

Fecske



A XXI. BÁCSFEKETEHEGYI FALUNAP ÉS A XXII. BÁCSFEKETEHEGYI MEGGYNAPOK PROGRAMJA

2025. június 6.7.8.
(péntek, szombat, vasárnap)

munkáiból, Gazdakör fotópályázatára beérkezett
képekből illetve az Izida Anya és Gyermekvédelmi
Egyesület tagjainak munkáiból
a Kultúrotthon teraszán

Péntek, 2025. június 6.

9.00
Óvodások karneváli sétája

18.00
Léphaft Pál karikatúra kiállításának megnyitója



17.30
A Szakkör program
a Gazdakör bácsfeketehegyi Mezőgazdászok
Egyesülete „Meggyvirágzás - Kattints a
Tavasza” című fotópályázatának
és az „Izida” Anya és Gyermekvédelmi Egyesület-
Színvarázs kiállításai

Bemutató a Bácsfeketehegy Magyar Művelődési és
Helytörténeti Egyesület szakköreinek készült

a Kultúrotthon emeleti nagytermében

18.30
Magyar nyelvű kultúrműsor
A Bácsfeketehegy Magyar Művelődési és
Helytörténeti Egyesület szakosztályainak tanévzáró
gálaestje a Színházteremben

Szombat, 2025. június 7.

Egész nap:

BÁCSFEKETEHEGY ÉS A MEGGY

- meggy, méz és helyi termékbemutató, kézimunka-
kiállítás, képzőművészeti és irodalmi versenypá-
lyázatok megtekintése „Az én falum és a meggy” a
Kultúrotthon teraszán

Részrtvevők: Hestia Nők Egyesülete, Török
méhészet, Horkai gyümölcsfeldolgozó, Fekete
Pincészet, Nikola Đurković Á.I., Pán Péter
Iskoláskor E.I.

Kirakodóvásár és egyéb szórakozási lehetőségek
A Gazdakör Mezőgazdászok Egyesülete, a civil szer-
vezetek, vállalkozók és a községi idegenforgalmi
szervezet bemutatkozása (jelentkezni Erdélyi
Róbertnél / 060-4738-626)

9.00

A XXI. BÁCSFEKETEHEGYI FALUNAP ÉS A XXII. BÁCSFEKETEHEGYI MEGGYNAPOK MEGNYITÓJA

A rendezvényt Bojtos Béla a Bácsfeketehegy Helyi
Közösség Tanácselnöke nyitja meg.

A Bácsfeketehegy Helyi Közösség képzőművészeti,
irodalmi és a „A falu legszebb háztájéka”
elnevezésű pályázatok eredményhirdetése a nyári
színpadon.

9.00-18.00

Hagyományos teke torna
a „Jadran” Teke klub szervezésében
a teke pályán

10.00

Hagyományos tenisz torna
a „Jadran” Teke klub és a Községi Vállalkozók
Egyesületének szervezésében
a Pipacsnál lévő tenispályán

9.30 – 17.00

Marhapaprikás főző verseny a nyári színpad körül
A szervezők 3500 dináros nevezési díj fejében csa-
patonként, 3 kg marhahúst, 3 db kenyeret, tüzelőt,
hangulatos környezetet, valamint minden csapatnak
nyereményt biztosítanak.

Jelentkezni:

Juhász Árpád – 069 55 65 626

Radoslav Stojnović - 063 422 525

Jelentkezési határidő: 2025. június 5. (csütörtök)

10.00 - 13.00

Falunapi ingyenes lángos és meggybólé kóstolója a
nyári színpad előtti téren

18.00

Ünnepi köszöntő és kétnyelvű művelődési műsor a
nyári színpadon

Fellépnek: a BMMHE tagjai, Pán Péter Iskoláskor
E.I., Nikola Đurković Á.I. KK „Dušan Car Silni”

20.30 - 24.00

Zenés utcabál a Nyári színpad előtt
Előadó: ADY

22.00

Tűzijáték

Vasárnap, 2025. június 8.

9.30

Ünnepi Istentisztelet a bácsfeketehegyi Református
templomban

10.00

III. Falunapi Birkózó torna Bácsfeketehegy
a Kishegyes Birkózó Sportegyesület szervezésében a
Sportcsarnokban

19.00

Előadás szerb nyelven a színházteremben
Krađa svađa itd.
a bácspalánkai kultúrközpont előadásában

Szeretettel várunk minden érdeklődőt ren-
dezvényünkre!

Szervezők:

Bácsfeketehegy Helyi Közösség Tanácsa, Bács-
feketehegy Magyar Művelődési és Helytörténeti
Egyesület (BMMHE), „Jadran” teke klub Bács-
feketehegy, Gazdakör mezőgazdászok egyesülete
Bácsfeketehegy, Községi Vállalkozók Egyesülete
Kishegyes, Zöld Dombok Környezet- és Közösség-
fejlesztési Szervezet Bácsfeketehegy

*A szervezők fenntartják a programváltoztatás jogát!
A rendezvény szervezője nem tartozik felelősséggel
harmadik személyek, vagyis a rendezvényen
részrtvevők és a vendégek viselkedéséért és tetteiért.*

A HELYI KÖZÖSSÉG HÍREI

- a KV kommunál Kishegyes vállalattal karöltve továbbra is nagy hangsúlyt fektetünk településünk zöld területeinek karbantartására, ami az idei csapadék dús időjárásnak köszönhetően, igen komoly feladatnak minősül, tekintettel arra, hogy a többi kommunális tevékenységet is rendszeresen el kell végezni.

- az EPS topolyai részlegének közreműködésével megtörtént az elektromos vezetékekből a gallyak kivágása a következő utcákban, szakaszokon: Titó Marsall, Bolmán és a Kis Ernő

- átmeneti megoldásként, 3 tonna hidegaszfaltot vásárolt a Helyi Közösség Bácsfeketehegy, mellyel azokon a lokációkon igyekeztünk a kátyukat feltölteni, ahol már szinte lehetetlen volt járművel elhaladni, közlekedni. Bízunk benne, hogy az elkövetkező időszakban az Önkormányzatunknak sikerül eredményesen pályázni a településünk utcáinak az újra aszfaltozására

- a Tartományi Oktatási Jogalkotási Közigazgatási és Nemzeti Kisebbségi –Nemzeti Közösségi Titkárság által kiírt pályázaton pozitív elbírálásban részesült a beadványunk, intézményt jelző, információs fatábla kihelyezése

- az előbbi évekhez hasonlóan, így az idén is, a „Gazdakör” Mezőgazdászok Egyesülete, Önkormányzatunk mezőgazdasági osztálya, a Bácsfeketehegy Helyi közösség és a helybeli földművesek közös összefogással, megszervezték és elvégezték a határutak rendezését. Köszönjük szépen minden résztvevőnek a pozitív hozzáállást, a kitartó, embert és gépet egyaránt nem kímélő munkát, valamint azoknak is, akik a részvételi szándékuk ellenére, egyéb elfoglaltságukból kifolyólag nem tudtak részt venni az akcióban. A munka akciót egy vacsorával egybekötött társalgás követte, melynek keretein belül alkalom adódott az észrevételek átbeszélésére, ami véleményem szerint lényegesen hozzájárul ahhoz, hogy az elkövetkező években is tudjuk folytatni ezt az igazán fontos eseményt.

