűlik 10-15 drb - kvóta a mester helyszíni kiszállásához).

-az elkövetkező időszakban újabb fekvőrendőrköt helyezünk ki településünkön, intézményeink köré és a veszélyes útszakaszokra.

-elvégeztük az esővíz elvezető rácsok javítását és pucolását a Dózsa György és a Proleter utcákban. Beszámolómat egy felhívás közzétételével fejezném és megkérné minden tisztelt lakosunkat, hogy szemétkihordás alkalmával a bácsfeketehegyi szeméttelre, a szemetet az arra kijelölt helyre tegye, ellenkező esetben anyagi károkat okoz fizikai és jogi személyeknek, szennyezi a környezetet.

GONDOLJUNK GYEREKEINKRE ÉS A JÖVŐNKRE!

Azok a személyek, akik nem tartják magukat ehhez, az illetékes szervek által fogantatosított eljárásban részesülnek.

Köszönjük az együttműködést!

J. A.

AZ IZIDA HÍREI

SPORT AZ IZIDÁSOKKAL!

Az elmúlt időszakban a média sokat foglalkozott a paraolimpiával. Tudjuk azt róla, hogy a paralimpiai játékok testi és értelmi fogyatékosok, sérültek számára rendezett nemzetközi sportversenyek az olimpiai játékok mintájára.

Na mi az Izida sportolói ha nem is a paraolimpián

helyezéssel ért haza. A mozgássérülteknek külön kategóriájuk volt, még a látássérültek is részt vettek a találkozókön. A paralimpikonok küzdenek azért, hogy úgy kezeljék őket, mint az ép olimpikonokat mi meg azért, hogy megmutassuk embertársainknak, hogy teljes életet szeretnénk élni ha egy kicsit



voltunk, azonban két találkozón vettünk részt a sport nevében. Nagybecskerekén a Kisolimpia megnevezésű találkozón és Belgrádban az Autista és a értelmi- és testi fogyatékos személyek világkupáján méretettük meg erőnket. Az egyenlő esélyek biztosítása érdekében a sportolóinkat különböző kategóriákba osztották be. Van aki éremmel, van aki gipszel tért haza a találkozóról. Egy első helyezést értünk el futásban a csapatunk pedig a második



másképpen mint az egészséges embertársaink.

A napközis foglalkozások minden nap meg vannak tartva az Izida épületében. Gyógypedagógus foglalkozik a felhasználókkal, hetente kétszer gyógytornász gyúrja a vállalkozókat. Külön műhelyen készülünk a XI. Záporka vers- és prózamondó találkozóra. A találkozót október 22-ére tervezzük melyre minden verskedvelőt várunk.

P.J.



KÖZÖSSÉGI HÍREK

Az oroszországi művelődési egyesület ünnepi fogadása

Szerdán, augusztus 24-én Kishegyes község Képviselő-testülete nagytermében ünnepélyes fogadásra került sor, a kostromi orosz társulat tiszteletére, akik szerbiai látogatásukat községünkben kezdték, a Putevi dobra elnevezésű



koncerttel. A község nevében Marko Lazić községi elnök, Szűgyi István KKT elnök és Ksenija Kustudić –Đukić községi tanácstag fogadta őket.

A községi fogadáson Marko Lazić és Ksenija Kustudić–Đukić fordult az orosz vendégekhez. Az orosz küldöttség nevében Tatjana Asafova szólalt fel. A vendégek a fogadáson megnézték egy községről szóló bemutatót, valamint rövid kulturális programot tekintettek meg, amelyen keresztül bemutattuk községünk multiethnikus kultúráját. Ajándékok és köszönőleveleket cseréltünk.

A községi fogadás után Szeghegyen került sor fogadásra a SZPE templomában.

Az esti órákban a teltházas bácsfeketehegyi Kultúrotthon orosz vendégeink bemutatták műsorukat, és reménykedünk a sikeres kulturális, sport és gazdasági együttműködésben.

Az orosz társulat látogatását a verbászi Udruženje Rusko-srpskog prijateljstva "Rod", a községbeli Udruženje Rusko-srpskog prijateljstva, a bácsfeketehegyi Kulturni centar "Car Dušan Silni", a Vállalkozók egyesülete és Kishegyes község szervezte.

Marko Lazić községi elnök, Szűgyi István KKT elnök, Kerekes Zoltán községi elnökhelyettes és Ksenija



Kustudić–Đukić községi tanácstag köszöntötte és fogadta az első osztályos tanulókat és szülőiket, valamint 3.000 dinárt ajándékozott minden elsőnek.

Ebben az iskolaévben a három általános iskolába összesen 107 első diák iratkozott be.

A helyi önkormányzat dolgozói cukorkával és üdítővel kedveskedtek a gyerekeknek.

ISKOLA elnevezésű akció- Megerősített ellenőrzés a közlekedési rendőrök részéről az iskolák környékén.

A gyermekek hatékonyabb védelme érdekében, az Iskola



elnevezésű akció keretein belül megerősítették a közlekedés ellenőrzését az iskolák környékén, valamint a gyermekek átkelőhelyen való áthaladásának biztonságát, a rendőrség és az önkormányzat együttműködésével.

Kishegyes község és az Ökumenikus humanitárius szervezet aláírta az együttműködési megállapodást

Kishegyes község és az Ökumenikus humanitárius szervezet szerdán, 2016. szeptember 14-én 11.00 órakor a község háza kis tanácstermében aláírta az együttműködési



megállapodást a Szerbiában belsőleg széttelepített személyek segítségnyújtása elnevezésű projekt végrehajtása érdekében. Kishegyes község nevében Marko Lazić községi elnök, az Ökumenikus humanitárius szervezet nevében pedig Slifka Gyenge Tilda, az Ökumenikus humanitárius szervezet igazgatója írta alá a megál-

lapodást.

A projekt célja a romák szociális inklúziójának és lakhatási feltételeinek javítása Kishegyes községben.

Az Ökumenikus humanitárius szervezet előzőleg megjelentette azon kishegyesi felhasználók névjegyzékét, akik segítséget kaptak a projekt keretein belül. Az összesen 18 romacsalád közül, akik jelentkeztek a nyilvános felhívásra, a bizottság 7 családot javasolt, akik segítséget kapnak építőanyag és szaktámogatás formájában a munkálatok tervezéséhez és kivitelezéséhez.

Kishegyesen idáig két tér létezett, a Vásártér és a kiszélesített Hegyalja utca, ami a Dombos Fest helyszíne. Ez a „kétterű” állapot most megváltozik, ugyanis a helyi közösség kezdeményezésére egy főter fog létesülni a színház előtti részen. Mohácsi Zoltán, a helyi közösség tanácsának elnöke arról számolt be lapunknak, hogy a

összeget a tartományi gazdasági titkárság biztosította pályázati úton. Mohácsi szerint a főter kiépítéséhez az első lépés megtétele volt a legfontosabb.

– Azon a véleményen vagyunk, hogy amit már megkezdtünk, azt könnyebb lesz folytatni. A kishegyesiek büszkéek lehetnek, hogy a falunak végre lesz egy központi tere. Remélem, hogy becsülni és óvni fogjuk, s nem lesz a rongálók áldozata – hangoztatta a tanácselnök.

A főter egy olyan színfoltja lesz a falunak, amit az áttutatók megcsodálhatnak, mondta Szűgyi István projektumfelelős.