- a Bácsfeketehegy Helyi Közösség Tanácsa, a Bácsfeketehegy Magyar Művelődési és Helytörténeti Egyesület, mint fő szervezők, a civil és sport szervezetek támogatásával összeállította az idei, sorrend-

ben a XXI. Falu és a XXII. Meggynapok műsorát. Bácsfeketehegy Helyi közösség tanácsának döntése értelmében, kiíródott a ”Falu legszebb háztájéka” pályázat, és az általános iskola, valamint az ovisok számára az irodalmi és rajzpályázat. Várjuk a fényképek feltöltését a www.bacsfeketehegy.rs honlapra, aztán pedig szavazzunk, választjuk ki közösen az idei nyerteseket! A részletes programot mellékelem a Fecske oldalán, szeretettel várunk minden kedves lakosunkat és vendégeiket rendezvényeinkre!

-szeretnénk megköszönni Szakács Tamásnak és Szukola Bélának, a Vajdaság utca lakosainak, valamint minden résztvevőnek, akik részt vettek a Május fa állításának műsorán, melyet a hagyományos Tábor tűz követett a nyári színpad körüli téren, igazán jó eső érzés annak a tudatában lenni, hogy ez a két program jelentős mértékben a Bácsfeketehegy Helyi Közösség támogatásával valósult meg.

-befejeződtek a felújítási munkálatok az Eko kúton, a sérült burkolatot eltávolították és pótolták, megújultak a rácsok, új csapok lettek felszerelve, és a víztisztító berendezés is új technológiával lett ellátva

Juhász Attila



Elfeledett mezőgazdaság

Ha valaki száz évvel ezelőtt végigsétált volna Bácsfeketehegyen, egészen más kép tárult volna elé, mint ma. Nem csak a házak kinézete vagy az utak burkolata lett volna más, hanem az udvaroké is. Akkoriban minden portán mozgott valami: nyulak motoszkáltak az ólakban, galambok rebbentek fel a dúcokból, a disznóólakból rőfögés hallatszott, a baromfiudvarból kotkodálás.... A kertek végében pedig olyan növények zöldelltek, amelyek ma már szinte ismeretlenek erre felé: lóbab, köles, kender, csicseriborsó. Az élet akkoriban egyszerűbb volt, de nem feltétlenül könnyebb. Mégis, abban az egyszerűségben volt valami állandó, valami emberközeli és érthető.

Ezek a háztáji gazdálkodási formák nemcsak a megélhetést szolgálták, hanem a mindennapi élet ritmusát is meghatározták. A nyúl nem kedvencnek való jószág volt, hanem húsforrás, amelynek nevelése kevés költséggel járt, és gyorsan hozott eredményt. A galamb nem díszmadárként szállt a dúcban, hanem a vasárnapi leves főszereplőjeként végezte. A köles nem valami bioboltból ismert különlegesség volt, hanem a kása alapanyaga, amit a nagyanyák még tudtak jól elkészíteni. A csicseriborsó vagy a lóbab nem mediterrán kuriózumként került az asztalra, hanem szegényes, de tápláló és egészséges ételként volt jelen a hétköznapokban. De a bácsfeketehegyiek tudása nem ért véget az udvar kapujánál. Ismerték a rétek, mezők, erdősávok titkait is. Tavasszal és nyáron mentek ki a határba, kosárral a karjukon, hogy begyűjtsék a természet adományait. Mert a gyógyszertár akkor a mező volt. A bodzavirágot szárították teának, az orbáncfűvet gyűjtötték az idegekre, a kamilla megfázásra és gyulladásra szolgált. A csalán nem gyomnövénynek számított – főzelék is készült belőle, meg tea, amit vértisztítónak tartottak számon. A hársfavirág, az akác, a csipkebogyó, a diólevél – mindegyiknek meg-

volt a maga ideje és szerepe. Az emberek tudták, mikor mit kell gyűjteni, hogyan kell szárítani, és mire kell majd elővenni. Az ilyen házi „patikákban” nem volt gyógyszerlista, de a tapasztalat évtizedek alatt halmozódott fel. És ha beköszöntött az ősz, eljött az eltevés ideje is. Minden évben volt néhány hét, amikor a ház asszonya szinte ki sem jött a konyhából. A gyümölcsből lekvár főtt, a zöldségekből savanyúság lett, a befőttek sorban kerültek a kamra polcára. Volt uborka, almapaprika, csalamádé, lecsó, paradicsomlé – mind házilag elkészítve, adalék és tartósítószer nélkül, csak sóval, ecettel, cukorral, fűszerekkel. A befőzés nem csupán házimunka volt, hanem szertartás: tudni kellett, mikor kell lekapcsolni a tűzhelyet, hogyan kell lezárni az üveget, és melyik polcra kerül a sűrű szilvalekvár. A bácsfeketehegyiek porták világát nem lehetett elképzelni állatok, zöldségek, gyümölcsök és természetes gyógymódok nélkül. Mindenki tudott valamit: hogyan kell nyulat vágni, mikor kell galambot párosítani, melyik hónapban érdemes kölest vetni, hogyan kell kendert áztatni, s melyik virág mire jó. Ez a tudás szájról szájra öröklődött, apáról fiúra, nagyanyáról unokára. És ma? Ma már alig maradt ebből valami. Persze a világ megváltozott. Jöttek a szupermarketek, ahol bármikor lehet csirkét, marhát vagy fagyasztott zöldséget venni. Megváltozott az emberek életmódja is: egyre kevesebb idő jut a földre, a kertre, az állatokra. A befőtt helyett konzervet veszünk, a kamilla helyett gyógyszert szedünk, a nyúl helyett csirkecombot vásárolunk tálcán. Az egykori háztáji gazdálkodás átadta a helyét a kényelemnek, az importárúnak, a gyors és olcsó megoldásoknak. Nem hibáztathatunk senkit, hiszen ezek a változások nemcsak itt, Bácsfeketehegyien történtek meg, hanem mindenhol. De éppen ezért érdemes most megállni egy pillanatra és feltenni a kérdést: biztos, hogy jó irányba

haladunk? Nem lenne érdemes valamit visszahozni abból, amit már szinte teljesen elfeledtünk?

A nyúl például kifejezetten alkalmas lenne újra a falusi udvarokra. Kevés helyet foglal, szapora, jól tűri az éghajlatot, a hús pedig kiváló fehérjeforrás, zsírszegény, könnyen emészthető. A galambtartás szintén nem újkeletű dolog. A bácsfeketehegyi öregek még emlékeznek arra, hogyan lehetett egy galambpártól évente akár hat-hét szaporulatot is kapni, és hogy a galambleves különlegességnek számított – nemcsak az íze, hanem a ritkasága miatt is. És mi a helyzet a növényekkel? A mai mezőgazdaság szinte teljes egészében kukoricára és búzára épül – nemcsak Bácsfeketehegyen, hanem egész Vajdaságban. Az olyan növények, mint a köles, a lóbab, a csicseriborsó vagy a hajdina, teljesen eltűntek a vetéstervből. Pedig ezek a növények jól tűrik a szárazságot, nem igényelnek



különösebb növényvédelmet, és táplálkozási szempontból is értékesek. A köles például gluténmentes, a csicseriborsó rostban gazdag, a hajdina pedig ásványi anyagokban bővelkedik. Ráadásul ezek a növények jól beilleszthetők a vetésforgóba is, ami a talaj egészségének megőrzése szempontjából kulcsfontosságú lenne. Egykoron még kendert is termesztettek Bácsfeketehegy határában. Az asszonyok tudták, hogyan kell áztatni, szárítani, fonni – ezek a munkafolyamatok sok kézi munkát igényeltek, de közösségi élményt is jelentettek. Mindezek a példák

arra utalnak: nem nosztalgiázni kell, hanem újra felfedezni a régi tudást. Nem múzeumba való emlékek ezek, hanem élő, használható, értékes ismeretek. Nem kell minden portán galambdúcot vagy nyúlólat építeni – de lehet. Nem kell minden kert végébe kölest vetni – de érdemes kipróbálni. Mert ezek az „elfeledett” mezőgazdasági formák nem csak a múlt részei, hanem talán a jövő zálogai is lehetnek. A világ gyorsan változik, és sokszor éppen az egyszerűségben rejlik a túlélés kulcsa. Ahogy nem szégyen újra lekvárt főzni, savanyúságot eltenni vagy egy csokor kamillát szárítani, úgy nem lenne szégyen újra büszkén felmutatni azt a tudást, amit őseink évszázadok alatt csiszoltak ki – és amit mi szép lassan elfelejtünk. Ez a tudás nem elavult, hanem időtálló. Ez a tudás biztonságot adhat, önállóságot, szabadságot. A saját kezünkkel megteremtett, elkészített étel, a saját kertünkben szarmazó gyógynövény, vagy akár egy háziállat gondozása mind-mind olyan tapasztalat, ami nemcsak hasznos, de mélyen emberi is. A régi tudás újra felfedezése nem visszalépés, hanem előrelépés – egy tudatosabb, természetközelibb, ellenállóbb élet felé. Induljunk el ezen az úton bátran!

Itt az ideje, hogy közösen gondolkodjunk el arról, mit tehetünk azért, hogy Bácsfeketehegy ne csak múltjára legyen büszke, hanem jövőjét is tudatosan alakítsa. Lehet, hogy néhány galamb, egy pár nyúl vagy pár üveg savanyúság nem fogja megváltani a világot – de ha újra közösségi szokássá válik, akkor lehet belőle egy új helyi érték, amely megkülönböztet és összeköt bennünket.

Mert lehet, hogy a világ megváltozott – de az értékek, amelyeken egy falu megmarad, nem változnak. Csak néha újra kell őket felfedezni.

Gazdakör

A hosszú munka eredménye

Egyesületünk szakcsoportjai szeptembertől júniusig dolgoznak heti több alkalommal, rendszeresen. Ezen felkészülési időszakban sajátítják el az évben az új táncanyagok, népi énekek, zenei dallamok sajátosságát, táji jellegzetességét.

Így az évad végéhez közeledve mondhatni olyan szintre kerülnek, hogy ezen produkciók versenykörülmények között is bemutatathatóak.

Egytől egyig minden szakcsoportunk, a népi énekes növendékek, a zenész fiatalok, valamint a néptáncosok is megmérettek különféle versenyeken, szemléken itthon, valamint az anyaországban is.

Ezeket összefoglalva adunk egy számadást most Önöknek:

Néptáncosaink nemrégiben a XXVIII. KŐKETÁNC énekes népi gyermekjáték és néptánc vetélkedőn jártak, ahol

Sziporka TE - EZÜST

Pántlika TE - EZÜST

Mákvirág TE - EZÜST

A Kónya Táncegyüttes Szegeden a XXXIII. Országos Gyermek és Ifjúsági Néptáncfesztiválon járt, ahol EZÜST minősítést értek el, valamint a Középiskolások Népművészeti Vetélkedőjén néptánc kategóriában ARANY minősítést értek el.

Népi énekes pacsirtáink a Szólj Síp Szólj elnevezésű népdaléneklési versenyen jártak ahol szintén szép eredményeket értek el.

Simonyi Borbála - EZÜST

Kispacsirta énekegyüttes - EZÜST

Kispacsirta Trió - EZÜST

Bertók Csenge - EZÜST

Török Nikoletta - EZÜST

Hajvert Janka – KIEMELT ARANY

Tamburásaink szintén versenyeztek a Középiskolások Népművészeti Vetélkedőjén.

A versenyek eredményért gratulálunk a felkészítőknek: Vajda Noéminek, Szakál Nikolettnek, Papp Lórántnak, Szakács Tamásnak.

A versenyek mellett a közösségi összejövetelek sem

maradtak el.

Közös élő zenés locsolkodáson vettek részt táncosaink, majd májusfát állítottunk. Fontosnak tartjuk ezen hagyományos értékeink továbbélését.

Szakcsoportjaink éves munkáját a XXI. Bácsfeketehegy Falunapok, és a XXII. Meggy napok keretén belül rendezett évzáró gálaműsoron tekintheti meg a nagyérdemű, mely június 6-án 18.30 órai kezdettel kerül megrendezésre a Bácsfeketehegy Színházteremben.

Szakács Tamás



ÉVZÁRÓ GÁLAMŰSOR



SZERETETTEL
VÁRUNK MINDENKIT
AZ EGYESÜLET
ÉVZÁRÓ
GÁLAMŰSORÁRA



JUN 06 | 18:30 | SZÍNHÁZ



ÖLELÉSEL A SZERETETÉRT ANYAGIAK – SZERETET- ÖLELÉS

Június 29-e, az „ölelés ünnepe”

„Azt hiszem, nem jó dolog az, ha valaki egyedül él, szerintem nem tesz jót, az ember szívének muszáj valaki másért dobognia, különben kihűl”

Jón Kalman Stefánsson

Olyan világban élünk, ahol az anyagiak lettek a legfontosabbak, kapzsi, fogyasztói társadalom részei lettünk. Olyan (nyugatias) világkép alakult ki, ahol minden az önérdek körül forog, az a törekvés vált uralkodóvá, mely az emberek valós/valótlan anyagi vágyainak mind jobb kielégítésére fókuszál. Minél több a pénze van valakinek, annál többet akar. Mindezt az anyagiak határoznak meg: az autó, az ingatlan, a szép cipő, ruha, ékszerek, stb. s ezek már nem, mint használati tárgyak szerepelnek, hanem az élet értelmét, a jólétet, a boldogságot jelentik. A valóságra akkor döbbenünk rá, amikor valami rossz történik velünk, ami ráébreszt bennünket arra, hogy talán mégsem ezek lennének az igazán fontos dolgok. Akkor ébredünk rá, hogy a családi, baráti melegségnél, a szeretetnél nincs fontosabb, amit semmilyen drága tárgyképtelen pótolni. Akkor látjuk be, mennyire hamis volt, a kép, amit anyagi világ el akart hitetni velünk: hogy boldogságot a drága tárgyak képesek biztosítani, és minél több van belőlük, annál boldogabbak leszünk, abból a boldogságból pedig sosem elég, egyre többet kívánunk! Valószínűleg igaza van Art Buchwald-nak: „A legjobb dolgok az életben nem is dolgok.”