– Most a projektum első fázisának kivitelezése kezdődött meg, és a térnek 30 százaléka fog elkészülni. Leginkább a színház bejáratát érinti, ez a rész sárga és szürke térkővel lesz kirakva. A kivitelező nagy hévvel vetette magát a munkára, az előkészítő földmunkálatokkal már nagyjából el is készült. A jövő héten már az alapozás fog indulni,



központi tér elképzelése a polgároknak fogalmazódott meg.

– Öröm számomra, hogy tanácselnökként arról számolhatok be, hogy ismét történik valami Kishegyesen. Az itt élőknél megfogalmazódott az, az igény, hogy egy központi térrel rendelkezzen a település. Egy olyan hellyel, ahol összejöhetnek az emberek, ahol vendégeket fogadhatunk és rendezvényeket szervezhetünk. Azt gondolom, hogy ezzel a térrel minden ilyen igénynek eleget fogunk tenni. A helyi közösség tanácsa az első körben megbízott egy céget, hogy készítse el a látványtervet, ami alapján Kishegyes község önkormányzata pályázni tudott. Már a tavalyi évben

nyertünk erre eszközöket, de különböző huzavona miatt csak a jelenlegi összetételű önkormányzat írta ki a közbeszerzést. Ezt egy újvidéki cég, az Omega Kft. építkezési vállalat nyerte meg. 45 nap áll a kivitelező rendelkezésére, hogy megvalósítsa ezt a beruházást – mondta el a tanácselnök, majd hozzáfűzte, hogy ez a 45 nap alatt a teljes projektumnak csak az első fázisa fog megvalósulni, aminek az értéke 2 millió 627 ezer dinár. Ezt az

majd térkövek lerakása lesz az utolsó munkafolyamat. Adódtak olyan apróbb műszaki gondok, amiket a tervező nem igazán vett számba, de ezeket vele közösen fogjuk megoldani – számolt be Szűgyi, majd arról is szólt, hogy a teljes projektum kivitelezését az önkormányzat önerőből nem tudja megoldani.

– Mindenképpen pályázati lehetőségekre várunk ezzel kapcsolatban. Azt hiszem, hogy a titkárság amire már egyszer adott pénzt, azt általában tovább szokta pénzelné. Nagyon elégedett lennék, ha a jövő évben a mostani összegnél egy kicsivel többet tudnánk nyerni pályázati úton. Az elegendő lenne arra, hogy elkészüljön a tér második harmada. Apró léptekkel, de belátható időn belül át szeretnénk adni ezt a teret a kishegyesieknek. Merem remélni, hogy nagy öröme lesz benne – fogalmazott a projektumfelelős.

Szakmai előadás Kishegyesen

A növényvédelmi Előrejelzési- Jelentési Regionális központ topolyai szolgálata megtartotta összejövetelét a gyümölcs- és szőlőtermelőkkel.

SPORT

LABDARÚGÁS

A Jadrán, szokásaihoz ellentétben az idén, kitűnő őszi idényt mutatott be az eddigi meccseken, győzött a Krivaja, Egység, Panónija, Csantavér, Bácska, Vinogradar, Obilić, és a szanádi Jadrán legyőzése mellett, döntetlent játszott a

Jadran Lider : Spartak 22:29, ami után a7. Helyen állnak, 2 ponttal.

TEKE

Megszületett az első győzelem Kikinda ellen október 16.-



Napredakkal, és vereséget szenvedett Sutjeskatól, Radničkitől, Bajstától, így a 4. helyen áll 25 ponttal +18-as gólaránnyal.

KÉZILABDA

A Jadram Lider az első szerb ligában szerepel az első mérkőzést nem játszották le a halász József ellen, a következő két meccs felemás eredménnyel fejeződtek be, Ravangrad: Jadran Lider 23:30

án, közben a megnyitón a Tikvara ellen döntetlent értek, el. A mieink kikaptak, Kanizsán, Verbászon, Újvidéken, Becsén, Prigrevicán.

Groman László 572 fával a forduló csapatában volt, a becei csapattól való vereség ellenére . Majd 576 fával Groman Laslo 1., 571 Koprivica Predrag 2., Prigrevica ellen is bekerültek a forduló csapatába.

Kikinda elleni győzelemhez, az elsőhöz, az új pályán, gratulálunk.

Szüret után van az idő

Szeptember az őszi hónapok közül az első amikor megkezdődik a határból és a zöldséges kertekből is a termények betakarítása, s azok feldolgozása, elrak-

tározása.

A szőlőskertekben is serényen igyekeztek leszüretelni a nap érlelte szőlőfürtöket, hogy minőséges jókedvet fakasztó borokat készítsenek a gömbölyded szemek levéből. A szüret velejárója a hálaadás, a vigadozás, a bálázás, s persze a birkapaprikás is, valamint a szüreti felvonulás, amelyet itt Bácsfeketehegyen ma-holnap fél évszázada szerveznek meg. Igaz, ez idő alatt jelentősen zsugorodott a szőlőültetvények területe, a régi felvonulások megfáradt néptáncosait is a gyermekeik, unokáik váltották fel, ám ez a szép szokás, amelyet néhai Sárközi Feri bácsi és lelkes kísérő csapata hívott életre 45 évvel ezelőtt, ma is nagy népszerűségnek örvend egyre fogyatkozó népünk körében. Mondhatni, hogy konok kun elszántsággal





ragaszkodunk a hagyományunkhoz és azt igyekszünk átmenteni a jövő nemzedékeink számára.

Az idősebb korosztályhoz tartozók - akik egykor szintén a szüreti felvonulók színes forgatagának a résztvevői voltak - ma is szívesen nézik meg a néptáncosok alkalmi műsorát településünk egyik-másik szőlősgazdájánál, vagy a pár megállóhely valame-



lyikén. Évek hosszú során kialakult szokássá vált, hogy a néptáncosok első állomása a piactéren van, majd ezt követően mennek a Lódi borászathoz, a Tomrecáj pékséghez, a Vajdaság utcában levő kerekesházhoz, Koncz Dezső szőlősgazdához, majd utolsó állomásként a kultúrotthon előtt adnak zenés- énekes-táncos műsort. Tavaly óta a parkban lévő nyitott, szabadtéri színpadon kerül sor a műsorok bemutatására.

Illendő megemlíteni, hogy szinte a kezdetek óta a fogatával minden évben jelen van Józsa Sándor (újabbban a fia is elkíséri) valamint Pál

István, viszont a felvonulás legfiatalabb lovas résztvevője Konc Dóra.

Sárközi István a Feketics M.E. közelmúltban megválasztott elnöke elmondta, hogy a háromnapos rendezvénysorozat péntek este a szerémségi, a bácskai és a bánáti művelődési egyesületek zenés-dalos

találkozójaival kezdődött.

Szombaton a szüreti felvonuláson a Feketics M.E. néptáncsoportjai és tamburazenekara mellett bemutatkozott a szabadkai Dalkötő leánykórus, valamint a Talentum Tehetséggondozó M.E. A parkban pedig aznap délelőtt kezdetét vette a birkapaprikás főző verseny, amely már évek óta szorosan kapcsolódik a szüreti napok programjához. Vasárnap a református Istentisztelet keretében Török Noémi népdalénekes Szüreti dallamok című előadását hallgathatták meg a jelenlévők.