Kérdezhetnénk, miért fontos ezzel foglalkozni? Mert minél nagyobb teret enged valaki az anyagi céloknak, annál kevésbé elégedett és boldog, sőt a pénz még a belső motivációt is aláássa, átforgalmazza a személyiséget, kihat a jólétre és a jólétre is. Az anyagiasság azokat az értékeket jelenti, amely magába foglalják a pénzt, a tulajdont, a hírnevet és a beosztást, a rang fontosságát. Azt hirdeti, hogy ezek a legfontosabbak az életben, ezektől leszünk boldogok, még a személyiséget, viselkedést, értékrendszert is képesek megváltoztatni. Az értékrendszer pedig olyan, mint egy torta, melynek minden szeletét az, az érték határozza meg, amire fókuszálunk: családra, barátokra, élvezetekre, lelki életre, vallásosságra, vagy az anyagiasságra. Ha az anyagiasság tortaszelete megnő, az válik a legmeghatározóbbá számunkra. Eközben a torta ugyanakkora marad, így a többi szelet egyre

kisebbre zsugorodik, a többi értéknek mindkevesebb szerepe lesz. „Kevés gazdag ember birtokolja a vagyonát. Legtöbbször a vagyon birtokolja őket.” véli Robert G. Ingersoll

Hogyan alakult ki az nagyfokú materializmus? Vizsgáltok szerint az anyagiasságért egyfelől a kora gyermekkorban elszenvedett negatív élmények a fő felelősek, de okolható még a környezet kultúrája, különböző TV műsorok, reklámok. A gyermekkor káros hatása a túlságosan szigorú nevelési stílus következménye, amikor a szülő elfojtja gyermeke lelki fejlődését, az képtelenné válik felismerni, hogy saját emberi értékét. Mivel nem ismeri saját értékét, később anyagiakkal, pénzzel igyekszik bizonyítani rátermettségét, sikerességét az életben. Az anyagi feltételek lesznek a legfontosabbak számára, az emberi kapcsolatok háttérbe szorulnak. A javak megszerzése lesz életének értelme, ebbe fekteti életenergiáját, attól reméli az élettel való elégedettségét, a megszerzett vagyon adja boldogságának alapját. Mennyire más erről Thich N. Hanh véleménye: „Mindenki boldog akar lenni, és komoly energia rejlik bennünk, ami afelé terel minket, ami szerintünk boldoggá tesz minket. De emiatt sok szenvedésben is részünk lesz. Meg kell értenünk, hogy a státusz, a bosszú, a vagyon, a hírnév és a javak többnyire meggátolnak minket



Kép (pixabay): „A pénzcsinálás nem olyan, mint amilyennek képzeltem. Ez a szakma megöli az életnek azt a részét, ami fontos.” A nagy dobás című filmből.

abban, hogy boldogok lehessünk.” Az anyagi javak hajszolása lassan háttérbe szorítja az életörömeiket, az emberi kapcsolatokat, fokozódik a magányosság, szorongás, depresszió alakul ki. Kutatási eredmények tucatjai bizonyítják: minél nagyobb hangsúlyt kap a vagyon, annak arányában csökken a háláérzet, az elégedettség a megszerzett dolgok iránt. Elgondolkodtató Tim Kasser véleménye: „Kezdetben talán az erősen anyagi irányultságú ember is „feldobva” érzi magát egy kisebbfajta vásárlástól vagy egy dagadó borítéktól, de végül egyre több és nagyobb anyagi tulajdonra és pénzösszegre van szüksége ahhoz, hogy megtapasztalja a megfelelő pozitív érzéseket. [...] E folyamat révén viszonylag kielégítetlenek maradnak



Kép (pixabay): Szeretet és ölelés: „Néha egy ölelés többet üzen és mélyebb élményt ad, mint bármilyen tanítás.” Müller Péter

azok a szükségleteik, hogy jó érzésekkel gondoljanak a már tulajdonukban lévő dolgokra és arra, hogy milyen emberekké váltak.” Azok, akik a gazdagságot tartják a legfontosabb, ördögi kör indul be: minél gazdagabbak, annál kevésbé elégedettek az életükkel, mind jobban elhatalmasodnak rajtuk a lelki zavarok legkülönbözőbb formái, fokozódik elégedetlenségük és lelkileg zavarodottabbakká, bizonytalanabbá válnak, egyre erősebben kapaszkodnak az anyagiakba. Az étellel való elégedetlenség, idővel testi problémákhoz vezet, lelkileg pedig személyiségzavarhoz, akár ön-ímádáshoz, sőt antiszociális viselkedéshez.

Akkor mégis boldogít-e a gazdagság? Sokáig tartották a gazdaságot, a boldogság a legmeghatározóbb, legfontosabb tényezőjének. Az utóbbi évtizedekben dőlt meg az elképzelés miszerint az egyén boldogsága vagyona növekedésével függ össze. R. Easterlin mutatott rá, hogy egy adott országban általában a gazdagabbak elégedettebbek az életükkel, boldogabbnak mondják magukat a szegényebbeknél,

de a további gazdagodásuk nem jár nagyobb boldogsággal. Bebizonyosodott az a meglepő paradoxon, mely szerint a létfontosságú szükségletek kielégítése után, az egyént már nem teszi boldogabbá a további anyagi javak, a bőség megszerzése. Még érdekesebb a Nobel díjjal jutalmazott kimutatás, hogy az anyagi emberek jóval, átlagosan kétszer, érzékenyebbek a veszteségekre, mint a nyereségekre. Jó lenne nem eljutni addig a pontig, amire az amerikai indiánok gondolatai rávilágítanak:

„Csak majd ha kivágtátok az utolsó fát,
Mégmérgeztétek az utolsó folyót,
Kifogtátok az utolsó halat,
Csak akkor fogtok ráébredni,
Hogy a pénz nem ehető.”

Hagyhatjuk-e, hogy az anyagiasság eluralja lelkünket? Nem engedhetjük meg, hogy elkerülje figyelmünket a lelkünkben, a legnagyobb bajban is felvillanó fény. Nem felejthetünk el szeretni, jónak lenni, örülni magának az életnek. Ügyelnünk kell, ne-hogy késő legyen, mert nem arra figyeltünk, amire kellett volna. „A szeretet hegeket gyógyít be, mert egyetlen mosoly, egy ölelés, egy őszinte tekintet erre képes. Elfeledtetni mindent, ami történt. Mindent, ami fájt.” tanácsolja Oravecz Nóra.

Mindannyiunknak emberi igénye, hogy fontosnak érezzük magunkat. Szükségünk van felénk irányuló érintésre, melegségre, aminek legalkalmasabb kifejezési módja az ölelés. Az ölelés az egyik legbensőségesebb érintési mozdulat két ember között, jótékony hatása vitathatatlan: fájdalomcsillapító, csökkenti a feszültséget, növeli az önbizalmat, biztonságérzetet és erőt ad. Az ölelés a kapcsolattartás olyan formája, amivel egyszerűen bármit kifejezhetünk, azt, amit nem tudunk, vagy nem akarunk elmondani szavakban. Többet mond minden szónál, célja a szeretet, a kedvesség és az önzetlenség kifejezése magunk és mások jobb közérzetéért. „Egyetlen érintés felér tízezer szóval.” H. Bloomfield szerint. Öleléskor dopamin, boldogsághormon is felszabadul: sokkal jobban érezzük tőle magunkat. Segíti a nyugtató hatású oxitocin hormon termelődését. Az ölelés gyógyítja a testet, felmelegíti a szívet. Talán Gary Chapman-akvan igaza: „Aki a testünket érinti, minket érint. Aki fizikailag távolságot tart tőlünk, az érzelmi-leg is távol tart magától.”

Dr. Kasza Bálint

AKKOR GONDOLKOZZUNK ...?

VAN-E ITT JÖVŐNK?