Szukola Béla

A REFORMÁTUS EGYHÁZKÖZSÉG HÍREI

Augusztus 14-én, a vasárnap délelőtti istentisztelet keretében öt gyermek részesült a keresztség sákramentumában. Ilyen örömteli pillanatra még a „szebb időkben” is ritkán került sor. Hálát adunk Istennek,

istentiszteletet. Ezen az alkalmunkon jelen voltak a helybeli általános iskola tanárai és tanulói is Bojtos Béla igazgatóval az élen. Megtisztelt bennünket jelenlétével és alkalmi beszédet is mondott, Perpauer



hogy fogyatkozó közösségünkben és az elvándorlás korában, mégis tanúi lehetünk gyülekezetünk gyarapodásának.

Szeptember 11-én a szüreti napok zárórendezvényeként, istentiszteletünkön Török Noémi szüreti dallamokat adott elő.

Szeptember 18-án második alkalommal, hagyományteremtő szándékkal tartottunk tanévnyitó

Attila a Magyar Nemzeti Tanács oktatási bizottságának elnöke is. Másik jelenlevő vendégünk, dr. Kákonyi József a bácskai egyházmegye gondnoka volt. Közel háromszázan vettünk részt ezen a rendhagyó ünnepi istentiszteleten.

Orosz Attila
lelkipásztor-esperes



A VPR TANULMÁNYI NAPJA BÁCSEFEKETEHEGYEN

Szeptember 24-én tartotta tanulmányi napját és évi közgyűlését a Vajdasági Pax Romana római katolikus értelmiségi fórum. A korábbi évek gyakorlatához híven most is ökumenikus istentisztelettel kezdődött

címmel kitüntetett, kétszeres Kossuth-díjas és József Attila díjas magyar író és költő: „Kereszténynek lenni felelősség” című előadása. A délutáni előadó Ft. Mgr. Szakály József szabadkai kertvárosi



a tanulmányi nap, amelyen Ft. Paskó Csaba kelebiai plébános a VPR elnöke, valamint Orosz Attila helybeli református lelkipásztor – esperes végezték a szolgálatot.

A konferenciát megtisztelte jelenlétével, Pirityiné Szabó Judit, a Magyarország Miniszterelnöksége

plébános volt, aki „Gaude, Mater Hungariae” címmel tartotta meg előadását.

A VPR tanulmányi hétvégéjének keretén belül megnyílt egy vándorkiállítás is, ami Márton Áron(1896-1980) erdélyi római katolikus püspök életét és munkásságát mutatta be. A kiállítást Gaal



Nemzetpolitikai Államtitkárságának kapcsolattartási főosztályvezetője, aki rövid alkalmi beszédet is mondott.

Idén is neves előadókat hallhatott a közönség: Dr. Korzenszky Richárd OSB, a Tihanyi Apátság perjele: „Válságban az iskola?” címmel tartott érdekes előadást. Ezt követte Jókai Anna, a Nemzet Művésze

Gergely, a Márton Áron-emlékév Programbizottságának elnöke nyitotta meg és fel szólalt Csibi Krisztina, a Magyar Házának igazgatója is.

A tanulmányi hétvége a szokásos közgyűléssel és közös vacsorával zárult.

Orosz Attila

FÜSTÖLGÉS

Augusztus vége, szép napos délután. Élvez-
zük a nyárutó ajándékait: kellemes meleg az idő,
jókat lehet beszélgetni a teraszon, a gyerekek meg
vidáman játszanak az udvaron. Az idillt a faluban
nem éppen ritka esemény zavarja meg: Hirtelen
orrfacsaró füst árasztja el a környéket. Gyorsan
csukom az ablakokat és cipelem a házba a
száradófélben levő ruhákat.

Az őszi időszak közeledtével egyre többen
begyűjtják a kerti „füstgyárat”. Utánajártam, hogy
mi is történik ilyenkor.

Egy átlagos kerti tűz, melyben vegyesen égetünk
avart, fűnyesedéket és gallyakat, komoly légszen-
nyezést okoz. A nagy szennyezést elsősorban az vált-
ja ki, hogy alacsony a tűz hőmérséklete, így aminek
égni kellene nem ég el, vagy csak félig. Például a
növényi részekben lévő szén ugyan oxidálódik, de
csak részben, és szén-dioxid helyett mérgező szén-
monoxid keletkezik. De vegyük csak sorra, egy átlag-
os kupac (100 kg) elégetése során milyen anyagok
keletkeznek és azok milyen hatással vannak a
szervezetünkre :

Szén-monoxid: 5-7 kg (= 5-7 milliárd mikrogramm
– μ g)

Azonnali hatása: fejfájás, szédülés, émelygés, a látás-
és hallásképesség csökkenése.

Tartós hatása: a szívmot ellátó koszorúerek ker-
ingését csökkenti, elősegíti a koszorúér-
elmeszesedést, szűkíti a koszorúereket, növeli a szív-
infarktus kockázatát. Akadályozza a vér oxigénszál-
lító képességét.

Egészségügyi határértéke 10000 μ g/m³.

Szénhidrogének: 1,5-2 kg

Rákkeltők, mutagének, károsítják az immunrendszer-
t. Ha a születés körüli időszakban jutnak be a
szervezetbe, életre szólóan megváltoztathatják a hor-
monok termelését.

Nitrogén-oxidok: 20 g (= 20 millió μ g)

Izgatja a szemet és a légzőszervet. Belégzése
tüdővizenyőt okozhat, hatással lehet a vére, okozhat
methahemoglobin képződést. Egészségügyi
határértéke 200 μ g/m³.

Metil-etil-keeton: 3,6 g

Irritálja/izgatja a szemet és a légzőrendszert, hatása
lehet a központi idegrendszerre, toxikus hatása lehet
az emberi reprodukcióra.

Etil-benzol: 3,3 g

Irritálja/izgatja a szemet és a légzőrendszert, hatása
lehet a központi idegrendszerre, hatással lehet a
májra és vesére, rákkeltő, hatása lehet az emberi
reprodukcióra.

Sztirén: 6,8 g

Irritálja/izgatja a szemet és a légzőrendszert,
belégzése tüdővizenyőt okozhat, hatása lehet a
központi idegrendszerre, lehetséges emberi rákkeltő,
halláskárosodást okozhat, hatása lehet az emberi
reprodukcióra.

Fenol: 3,3 g

Az anyagnak hatása lehet a központi idegrendszerre,
szívre, a vesére, okozhat görcsöket, kómát,
szívműködési zavarokat, légzési elégtelenséget,
ájulást.

Dibenzo-furán: 0,45 g

Rákkeltő anyag, károsíthatja a hormonrendszert.
Születési és fejlődési rendellenességeket okozhat,
immunrendszert károsíthatja, a szervezetben felhal-
mozódik, nem bomlik le.

Benzopirén: 0,06 g (60 millió nanogrammm)

A benzopirén az egyik legveszélyesebb vegyület, a
WHO szerint az I. veszélyességi kategóriába tartozik,
egészségügyi határértéke 1 nanogrammm/m³. Az
anyag rákkeltő, valamint öröklődő genetikai
károsodást okozhat az emberi csírasejtekben.

**PM10 (10 mikrométernél kisebb levegőben lebegő
részecskék):** 3,3-4,9 kg (= 3,3-4,9 milliárd μ g)

Azonnali hatás: asztmás roham, légúti irritáció, szív
és érrendszeri zavarok.

Tartós hatás: rákkeltő, immunrendszer károsító, szív-
infarktus, agyérögörcs, tüdőgyulladás.

Egészségügyi határértéke 50 μ g/m³.

A fenti példában szereplő kupac avar elégetésével
annyi PM10 részecske jut a levegőbe, mely kb. 90
millió köbméter levegőt szennyez el az egészségügyi

határérték felett. Ez ma egy közepes település teljes légköre egy őszi estén.

Mi legyen akkor az avarral?

Ha nem akarjuk igénybe venni a faluban működő ingyenes avarszállítást, a legjobb megoldás a komposztálás. Valamennyi kerti hulladék és avar komposztálható. A folyamat során az elhalt növényi részeket mikroorganizmusok bontják le és alakítják át a szárazföldi élet nélkülözhetetlen anyagává, humusszá. A humusz hosszú távon tárolja és a növények számára könnyen felvehető formában

allergiásoké is hihetetlen gyorsasággal növekszik. Az okok között az egyik legjelentősebb a környezetszennyezés, amelynek minden nap ki vagyunk téve. A légszennyező anyagok között a műanyagok égéstermékei a legveszélyesebbek közé tartoznak.

Manapság szinte áttekinthetetlenül sokféle műanyagot használunk. Műanyag van a ruháinkban, a bútorainkban, a műszaki cikkeinkben, műanyaggal festjük, tapétázzuk falainkat, és műanyaggal csomagolunk. A műanyag zacskók, eldobható műanyag palackok képezik a háztartási hulladék legnagyobb részét. Az előállításukhoz sok energia és nyersanyag

szükséges, hogy azután körülbelül 20 percig használjuk őket, majd rögvést a szemétkbe dobjuk. A műanyagok hosszú idő alatt bomlanak le a természetben. Ha elégetjük őket, szennyezik a környezetet, és károsíthatják az egészségünket, pedig újrahasznosításuk sok esetben megoldott. A műanyagok általában kőolaj-származékokból készülnek, amelyekhez különféle – az emberi egészségre is káros – adalékanyagokat kevernek: lágyítószerkeket, antioxidánsokat, tűzálló anyagokat, fényvédőket, stabilizátorokat, hálósítókat, síkosítókat, a feldolgozást segítő és ütészállóságot javító anyagokat, égésgátlókat.

A műanyagok égésekor mérgező anyagok szabadulnak fel. Ezek egészségkárosodást, nagy koncentrációban akár azonnali halált is okozhatnak. Mindezek ellenére, sokszor érezzük az égő műanyagok jel-



adagolja azokat az ásványi anyagokat, melyek a növekedéshez szükségesek. De talán ennél is fontosabb, hogy a tömegének sokszorosát kitevő víz megkötésére, tárolására képes. A komposztálás során elkerüljük a hatalmas légszennyezést, értékes humuszhhoz, növényi trágyához jutunk. Komposztálni mindenki tud. Mindössze néhány négyzetméter árnyékos helyre és egy kis időre van szükségünk.

Az avarégetés mellett szeretnék még említést tenni a szemétegetésről, különös tekintettel a műanyagokra. A tüdőrák a daganatos halálozás vezető oka a gazdaságilag fejlett országokban, mellett az elmúlt 25 évben tízszeresére nőtt az asztmások száma, és az

legzetes, fanyar szagát.

Ha műanyagot égetünk, vagy a környezetünkben teszi ezt valaki, könnyen elszenvedhetjük a következő egészségkárosodások valamelyikét: daganatos megbetegedések, impotencia, magzatkárosodás, máj- és vesekárosodás, májrák, légzési elégtelenség, tüdőgyulladás, vesejt-károsodás, halál.

Akit részletesebben érdekelnek az egyes műanyagfajták égetésekor keletkező mérgező anyagok és azok egészségkárosító hatása, annak a Levegő Munkacsoport Ne égesd el! című kiadványát ajánlom, ami cikkem alapjául is szolgált.

Horkai Edit

GYŐZELEM

Ülök az ágyam szélén, kezem görcsösen markolja paplanom kiálló csücskét. Érzem, hogy testem minden idegszála megfeszül. Várok!!!. Most csend van, még az ébresztőórám sem ketyeg. Előző este elzártam mert nagyon idegesített. Úgy éreztem, mintha az agyamban egy időzített bomba kattogna. Először csak halkan, majd mind és mind hangosabban! – Ingerülten nyomtam el az óra elzáró gombját!

Nem zavarhatja semmi, szobám mély csendjét! A csendet, ami egyre hallhatóbbá válik. Hallom erősen és mind erősebben! – Fülelek! – Hallgatok,



hallgatódzom a csendben. A füleimben érzem a csend nyomását. Mintha a dobhártyám kiakarna szakadni! – Nem mozdulok! - Jobb lábam fáj úgy elzsibbadt, mert rajta ülök és elnyomtam, de még mindig meg sem moccanok. Vak sötét van a szobámban. A redőny résein sem szűrődik be fény. Az utcai világítás is szünetel. - Torkomban érzem az elfújtt gyertya füstjének kesernyés illatát!-

Még mindig semmi nesz. – Mi van a kutyával, hogy egész este el sem vakkantotta magát?! - Most jól esne hallani az ugatását! - Talán neki is a félelem vaskeze szorította el a torkát? – Félelem!?!.... Ez lenne az igazi félelem? – Ülök továbbra is mozdulatlanul, nesztelen. Tanácstalanul, nem tudom mi van velem?!.... Csak üresen bambulok bele a sötétségbe. Nehezemre esik még megmozdulni is, pedig jobb lábam már egyáltalán nem érzem. Egyre erősödő szűrő érzések jelzik, hogy nincs vérkeringés a lábamban.

Apró hortyogások térítenek kissé észhez. Máskor zavart, de most örülök, hogy hallom a

horkolását. Az, az érzés és tudat, hogy nem vagyok egyedül, megnyugtat. Izmaimban a görcs megenged. Továbbra is erősen hallgatódzok, figyelek és várok, de már nem olyan feszülten. Várom a már annyira beidegződött morajlást, a repülők zúgását, mely már negyven nap minden éjjel uralja idegeinket.

Tétlenül és tehetetlenül, beletörődve sorsunkba nekünk csak az maradt, hogy várakozunk. És ha a sötét éjszakában felhangzik a repülők bűgő moraja, kiszolgáltatottan azon reménykedhetünk, hogy minket talán nem ér találat. Mert jelentéktelen és lényegtelen, porszemnyi alanyai vagyunk a történelemnek és a világnak. – De mi lesz ha tévedés történik, ha célt tévesztenek ?...

A lábam már annyira sajog, hogy képtelen vagyok megmozdulni. Szeretnék felállni de jobb lábam összecsapkodik annyira elzsibbadt. Jajgatva, sziszegve masszírozok bele némi életet. Vacogva a kimerültségtől, a paplanom alá bújok, betakarva magam egész a fejem búbjáig. A félelem, a várakozás és a feszült hallgatódzás annyi energiát vett el tőlem, hogy úgy kimerültem mintha egész nap kubikoltam volna.

Talán ma már nem is zúgnak a vasmadarak, talán ma már vége lesz ennek a lidérces álomnak?!...

– Egyszer úgy is vége kell, hogy legyen, mert mindennek egyszer vége van, semmi sem tart örökké!.... Most érzem, hogy a

mulandóság is lehet jó dolog és áldom a Mindenhatót, hogy ezt is létrehozta. Ezekről a gondolatokról megnyugodva, elszenderedek.