(Nem) mintha, tőlünk, vagy netalán tőlem függene a dolog, de ahogy a világ kereke forog, így évforduló idején ilyesmiről is illik gondolkozni. Forog, fortyog minden, ami körülöttünk van, de nem a saját rendje-módja szerint. Az idén csapadék a földekre van, de ez még nem azt jelenti, hogy lesz jó termés és elégedettek leszünk az árával is. Ezt Önök saját szemükkel is látják, meg az eszükkel (a feketicsi embernek pedig van, nem is kevés) fel is fogják, de miről is lesz szó? A falunappal ünnepelt itt tartózkodásunk, valamilyen módon kerek szám. Ide településünk kétszáznegyvenedik évfordulóját ünnepeljük. A kezdettől nem folyt minden simán, kezdve, hogy a kívánt libalegelőből Szekics pusztán, ma Lovćenac van, de már az sem olyan, mint aminek indult. Ez mellett a sováp szomszédok házáat őseink építették fel úrbérben. Az ugyanilyen évfordulót jövőre ünnepelnék, de a mai falu csak a nyolcvan éves idejövételüket, de ezt sem abban az összetételben, ahogy a menetrend nélküli vonattal jövők, mert köztük is van már sok másféle is, akik mellüket döngetve államalapítónak vallják magukat. Mellékesen a sováp szomszédok, kik a világháborús propaganda szerint, még győzelemre is álltak, egész annak a végéig, nem is számítottak, hogy szászhatvanadik itt levésük évfordulóját valahol a világ más táján, csak pont itt nem, fogják megünnepelni. Tudnunk kell(ene), hogy a már említett „testvériség-egység” idejövételen kívül, volt még egy(két) korrekció a koszovói szerbekkel kapcsolatban, kik a békeesség megtartása céljából, nem maradtak otthon, így a még üresen álló, főleg német vagyont osztották ki nekik, úgymond jutalomként a háborúban való tevékenységükért.(nem firtattak semmit, csak hogy ne is lázadjanak. Mindből majdnem párttitkár lett....)

Az idő haladt, Titó meghalt, Jugoszlávia szétszakadva elemeire megszűnt, több-kevesebb összetűzéssel. Koszovó is leszakadt az anyaköztársaságról, pedig hát aszonták, ez Szerbia bölcsője. Mellékesen ez

Szandzsák, de ne firtassuk, mivel itt a mozlem valóságok vannak ma többségben.

E bevezetés után, szerintem kíváncsiak arra, hogy miről is akarom ennyire vészjóslóan informálni önöket. A háború(k) után különféle emberek kerültek olyan helyzetbe, hogy bizonyos nem túl hivatalos médiákban, mint pl a Ködölók-ban (így hívják és kész) megjelent egy történelemtanár szájából, hogy a mi falunk milyen szép (nem is az övé!), és mindjárt az üres házakba beköltözött száz jumurdzsák család. Megnyugtatom önöket, sajnos van még üres ház és lesz még több is. Ezek majdnem mind fanatikus dervisek, nem, hogy magyarul nem kívánnak megtanulni, de arra várnak, hogy a nem popsival az ég felé imádkozókat, erről a területről valamilyen módon eltávolítsák. Az EU is az ő pártjukon van, nem pedig a mienken, állandóan lázadozó, a törvények (mert jók) betartását követelő magyarokén. Amúgy úgy érzem, ha mi nem leszünk itt, ők is elhagyják e területeket, mivel nem lesz, aki megtermeli nekik a szociális segélyt. Ezek szerint majd valakik, mint harmadik betelepítők újra fogják kezdeni a jubileumi évszám-lálást.

Mi bajuk van velünk? Hogyan nem tudják felfogni, hogy itt minden munkával lett megteremtve? Hogy-hogy nem tudják, hogy vetés nélkül nincs aratás? Nem tudják, hogy a másét ne kívánd/vedd el, mert azon nincs áldás, hanem átok? Nem gondolják, hogy a sok baj, ami főleg őket éri, Istentelen életük eredménye? Nem. Ők inkább Istent/Isteneket cserélnek.

Sajnos többségben vannak, de akkor is le- és meg kell őket győzni, mert előbb itt lesz a világ vége, mint a naprendszer megszűnése (négy milliárd év). Nem csak ők viselkednek már így!

Akkor gondolkozzunk.

Bíró Csaba

Közösség a szabadban

„Szemmel tartod járásomat és pihenésemet, gondod van minden utamra” 139.zsoltár

Május elején ifjúsági kirándulást szerveztünk a Tarcal hegységben. Örömünkre 4 helységről érkeztek fiatalok és vezetőik: Bácsfeketehegyről, Maradékról, Hertelendyfalváról és Csantavérről. Negyvenhat személy indult el az előre eltervezett 8 km-es útszakaszon. Az időjárás is nagyon kedvezett, szép napsütéses idő volt. Jó volt kint lenni a szabadban, friss levegőt szívni és közben beszélgetni, új emberekkel ismerkedni. A fiatalok hamar megtalálták a közös nyelvet és vidáman telt el az egész nap. Gyönyörű volt a természet, a zöldellő levelek, madár-csicsergés, az ösvény hol le, hol felfelé vezetett. Egy pihenő keretében Halász Sámuel Gyermekmisszió munkatárs egy igei üzenetet is tartott Tamás története alapján. Húsvét elmúltával a feltámadásról volt szó, és hogy Tamás nem akart hinni, amíg nem látta a feltámadott Krisztust. Sokszor mi is kételkedünk, mert nem látjuk, nem érezzük a dolgokat.

„Boldogok, akik nem látnak és hisznek. Ne légy hitetlen, hanem légy hívő!” – bátorította Jézus Tamás-tanítványt és így bátorít ma minket is. Folytatva utunkat tovább csodálhattunk Isten keze munkáját és szépségét.

Hálás a szívünk a fiatalokért, szüleikért, a vezetőkért és a sofőrökért. Hisszük, hogy lelkileg és testileg feltöltődve ért mindenki haza, tervezve egy újabb kirándulást, egy újabb közösségi nap időpontját. Dicsőség az Úrnak, aki megőrizte bennünket és szemmel tartotta járásunkat.

Halász Renáta



Új technológiával aszfaltoztak

Bácsfeketehegyen a legkritikusabb helyeken kátyúztak – Sok az útprobléma a szennyvízhálózat kiépítése miatt

A bácsfeketehegyi helyi közösség új aszfaltozási technológiát használt, hogy megszüntesse a legveszélyesebb kátyúkat a faluban. Juhász Attila, a helyi közösség titkára arról számolt be lapunknak, hogy muszáj volt cselekedniük a közlekedésbiztonság érdekében.

– Tekintettel arra, hogy a szennyvízhálózat kiépítése során megrongált utakat nem azzal a dinamikával hozták helyre, amit a mindennapi élet megkíván, a bácsfeketehegyi helyi közösség tanácsa úgy döntött, hogy megpróbáljuk hideg aszfalttal megoldani a keletkezett, igen komoly úthibákat. Ezek olyan kátyúk voltak, amiket közlekedés során nem lehetett kikerülni, és már veszélyeztették a forgalmat. A hideg aszfalt új technológia, amivel Szerbiában még csak két cég foglalkozik. Egy újvidéki cégtől vásároltunk, és úgy

döntöttünk, kipróbáljuk, hogy lássuk, mennyire válik be, valamint mennyi időre oldjuk meg az útproblémákat. A munkát elvégeztük, de fontos, hogy a hideg aszfalt csak kátyúzásra jó, peremre nem használható, mert lényeges, hogy ezt a hideg masszát minden oldalról körbevegye valami, amibe beleilleszkedik és -köt – számolt be a helyi közösség titkára, majd arról is szólt, hogy azt figyelik, mennyi ideig bírja a terhelést a hideg aszfalt, mennyire tartós.