Félálomból az ablaküveg rezgésére ébredek. Úgy riadok fel mint akibe a villám csapott bele, vagy mint akin az áram futott végig. Hiába meresztem szememet nem látok semmit. A sötétség ugyanolyan vakító mint azelőtt, mielőtt elszenderedtem. Most kutyák vonyítása és a már jól ismert morajlás hallatszik. Az éjjeliszekrényen ujjaimmal gyertya után matatok. A fellobbanó gyertyaláng fényében a bútorok félelmetes árnyalakot öltenek. Ijesztőek, szörnyekre hasonlítanak. De nem tudnak megijeszteni! Erősebb érzés lesz úrrá rajtam. A harag, a düh, a megvetés erőteljes érzése. Ezekről, egyik pillanatról a másikra elfásulok. Szinte megkövesedve, érzéstelenül ülök most már az ágyamon. – Én már tudom, hogy nem félek!....Győztem!!!

Hodák (Vajda) Judit

AKKOR GONDOLKOZZUNK...?

A VÁNDORLÁSRÓL

Először is induljunk ki abból a szóból, ami a latin eredete címszavunknak, a migráció. Tehát, ez a szó jelenti a vándorlást, költözést. Személy szerint, szeretek vándorolni, vagy inkább utazni, utazgatni, de a költözés már egy cseppet sincs az ínyemre (tudom önöket ez nem érdekli, de...). A szónak vannak hasonló formái immigráció bevándorlás, emigráció kivándorlás és a transzmigráció az átköltöztetés. Mondhatnánk, ha nagyon okosaknak akarnánk magunkat mutatni, hogy az immigránsok emigrációra készítették a hazai lakosságot, és így lettek transzmigránsok. Na, hogyan hangzott?

Azt tudjuk, hogy abban az időben (nem az átkosra gondoltam, hanem a bibliára, az Ótestamentumból) az emberek mindent jobban akartak tudni csinálni a Teremtőnél, így egy mindennél nagyobb építményt emeltek volna az Ő tiszteletére, de, hát ha már Mindenható, hogy nehogy őt állítólag átverjék, átlátott a szitán, hogy ez az öntömjénezés, és hatalom fitogtatás ne valósuljon meg, megkeverte az építők nyelvét. Az építmény, vagyis a Bábeli torony, ez miatt nem épült fel, ami kész is volt, az is összeomlott. Az építők megijedtek, majd a világ minden tájára szét-szaladtak. Közben, gondolkodva rájöttem, hogy a valóságban, nem is ezek voltak az első migránsok. Na, mit gondolnak? Elárulom! Ádám és Éva, bizony Ők. Mindenki tudja, hogy hiába voltak az első emberi teremtesek, de vétkeztek, aminek büntetése lett a Paradicsomból való kiűzetés, emigráció, plusz transzmigráció...

A Kárpátmedencében immigráns volt Árpád Atyánk is népestül, de ugyanez mondható el dicső kun elődjainkről is (hogy ne is beszéljünk a többi népről, de köztük a szerbekről és románokról is). Immigránsok régi, és új „szomszédjaink” is, de ez újak miatt sokan önkéntes emigránsokká is váltak, és ne is beszéljünk vidékünkön zajlott transzmigrációkról a mindkét világégés után, főleg a kilencvenes évek eseményeinek kísérőjeként népcserékről is.

Nem értem ezeket a mai népvándorlókat?

Pardon, azért mondom/írom így, mivel azok a nagyonszakemberek, akik a TV-ben mindent megmagyaráznak, még azt is amire nem vagyunk kíváncsiak, vagy amit a mi kis józan eszünkkel is tudunk

már, de az ő tolmácsolásukban sajnos meg sem értjük,(sic) na ezek nevezik ezt az eseményt modern népvándorlásnak. Megboldogult Gadafi, líbiai elnök is prófétáskodott arról, hogy az Izlám világ el fogja foglalni Európát egy kilőtt golyó nélkül, mi meg csak csaptunk egyet, hogy csak hadd mondja, most meg csak nézünk, mint a moziban, és nem hiszünk a szemünknek. Sajnos igaz,... az utánuk itt maradt szemét, mint kézzelfogható bizonyíték itt bűzlik utánuk, mert azok akik őket a nyakunkra willkommenozták, azok már evvel nem törődnek, mint Pilátus mossák kezüket.

Ez még semmi. Miután a minta, már megjött, a hívók (willkommenezők) kapcsoltak, meg rájöttek, hogy hát nem ilyent akartak, meg nem így, akkor hát osszuk már szét azokat, akik nem hozzánk, nekünk, valók.

Azt sem értem, hogy miért onnan jönnek ahol elegendő életterük van, alig vannak négyzetkilóméterenként 100, 44, esetleg csak 3,1 (a nem egész szám az statisztika, ami szintén megér egy misét), olyan helyekre ahol ez 395, 227 ez szám. Igaz ők azt hiszik, hogy itt minden fenékgig tejföl, mint otthon a férfiaknak nem kell dolgozni. A nők itt nincsenek lefedve, mármint az őslakosok, tehát tiszta svédasztal, „kínálják” magukat.

Ehhez csak azt tenném hozzá, hogy mi a mi időszámításunk szerint „már” kétezer valahányat írunk, Ők pedig csak 622-vel kevesebbet. Na majd ha utolérnek bennünket, akkor erről beszélgethetünk, mert addig a téma nem aktuális. Többnyire, mint minden más témában, itt is a kisemberek sorsáról van szó, amire sokan csak azt mondják, hogy hagyj, csak rosszabb ne legyen. Mint minden, így erre is alkalmazható a Murphy törvénye, de azért vannak olyan politikusok is, akik törődnének népükkel is (még ha csak becsvágyból, az is valami).

Akkor gondolkozzunk, mivel segíts magadon, Isten is megsegít.

Bíró Csaba

GONDOLATOK

Akarsz-e meggyógyulni?

János evangélista szavaival kezdem írásomat a bácsfeketehegyi Fecske falu- és havilap 2016. októberi számába, annak a reményében, hogy papírra vetett gondolataim ebben az összekavarodott világunkban némi kapaszkodót jelentenek olvasói, és írója számára is. Bizonyára nem fogok belebonyolódni a sokak számára jól ismert bibliai történet magyarázatába, hiszen a Jézus szavában hívő beteg ember csodás gyógyulása önmagáért beszél.

Beismerjük, vagy sem életünk folyamán bizony sok mindennel nem vagyunk elégedettek. Sok mindent másként szeretnénk megélni, hiszen minden ember a szebbre és a jobbra vágyik. A másmilyen élet iránti vágy megnyilatkozása korfüggő, hiszen általában másmilyen vágyaik vannak a gyermekeknek, a fiatal- és felnőtt korúaknak, és természetesen mindazoknak akiknek megadatott, hogy megélik az időskor szépségeit és a velejáró gondokat.

Nem egyszerű megtalálni az egyensúlyt, és a lehető legjobb megoldást amely átsegít bennünket az élet során eléánk kerülő feladatokon, megoldandó gondokon. Megoldást pedig találnunk kell rájuk, hiszen a helyben topogás és a bizonytalanság állapota, a remény hiánya, elkeserítő helyzetbe tud bárkit taszítani.

Úgy gondolom, és rendületlenül hiszek és bízok abban, hogy a dolgok nem véletlenül történnek

az életünkben, és a körülöttünk zajló világban. Mindennek rendeltetése van, a jónak és a rossznak is, és elsősorban rajtunk múlik miként éljük meg azokat.

Nem először írok a Fecske olvasóinak arról, hogy a minden tekintetben értelmezhető meggyógyulásunk alapvető feltétele a Teremtőnk iránti feltétel nélküli bizodalmonkon múlik. A Megváltónk jóakarátának befogadása és annak továbbadása a megoldás kulcsa amely átsegít bennünket egyénileg, családirag és közösségileg a mindenkorai gondjainkon.

Akarnunk kell befogadni a jót, és lehetőségeink korlátai között tovább kell adnunk azt a jó szándékot ami erősít bennünket, és másokat is körülöttünk. Csak a jócselekedet gyakorlása tudja kedvező irányba terelni dolgainkat.

Nem lehet igaz az, hogy számtalan nép közismert szállóigéje, nevezetesen a "dögöljön meg a szomszéd tehene is" című történet volna a járható út amely igaz örömmel tölthet el bárkit is körülöttünk.

Nem lehetünk boldogok, ha boldogtalan szomszédok között élünk. Ezzel párhuzamosan természetesen az is igaz, hogy gyarló emberi mivoltunkból kiindulva egyedül nem tudjuk megváltani sem a világot, sem a körülöttünk és a velünk élő embertársaink életét.

Mindenkinek önmaga felelősége, hogy akar-e meggyógyulni. Tud-e hinni abban, hogy tennie kell a gyógyulása érdekében. Nem lehet csak másoktól várni - elvárni, hogy tegyenek már valamit a gondjaink elmulasztásáért. Ez nem így működik. Csak azon lehet segíteni akiben megvan az akarat a gyógyulásra.

Írásom elején megfogadtam, hogy nem bonyolódok bele a bibliai történet magyarázatába (János Evangéliuma 5:1-14), hiszen az önmagáért beszél, csak azt szeretném újra, és újra elmondani, hogy ha bízunk Teremtőnk mindannyiunk iránti mérhetetlen szeretetében, és teszünk is azért, hogy továbbadjuk a jót, akkor van esélyünk a bármilyen szintű gyógyulásra - gyógyulásunkra.

Mint a gyógyulás ígértét hordozó Bethesda tavánál Jézus szavában megbízó magatehetetlen állapotban levő embertársunk, egyénileg és közösségileg mi is vegyük fel ágyunkat, járjunk, és többé ne vétkezzünk, hogy valami nagyobb rossz ne történjen velünk.

Akarjunk meggyógyulni,



hiszen ezt tették a nekünk 1785-ben Feketehegy pusztán szülőföldet választó és teremő hitvalló őseink is, és ezt fogják tenni bácsfeketehegyi magyar közösségünk utánunk jövő nemzedékei is az idők végezetéig.

Művelődési életünkről

Nem mondok újat, de mindezek ellenére újra leírom, hogy örül a lelkem annak amikor tapasztalom a bácsfeketehegyi művelődési életünk újbóli fellendülését és gyarapodásának egymást követő állomásait.

Sárközi Istvánnal az élen fiatal, tenni akaró és összetartó csapat vette át Egyesületünk vezetését. Bővült, és folyamatosan bővül a tevékenység, látványosan gyarapodik az egyesületi munkához kötődő gyermekek és tenni akaró fiatalok és felnőttek létszáma. Más velünk élők ezal nem zavarva, újra

értékelni az elmúlóban levő év számtalan művelődési eseményét, hiszen ezt megfogják tenni azok szervezői, megálmodói és megvalósítói.

Mivel bácsfeketehegyi Feketics Művelődési egyesületnek közel huszonkét éven át voltam elnök, és mint jelenlegi tiszteletbeli elnök, úgy gondolom, hogy a Fecske olvasóinak, és sokan másoknak is elmondhatom, hogy lehetőségeinkhez mérten segítjük ezt a sok gyermeket, fiatalot és felnőttét összetartó, értelmes és közösségi erőket növelő célokat megvalósító fiatal, tenni akaró csapatot.

Nem könnyű ebben a mai pénztelen és jóra nehezen formálható világban olyan eredményt felmutatni amely tetszik, és hasznára válik fogyatkozó bácsfeketehegyi magyar közösségünknek.

Mindaz amit ők tesznek, és mindaz amit mink teszünk mindannyiunk megmaradását és gyarapodását segíti és szolgálja. Látogassuk továbbra is művelődési rendezvényeinket és eseményeinket.



és újra belakjuk a teret amely bennünket illet ebben a közösségben.

Emlékeztet, sok embert megmozgató és sokakban szép emléket hagyó esemény volt idén például a 45. Bácsfeketehegyi Szüreti Napok eseménysorozata, és reményeink szerint hasonlóképpen a december 17-én a színháztermünkben bemutatásra kerülő karácsonyi műsorunk is igen magasra fogja tenni a képzeletbeli léceket.

Nem tisztem felsorolni, megörökíteni és

Önmagunkat, gyermekeinket és unokáinkat biztassuk a közösségi munka szeretetére és művelésére.

Bízzunk sorsunk jobbra fordulásában, és tegyük is ennek megvalósulásáért. Tegyük meg mindazt amit megtehetünk közösségünk megújulásáért és erősítéséért, hiszen így remélhetjük hogy őseink példáját követve értelmes életet élhetünk, és adhatunk át az utánunk jövő, szülőföldünket benépesítő magyar nemzedékeknek.

Pál Károly

Egyedi Károly **A FALU**

(...) Egy alkalommal a Donnál a zászlóaljunk tartalékban volt és a folyó mentén dekkoltunk, semmilyen parancsot nem kaptunk. A vezetőség tudott arról, hogy jön egy német alakulat amely át akar törni a folyó túlsó partjára. Addig az még senkinek sem sikerült, sőt a háború végéig sem.

Valóban, a hátunk mögül odaszivárogtak, magukkal hozták a gumicsónakokat. Lehetek ötszázan, csupa SS ki vagyok, mi vagyok géppisztolyokkal felszerelve és kézigránátok voltak a csizmájukban. Felfuvalkodott őrnagy volt a vezetőjük. A tisztjeink próbálták megmagyarázni nekik, hogy odaát az oroszok többségben vannak, és jó a felszerelésük is." Á, mit tudnak maguk a mi alakulatunkról, fél óra múlva a Don másik oldalán fogunk vizelni" - pávaskodott az őrnagyuk.

A katonái is úgy viselkedtek, mintha ott sem lennének. Amikor minden taguk ott volt és két Messersmit vadász ott keringett, - amivel szintén leleplezték a

jelenlétüket - beindult az előkészülési aknatűz s ezzel egyidőben a csónakosok vízbe eresztése is. Egymás után tíz s ezt követően még tíz csónak tele katonával. Ahogy közeledtek a túlsó parthoz, úgy halkult az aknatűz. Amikor majdnem a partra értek rájuk zúdultak az orosz géppisztolyosok.

Az alezredesünk odakiabált: " Kapcsold be a rádiót és az ezrednek add le, hogy kezdjék el a mosogatást!" Így megindult a svábok mentése, mi a baloldaltól, a gyöngyösi zászlóalj a jobb oldalról s mint halakat a hálóba, úgy szedték össze a német és az orosz fiúkat is fokságba. Az oroszokat a mieink hátrakísérték. Lehetek vagy kétszázan. Nyomban kötözni kezdték a sebesülteket, németet, orosz, magyart...