– Ha a megoldás tartós, és érdemes befektetni, akkor folytatjuk a munkát. De elsősorban arra számítunk, hogy Kishegyes község önkormányzata gondját fogja viselni településünk úthálózatának, és feljavítja a szennyvízhálózat munkálatai miatt leromlott állapotát. Őszintén reméljük, hogy amikor a szennyvízhálózat kiépítése befejeződik, akkor teljesen helyre lesznek hozva az utak – fogalmazott Juhász Attila.

Forrás: Magyar Szó
L.J.

VÉGZET VAGY SORS A DEMENCIA?

Agy világnap (Július 22)

„A betegség a környezethez való hibás adaptáció terméke... Az iparosodás kezdete óta a társadalom a folyamatos változás állapotába került, s az állandó változás egyensúlyhiányt és a környezethez való rossz adaptációt eredményezte, s ez utóbbi pedig betegségek kialakulásához vezet.”

René Dubos

Paradox világban élünk, melyben a tudományos és technikai haladás óriási léptekkel halad előre, miközben a testnek és a léleknek egyre több problémával, egyre több betegséggel kell megküzdeni. A kitolódott életkor olyan élethelyzeteket hoz magával, melyeket meg kell oldani, olyan betegségekkel, szenvedéssel is együtt kell élni, meg kell küzdeni, melyek korábban az élettel sem voltak összeegyeztethetők. Az új technológiák előbbre viszik az emberiséget, de meg kell tanulnunk kezelni őket. Különösen az agyat terheli meg a modern élet információrobbanása: a telefon, a rádió, a televízió, a videó, az internet. Ez alig száz év alatt zajlott le, és az agyunk képtelen alkalmazkodni ilyen rövid idő alatt, a megváltozott információs környezethez. Eredmény: az élete során az emberek fele szenved valamilyen mentális betegségtől, amire fel kell hívni a figyelmet. Ez a 2014-ben alapított agy világnap célja is, tudatosítani az agyi egészség körüli tudatosságot, megelőzést, hozzáférést, oktatást, mellyel jelentősen csökkenteni, megelőzni lehetne a (agy)betegségek terjedését. Leggyakoribb agyi leváltozások: fejfájás, migrén, agyi keringési betegségek (stroke), demenciák (pl. Alzheimer-kór), immunológiai eredetű betegségek (pl. sclerosis multiplex), epilepszia, Parkinson-kór és egyéb mozgásszervi zavarok, stb.

Senki sem szeretné életét, akár 40-60 éves kortól szellemi leépülés állapotában leélni, pedig e betegségek (főleg az Alzheimer kór) gyakorisága az évek során egyre nő. Becslések szerint pl. az Alzheimer betegek száma 20 évente megduplázódik. Egyre több jel mutat arra, hogy az agyi betegségek kialakulása, terjedése civilizációs betegség. Szorosan összefügg, a hasi elhízással, a belső szervek köré lerakodott zsírral, amit jórészt a finomított szénhidrátok túlzott fogyasztása és a mozgáshiány alakít ki és inzulinrezisztenciát, szervezetszintű gyulladást okoz. Az inzulinrezisztencia azt jelenti, hogy a sejtek érzéketlenné válnak az inzulinra, így kevésbé képesek

a vérből cukrot felvenni. A kevésbé nyilvánvaló, krónikus gyulladás, minden idült betegségben jelen van, a kiváltó oka a legtöbb civilizációs betegségnek is: pl. a szív és érrendszeri betegségeknek, a cukorbetegségnek, táptalaja a ráknak, rheumatoid arthritisnek, asztmának, stb. Az idült gyulladásnak az agyban számos neurodegeneratív betegség (pl. depresszió, demencia, Parkinson kór) kialakulásában van fontos szerepe és akkor következik be, ha a lobos folyamat a szükségesnél tovább tart. Bebizonyosodott, hogy az étrenddel összefüggő gyulladás előidézhet depressziót, az étrendhez kapcsolódó depresszió pedig súlyosbíthatja a gyulladást.

A szervezetszintű tartós gyulladás egyik kiváltó oka lehet számos étel, melyek nagy mennyiségben tartalmaznak: hozzáadott cukrot, finomított szénhidrátokat, magas a zsír és kalóriatartalmuk, vagy magas hőfokon készülnek, és ún. gyulladást kiváltó transzzsírokat tartalmaznak (pl. sült krumpli, fánk, stb.). Ezen összetevők jelentik az ún. nyugati étrend sajátosságát, mely 50-60%-ban gyorsan felszívódó szénhidrátokból áll, így rendkívül hizlaló és gyulladáskeltő. Az utóbbi időben mind több vizsgálat



Kép (pixabay): Információrobbanás: Információs túlterheltség érzelmi és fizikai kimerültséghez, kiegészítéshez, alacsony munkahelyi elégedettséghez, rossz döntéshozatalhoz vezethet.

főleg az ún. ultrafeldolgozott ételek veszélyére irányította a figyelmet. Olyan készítményekről van szó, melyet az élelmiszeripar állít elő és annyira ízletesek, növelik az étvágyat, mivel az ízükkel rá tudják venni az embereket a túlfogyasztásra. A fejlett országokban az elfogyasztott kalóriák fele már ebből az élelmiszer-kategóriából kerül ki. "Akár azért, mert túlságosan ízletesek, akár azért, mert energiadúsak, a káros egészségügyi hatásai vitathatatlanok" - mondja Barry Popkin. Ezek kényelmesek, olcsók, finomak, csábítók, ugyanakkor egyre több bizonyíték utal arra, hogy nem csupán a testi egészségünket veszélyeztetik, hanem károsítják mentális egészségünket is. Ide közé tartoznak az iparilag előállított élelmiszerek, amelyekben természetes alapanyagok helyett adalékanyagok, mesterséges aromák, színezékek, finomított összetevők vannak túlsúlyban. Néhány közülük: az édesített üdítők, cukorkák, chipszek, reggeliző pelyhek, készételek és péksütemények. Közös tulajdonságuk, hogy energiadúsak, alacsony a tápanyagtartalmuk, mikrotápanyagban szegények, magas mennyiségű cukrot, transzsírt és finomított szénhidrátot tartalmaznak. A transzsírok a lágy, folyékony halmazállapotú növényi olajok (napraforgó, repce, szója) „keményítése” által keletkeznek az ún. hidrogénezés során, amikor, a folyékony állapotból szobahőmérsékleten szilárd, kenhető és jól eltartható zsiradékformába alakulnak át. Ez a mai margarin gyártás alapja. Az összetevők együttesen okoznak krónikus gyulladást, oxidatív stresszt, valamint megzavarják a bél mikrobiomot, a bél- agy tengely zavarához vezetnek. Csökkentik a bél mikrobiomjának sokszínűségét, gyengítik az immunrendszert, gá-

tolják a csontnövekedést és ezáltal növelik a törések kockázatát. Ez főleg idősebb korban jelentős, amikor egyébként is csökken a szervezet stressztűrő képessége és az idegrendszer érzékenyebbé válik a táplálkozási hatásokra. Egyre több kutatás világít rá, hogy a terhesség alatt, a méhen belüli környezetre is, kihat anya táplálkozása, befolyásolja a magzat fejlődését. Különösen veszélyesek a cukrozott italok, a gyorsételek és a mesterséges adalékanyagok, mivel megnövelik annak valószínűségét, hogy a gyermeknél később figyelemhiányos hiperaktivitási zavar vagy autizmus alakuljon ki.