...Akkor este megindultunk vissza a faluba...

(Mićić Egyedi Márta szerkesztésében)

Fehér vagy barna kenyér?

A búzaszem tökéletes alkotás, amíg az ember hozzá nem nyúl, nem manipulálja. Táplálékként eszményi összetevői vannak: 82%-át a fehér liszttest alkotja (keményítő és cukor), míg a búzahéjban és a csírában rejtőzködő 18%-ot az orvos-kutató dr. Werner Kollath által „vitálanyagok”-nak nevezett rész képezi. Ez a 18% az élet fenntartója, s együttesen a fehér liszttesttel ez adja a tökéletes emberi táplálék példaképét. Ehhez alkalmazkodtak mind belső szerveink, mind testünk egésze évezredek óta, amíg fel nem borítottuk a rendet a malomipar korszerűsítésekor, a XIX. század első felében, száműzve azt az életszükségletet hordozó 18 százaléket. A nyugati világ észbe kapott már az 1960-as években, ami a mai egészségmutatókból, az elhalálozási okokból, betegségstatisztikákból is kiviláglik. Röviden szólva: az emberek ott egészségesebbek, tovább élnek, azaz az életüket születésüktől az elmúlásig összehasonlíthatatlanul jobban és teljesebben élik, mint mi. Természetesen kenyér mellett sok egyéb is szerepel a kedvezőbb életstílusban. De ezúttal koncentráljunk mindennapi betevő falatunkra, a kenyereinkre!

Rostok nélkül nem megy

Kezdeném a cellulóz- és pektintartalmú rostanyagokkal, melyeket a búzaszemről malmaink hengerei választanak le a fehér liszt nyérésekor.

Eltávolítják mindkettőt gyökeresen, pedig az érfalak védelmében kulcsszerepük van, hasonlatosan ugyanis a szivacshoz, lekötik az erek meszesedését okozó koleszterin jó részét, akadályozva tömeges fel szívódását ereinkbe. A rostok összedolgoznak, szövetkeznek a C-, E- és A- vitaminnal, melyek más módon, antioxidáns hatásukkal semlegesítik a többletkoleszterint. Jórészt, azaz 50%-ban ettől a csapatmunkától függ életünk hossza, minősége. Lényegében olyannyi százalékban, amennyiben a szív- és érbetegségek vidékünkön vezető haláloknak számítanak. Számokban ez azt jelenti: minden második ember halálát közvetlenül a 40–45 évesen megkezdődött érlemeszedés okozza. De ez csak a jéghegy csúcsa. Hibázunk abban is, ahogyan az antioxidánsokkal bánunk. Bár az említett A-, E-, C-vitamin tárházai, a salátafélék fogyasztása feltörőben van vidékünkön, még mindig másodlagosnak, mellékesnek számítanak étrendünkben. Példaképpen: ritka vidékünkön az olyan étterem, ahol egy csipetnyi salátánál többet kapunk. Pedig (egyebek mellett) az ő feladatuk lenne kialakítani az egészséges étrend mintáját. A rostok emellett bizonyos mértékig gátolják az elhízást, megakadályozzák a zsírok és a cukor gyors felszívódását, akadályozzák a cukorbetegség kialakulását, laktatóbbak, hiszen később

jelentkezik az újbóli éhségérzet, elősegítik a bélműködést, természetes gyógyszerei korunk népbetegségének, a székrekedésnek.

Mentsük meg a férfiakat!

Anyaországunkban alakult egy női szervezet, „Mentsük meg a férfiakat!” jelszóval. Egyik feladatukként a házilag készített barna kenyér rendszeres elkészítését jelölték ki. Kenyérsütő géppel, sőt házi-malommal is „felfegyverkeztek” a gondos asszonyok férjük egészségének megőrzése érdekében, elhatárolva magukat a péküzletek esetleges hamisítványaitól. Megengedem, kissé reklámszaga van mindennek, de – higgyenek nekem – nem célozom ezeket a gépeket konyhánk polcaira varázsolni. Létezik egy komoly tudományos háttér: egy mérvadónak számító, óriási tanulmány ugyanis nemrég zárult, amely kimutatásaival semlegesíti ezt a benyomást. A vastagbél-

rák és a teljes kiőrlésű gabona bevitele

között kerestek összefüggést a

kutatók. 500 000 önkéntes (300

000 férfi, 200 000 nő) szemé-

lynél 5 éven keresztül

figyelték a táplálkozás és

a rákos megbetegedés

összefüggéseit. Az első

csoport teljes kiőrlésű

élelmet fogyasztott.

Teljes kiőrlésű

tápláléknak számítottak a kész gabonapely-

hek, magas rosttar-

talmú pelyhek, más ros-

tos gabonafélék, teljes

kiőrlésű gabonából

készült kenyér vagy zsem-

le, főtt zabkása vagy dara és

pattogatott kukorica. A másik

csoport főleg finomlisztből

készült termékeket, süteményeket és

chipset tartotta előnyösebbnek. Az ered-

mények megerősítették a korábbi vizsgálatokat, ame-

lyek szintén kimutatták a teljes kiőrlésű gabonafélék

védő hatását a vastag- és végbélrákkal szemben a fér-

fiaknál. A heti négy és több adag már védő hatásúnak

bizonyult, a kockázatsökkenés 34 százalékot tett ki.

Nem lehet ezt az eredményt csak a rostok javára írni,

szerepe van más, a dr. Kollath által meghatározott

vitálanyagoknak (mai szóhasználatul vitaminoknak

és nyomelemeknek) is. Nem tisztázott még, mi a

pontos helyzet a szebbik nemnél, várjuk az újabb

híradásokat.

Vitaminok és nyomelemek

Visszatérve a vitálanyagokra, nyugodt lélekkel

megállapítható, hogy nemzedékünk és lakosságunk

vitálanyaghiányban szenved. Mit jelent ez?

Szervezetünket mindennap arra kényszerítjük a fehér

lisztből készült termékek fogyasztásával, hogy a kenyér helyett máshonnan, például a gyümölcsből, zöldségből, salátákból, magvakból kísérelje meg pótlását, illetve kinyerését a napi B1-, B2-, B3-, B6-, E- és A-vitaminnak, az ásványi anyagok közül pedig a magnéziumnak, káliumnak, kalciumnak, foszfornak, cinknek, szelénnek és az elprédált aminosavaknak. Összességében elmondható, hogy a gabonafélék korpa- és csírárszének eltávolítása során a létfontosságú vitaminok és ásványok 70–90 %-a odavész. A rostokról már beszéltünk. Szervezetünk hosszú időn át képtelen az felsorolt vitálanyagok pótlására, egyszerűen a modern gyorsétkezés és a kegyetlen élettempó ezt nem teszi lehetővé. Az eredmény pedig kitűnik a látottakból, hallottakból, a szomorú statisztikai adatokból: felnövő fiataljainknak egyre gyengébb a terhel-

hetőségük, mind többen panaszkodnak idegi

és mentális zavarokra, fiatalkori

emésztési betegségekre, gerincfer-

dülésre. Ehhez csatlakoznak a társ-

betegségek 40–50 éves korban: a

cukorbetegség, az elhízás, az

érelmeszesedés és a hipertónia

minden ismert

következményével.

A barna kenyérnek – a poli-

tikusok nyelvén szólva –

egészségünk megőrzésében

nincs alternatívája. A modern

orvostudomány bebizonyí-

totta Hippokratész és dr.