Mivel az ultrafeldolgozott étrendből gyakran hiányoznak az élelmi rostok, alapvető tápanyagok, a bél mikrobiom felborulásához vezetnek, pedig a bélmikrobióma döntő szerepet játszik a mentális egészségben, azzal, hogy szabályozza a neurotranszmitterek (ingerület-átvivők) termelését, immunválaszokat és a gyulladást is. Ezek a mikroorganizmusok nemcsak a fizikai lényünkben létfontosságúak, hanem a mentális és érzelmi életünkben is, nem csoda, hogy az utóbbi időben forró témává vált. A bélben lévő mikrobák voltaképpen együttesen irányítják az immunrendszert, befolyásolják az agy működését és növekedését, valamint hatással vannak személyiségünkre és az érzelmi életünkre. Napjainkra egyre több bizonyíték utal arra, hogy a bélmikrobiom szerepet játszik a különböző krónikus betegségek kialakulásában, az Alzheimer kórtól az ízületi gyulladásig.

Ezek alapján a demencia végzet-e vagy sorsa a mai embernek? A végzet fatális erő, mely váratlan, szabad akaratunktól függetlenül elkerülhetetlenül bekövetkező esemény, míg a sors nem eleve elrendeltség, hiszen az ember gondolataival, döntéseivel és cselekedeteivel teremti meg életpályáját. Mindenkinek alaposan meg kell fontolnia, hogy miként irányítja életét ezen a megváltozott, civilizációs viszonyok között, sorsát mindenki maga irányítja, egyedül maga a felelős, hogy létét végig méltóképpen tudja leélni és el tudja kerülni a szellemi leépülést. „Nem számít honnan indulsz, hanem az, hogy milyen döntéseket hozol arról, hogy hová akarsz végül eljutni.” Figyelmeztet Anthony Robbins.



Kép (pixabay): Az Alzheimer-kór a gondolkodás és a megismerési funkciók beszűkülésével, magatartásváltozással, elbutulással (demencia), majd gyors biológiai leépüléssel járó neurodegeneratív kórkép.

Dr. Kasza Bálint

Az egészség a legnagyobb kincs

A bácsfeketehegyi Fecske falulap Meggy-, és Falunapi számában az érdeklődőkkel megosztom az idei meggyterméssel kapcsolatos gondolataimat. Teszem mindezt azért, hogy újra, és újra elmondjam, hogy a feketicsi meggyünk a világ egyik legegészségesebb, legértékesebb, és legfinomabb gyümölcse. Számomra igazi szuperélelmiszer, és mindenkinek ajánlom, hogy fogyasszon minél többet belőle, ha szeretné megőrizni, vagy visszaszerezni az egészségét.

Minden huszadik esztendőben

Hetvennégy éves vagyok, és emlékezetem szerint a gyermekkorom óta ez a harmadik olyan év az életemben, amikor szinte semmi dolgom sem lesz a meggyzedéssel.

Egy évben, ez igen régen történt, a monília szüretelte le a teljes termést a faluban. Abban az évben egyedül a Hős utca legmagasabb pontjain láthattunk pár szem meggyet a fákön. Szó szerint nem volt semmi termés a faluban, ahogy mi szoktuk mondani, elvitte a meggyet a köd. Közismert, hogy a feketicsi meggy egyik előnyös tulajdonsága az, hogy ellenálló a betegségeknek, ezért gyakorlatilag semmilyen vegyszeres kezelést nem igényel a termesztése. Amennyiben virágzáskor kedvezőtlenül hűvös, esős, ködös az idő, akkor a feketicsi meggyfa inkább elrúgja a virágját, mintsem beengedje a testébe a hajtásvégeket jellemző módon megperzselő kórt.

Idén, és egy régebbi alkalommal, elsősorban a virágzáskor bekövetkezett komoly fagy károsította a feketicsi meggyet. Az idei meggytermést az is megritkította, hogy a méhek, és más beporzó rovarok, a kedvezőtlenül hűvös időjárás miatt, nem tudták segíteni a termés jobb megkötését.

Vajon miért viszi el a köd néha Feketicsen (is) a meggytermést?

Sokan mondjuk tavasszal: Gyönyörűen virágzott a meggy, mégsem lett belőle semmi. Elvitte a köd. Itt mondom el, hogy nem csak a meggyenél, hanem valamennyi csonthéjas gyümölcsfánál – kajszibarack, őszibarack, szilva, cseresznye és mandula is – virágzáskor súlyos virág- és hajtáselhalást okozhat a monília betegség.

Ez azért van mert a tartósan ködös, párás,

nedves idő virágzáskor ideális környezetet teremt a monília (*Monilinia laxa*) nevű gombabetegségnek. A virágok ilyenkor nem tudnak felszáradni, a gombaspórák pedig megtámadják őket – így a virág elhal, és nem lesz belőle termés.

Mit látunk ilyenkor? Sok virág, kevés meggy, a meggyfák hajtásai elszáradnak, szinte megpörkölnének. Szerencsére a feketicsi meggy igencsak ellenálló a monília fertőzésnek, és igen ritkán történik meg, hogy elviszi a feketicsi meggyet a köd.

Milyen hatással vannak a méhek a feketicsi meggy termésére?

A feketicsi meggy részben öntermékeny, vagyis magát is meg tudja porozni, de a méhek és más beporzó rovarok jelenléte nélkül a termés mennyisége jelentősen csökkenhet.

A méhek, és más beporzó rovarok azért fontosak, mert segítik, hogy a virágpor hatékonyabban termékenyítse meg a kinyílt virágokat. Ködös, esős, hideg, és szeles időben, amikor a méhek kevésbé aktívak, gyengébb termésre számíthatunk.

Hogyan támogathatjuk a beporzókat? Ültessünk többféle meggyfajtát egymás közelébe, gondoskodjunk méhbarát környezetről, a vegyszermentes kertünkben mindig legyenek virágzó növények, és kerüljük a méhpusztító vegyszerek használatát.

A méhek nemcsak a méz miatt fontosak – ők a feketicsi meggy gazdag termésének kulcsai is. Egy egészséges, változatos, vegyszermentes kert, tele virágzó növényekkel, nemcsak a méheknek, hanem a meggyfáknak is jót tesz!

Koratavaszi fagy és a meggytermés

A meggyfák (és más gyümölcsfák) számára az egyik legnagyobb veszély tavasszal a virágzás idején jelentkező késői fagy. Egyetlen hideg hajnal akár az egész termést is elviheti.

Mi történik ilyenkor? A feketicsi meggy nagyon korán virágzik, gyakran már április elején, és ha ekkor érkezik egy késői fagy, a nyíló vagy épp megtermékenyült virágok elfagynak. A fagyott virágok megbarnulnak, lekókadnak, nem fejlődik belőlük termés, és a rügyek is károsodhatnak, ami gyenge lombképződéshez is vezethet.

Milyen lesz az idei gyümölcstermés a kertemben

A faluszéli gyümölcsösömben idén sem látok sárgabarackot, mézringlő meg mandulát a fákon, és csak mutatóban lesz valamennyi cseresznye, körte, és szilvatermés.

Feketícsiesen úgy is mondhatnám, hogy szeme lesz idén a gyümölcsnek. Nálam teremni fog valamennyi alma, és szilva, és ha minden igaz, akkor teljes értékű termés várható feketemálnából, szőlőből, birsalmából, csipkebogyóból, naspolyából, és bodzából. Örülök neki, hogy néhány évvel ezelőtt vettem néhány tő feketemálnát, és sikerült felszaporítanom ezt az igencsak szúrós természetű növényt a kertemben. Nagy kedvencem lett a feketemálna mivel minden évben bőségesen terem, semmilyen növényvédelmet nem igényel. Nagyon finom és egészséges a termése, és eredményesen szaporítja önmagát. Nyersen fogyasztva igen ízletes, eteti magát, és hozzáadott cukor nélkül is könnyedén lehet belőle finom lekvárt főzni. Idén ősszel sokat szeretnék szaporítani belőle, mivel ajándékozni szeretnék feketemálna csemetékét az érdeklődőknek.