Werner Kollath elveit, hogy az

ételeink a jövőben gyógyszerek

is lesznek, azoknak kell lenniük,

s a kenyér itt az élmezőnyben van.

A fejlett nyugati világ már elfogadta,

évtizedek óta alkalmazza ezt az új

szempontot, tudva, hogy a helytelen

táplálkozás és az életmód minden betegségnek,

elsősorban a szív- és érbetegségeknek a melegegya.

Vagy váltunk és erre neveljük gyermekeinket is, vagy

tovább őrizzük a legbetegesebb országok közötti dic-

stelen helyezést. A félreértés elkerülése végett: nem

tilos a fehér pékkészítmények használata. De

táplálkozásunk középpontjába helyezzük a barna

(integrális) kenyeret, a Graham-féle süteményeket!

Nem célozom az otthoni kenyérsütés népszerűsítése,

bár meggondolandó: a befektetés gyorsan megtérül,

hiszen a kisült kenyér ára nemigen több a búza

áránál. A péküzemek azonban gyorsan és sikeresen

átállhatnak, ha keresettje volna az igazi barnának.

Keressük, kérjük egészségünk megőrzése, javítása

érdekében!

Dr. Kerekes József, az intenzív terápia ny. főorvosa



RÉGI FÉNYKÉPEK A FEKETICSI LAKOSOK ÉLETÉBŐL



A Nagymalom 1905-ben épült. Számos tulajdonosa volt. Welker Keresztély, Bentinger N., Ubornyai János, Sárosi József és fiai, Zuschlag és Gutwein, a II. világháború után államosították. 2012-ben lebontották.

A Nagymalomban gabonaőrlésen kívül felhasználták a meleg vizét gőzfürdő üzemeltetésére valamint a malomgép tengelyére rákapcsolták a cséplőgép meghajtó kerekét. Így főleg a kisgazdák által behordott gabonaosztajait csépték ki.

Fénykép a cséplésről Brindza Károly Topolya és környéke malomipara : két és fél évszázados hagyomány című könyvében jelent meg. Kár, hogy az eredeti kép elveszett, ahol még szebben látszanának a részletek. /Könyvet Török Mihály kölcsönözte/.



Egy 60 éves kedves emlék. Már csak az idősebb korosztály emlékezhet arra milyen nagy izgalomba hozták a medvetáncoltatók érkezésükkel annak idején a feketicsi gyermekeket. A hír hallatán azonnal trappoltak ki a vásártérre akármilyen messze is voltak, még hogy véletlenül se mulasszák el ezt az óriási szenzációt.

A fényképen Nagy István, Kasza Sándor, Őriné Csordás Livia, Kollár Péter. Fényképet Kasza Sándor a Facebook-on is bemutatta.

FECSKE TOLL

ÚJRA

Lehetsz vesztes, vagy győztes,
elveszítheted régi lényedet,
de új élet születése éppen
most változtatja meg az életed.

Lehetsz boldogtalan és boldog,
a múlt fátyolán kísért örökösen,
ám a jelen csodák csodájára,
bővelkedik megannyi örömben.

Leállhat egy szív dobogása,
megszűnik az élet valakinek.
A csoda számomra azonban megtörtént újra,
egy piciny emberke érkezése ad értelmet.

Bácsi (Vajda) Sára

Jobb félni?

Jobb félni, mint megijedni?
És még te akarsz engem ki-
nevetni.

Az egész életemet félelemben
éltem,
Meváltást, megmentőt nem is
reméltem.

Mit vársz tőlem, harcoljak?
A halállal szemben dacoljak?
Ne nevetess, nem jó félni!
Úgy lefeküdni s reggel úgy
kelni,

Hogy tudod, közel a vég.
Nincs erőd köpni, nyelni.

Inkább megijedek,
Mintsem rettegek,
Ahogy a falat kaparják a
szellemek.

Régi emberek,
Régi hibák mik bántanak,
Magukkal rántanak,
Fájnak sajognak a sebek.

Ha tehetem inkább megijedek.
Mindennap egyedül kelve,
Mintha velem nem lenne
Istennek terve.

Vacogok, pedig nem fázok,

Kiráz a hideg, pedig nem ázok.
Tetővel a fejem fölött is hálát-
lan vagyok,

Úgy szeretnék élni mint a
nagyok.

Jöhet felém bármi,
Nem fogok hátrálni
Mindennel szembe tudok állni.
Mindig nagyobbra tudok vágy-
ni.

A haláltól viszont félek.
Megremegnek lábaim ha bele-
gondolok,

Hány száz, hány ezer
Olyan dolog,
Mint ezek a sorok,
Amik befejezetlenek,

Mert a homokóra pereg.
Gyermekfejjel is nagyot
nyelek,
Mert a haláltól,

A haláltól megijedek.

T.T.

ANYAKÖNYVI HÍREK

Újszülöttek

Szukola Béla és Szukola Laura kislányuk

Szukola Lara Kitty

Dragan Basara és Sanja Dančo kislányuk

Kristina Basara

Zoran Labus és Faragó Adrienn kisfiuk

Nikola Labus

Simonyi Dénes és Simonyi Gabriella kislányuk

Simonyi Borbála

Jágics László és Dudás Aranka kislányuk

Jágics Katalin

Toržić Janko és Rajić Toržić Ivana kisfiuk

Toržić Janko

Dejan Prnjat és Bernadeta Prnjat kisfiuk

Ilija Prnjat

Nagy Ármin és Nagy Gombos Marika Manuella
kisfiuk **Nagy Dominik**



Elhunytak

Szilágyi Erzsébet (Böbe néni)
szül. Szakács Erzsébet
szeptember 5, 87 évében

Id. Dobai Sándor
szeptember 26, 63 évében

Búzás Julianna
október 8, 66 évében

Szilágyi József
október 11, 57 évében



Az anyakönyvi hírek adatait a helyi orvosi rendelőből, az anyakönyvvezetői irodából, valamint a "Tiho" temetkezési vállalatától kaptuk.

Fecske. Kiadja a Zöld Dombok környezet- és közösségfejlesztési szervezet, Bácsfeketehegy, JNA 24. Tel/fax: 024/739-063.

E-mail: feketicsifecske@gmail.com Folyószám: 310-8659-38. www.feketics.com

Tördelés: Bácsi Róbert. Munkatársak voltak: Bácsi (Vajda) Sára, Bíró Csaba, Bojtos Béla, Bertók Z. Tatjana, Benedek Miklós, Hajvert Lódi Andrea, Hodák (Vajda) Judit, Dr. Kerekes József, Kórizs József, Kormos Ludrován Natália, Nagy Erzsébet, Nagy Sára, Orosz Attila, Papp Julianna, Pál Károly, Brezovszki Andrea, Szukola Béla, Szarka Zsófia, Juhász Attila, Verbászi Hajnalka. Készült Bácsfeketehegyen a P.S. Print & Design nyomdában 2016. október.

СР – Каталогизација у публикацији
Библиотека Матпе српске. Нови Сад
659.3 (497.113)

FECSKE: bacsifeketehegyi havi lap / szerkesztő Bácsi Róbert.
- 1. évf., sz. (2004) - Bácsfeketehegy: Zöld Dombok környezet- és
közösségfejlesztési szervezet, 2004. - Illusz.: 30 cm

Mesečno.

ISSN 2217-3706

COBISS.SR-ID 201634567