A facebook profilomon nemrég meghirdettem az ajándékozást, és eddig közel harmincan jelentkeztek, hogy őszre érdeklí őket az ajándékba kapható feketemálna bokrocská.

Mennyi meggytermésem lesz?

Most már látszik, hogy az elvártnál hűvösebb május ellenére Bácsfeketehegyen a június második hétvégéjén esedékes meggy-, és falunapokra idén is leérik a feketicsi meggy. A termés tizede sincs a megszokottnak, mivel virágzaskor a hideg, esős, és szeles időben nem jártak a méhek, és más beporzó rovarok, a kora tavaszi fagy pedig két hullámban is kárt tett a kinyílt virágokban.

Úgy gondolom, hogy ilyenkor szerencsés az, akinek gyökérsarjról nevelt, és nem oltott meggyfái vannak. Ezt azért mondom mivel az oltókést nem látott feketicsi meggyfák apró kis részletekben, nüanszokban különböznek egymástól. Ez az eltérés vonatkozik a virágzás idejére, hidegtűrésre, az érési időre, a gyümölcsök állagára, és a feketicsi meggyfák minden egyéb tulajdonságára. A változatosság eredményeként idén például vannak fák, amelyeken szinte semmi termés sincs, de a szerencsésebb tulajdonságokkal rendelkező fákról Bácsfeketehegyen idén is össze

lehet bengészni egy - egy meggyes lepényhez szükséges feketicsi feketemeggyet.

Az is köztudott, hogy a feketicsi meggy önmagát szaporítja, hiszen az idősebb fák körül rendszeresen törnek elő a földből gyökérsarjak amelyek, ha megvirágazzuk, őket, egy - két év múlva, átültethető feketicsi meggyfacsemetékké válhatnak. Mindez csak azon múlik, hogy ne kaszáljuk le, vagy kapáljuk ki ezeket az értékes gyökérsarjakat, hanem inkább egy - két évig kerülgessük őket, és időnként a kívánt magasságik távolítsuk el róluk a felesleges oldalhajtásokat. Azt is megtehetjük, hogy az egyéves surjákat ősszel kiássuk a fák alól, és alkalmasabb helyen iskolába rakjuk őket. Ez azt jelenti, hogy a kiszedett kis fácskákat sorba ültetjük, és a végső kiültetésig ott gondozzuk őket.

Újra elmondom, hogy van igény az ily módon nevelt feketicsi meggyfacsemetékre, hiszen a tavaly ősszel meghirdetett felajánlásom alapján több mint kétszáz fácskát sikerült ajándékba adnom helybeli, vidéki, és külföldi érdeklődőknek.

Ezzel a bejegyzésemmel is arra szeretném kitartóan biztatni az érdeklődőket, hogy neveljenek vegyszermentesen termelhető növényeket, és a komfortzónájukból kissé kilépve tegyenek azért, hogy minél egészségesebb legyen az életük.

Pál Károly



Kiváló eredmények a Vajdasági Vágtán

Az idei esztendőben is igen nagy érdeklődés övezte a Vajdasági Vágtát, amelyet május 24-én, szombaton rendeztek meg immár 13-ik alkalommal. Az előfutamok során 9, a Kishuszárvágtán 4, a Parasztvágtán 8, a Szabadkai vágtán pedig 7 lovas vett részt, vagyis összesen 28-an mérték össze tudásukat és gyorsaságukat. A kishegyesi községből, vagyis Kishegyesről és Bácsfeketehegyről az idén is voltak versenyzők, akik a Cékus-istálló lovaival álltak rajtvonalhoz. A második előfutam során a Szabadkát képviselő bácsfeketehegyi Koncz Dorottya győzött Hűség nevű lovával egy igen izgalmas versenyben. A harmadik előfutamban szoros küzdelemben Kishegyest képviselve Cékus Árpád volt a legeredménye-

A dobogós helyezés ezzel azonban még nem ért véget, hiszen a kishuszárok futamát Kishegyest képviselve Csörgő Lili nyerte a már évek óta kiváló teljesítményt nyújtó Bohóc hátán, ők szintén részt vehetnek a kora ősszel megtartandó Nemzeti Vágtán. Ezen a rangos eseményen Bácsfeketehegy is képviseltette magát, a lovas sport itthoni kedvelőinek, ezen ágazat ápolóinak és hódolóinak nagy meglepedésére. Szinte egyértelműnek bizonyult, hogy településünket kellően és méltóan Koncz Dorottya képviselheti, aki már zseni gyermekkorától a lovak bővületében tevékenykedik. A szoros küzdelem során Dorinak a Sáska hátán a negyedik helyet érte el. A szabadkai vágtán a Kishegyes színeiben induló Kisutcai Miklós



sebb a Déva Szándék nevű lovával. A döntő során heves csatározás alakult ki a négy versenyző között, míg végül Topolyát képviselő Kisutcai Miklós, My Boy Merlin hátán lovagolva nyerte meg a XIII. Vajdasági Vágtát. A második helyen Pasalia Kira Magyarokizsa színeiben végzett Vajk nevű lovával, a harmadik helyet Koncz Dorottya, míg a 4. Cékus Árpád szerezte meg. Ők mind a négyen jogot szereztek, hogy részt vegyenek a szilvásváradai Nemzeti Vágtán.

az Uwaiss nevű lovával serleget szerzett és a dobogó második fokán végzett.

Gratulálunk a Vajdasági Vágta kishegyesi községbeli versenyzőknek az elért eredményekért, valamint köszönet, hogy ezáltal is öregbítették Kishegyes és Bácsfeketehegy települések hírnevét. Sok sikert kívánunk nekik a Nemzeti Vágtán!

Szukola Béla

Törésvonal

Valamikor régen, amikor az idő még nem darabokra szabott naptári cellákban élt, és az emberek ismerték a pihenés ritmusát, a reggelek lassan világosodtak, a munkának volt eleje és vége, a test fáradt volt, de a lélek nem. Valamikor régen a csend nem volt zavaró, és nem kellett betölteni minden pillanatot produktivitással. Aztán valami történt. Valaki valahol kimondta, hogy „az idő pénz”, és az ember azóta nem meri elengedni az óráját. Most pedig itt vagyunk. Egy világban, ahol a csend gyanús, a tétlenség bűn, a pihenés luxus. Mindenki siet! Mindig! Folyamatosan! Egy belső metronóm kattog minden fejben, ketyeg, lök, hajt, sodor. Nem emlékszünk, mikor lélegeztünk utoljára igazán mélyet. A levegőbe már csak kapkodunk – mert haladni kell. Napi huszonnégy órából huszonötöt szeretnénk kihasználni. A telefonunk már ébredés előtt ébreszt minket. Az utolsó álmfoszlányokat is letöröljük az arcunkról, hogy még időben el tudjunk bukni egy újabb határidőbe. Dolgozunk! Többet, gyorsabban, ügyesebben! Automatizálunk! Tervezünk! Határidőre hajtunk, elvárásokat teljesítünk! Minden egyes elvégzett feladat után ott a következő. A „nyugalom” már csak egy menedzser-szótárban létezik, zárójelben. És közben lassan kiürülünk. Már nem vagyunk emberek, csak funkciók! Pozíciók! Szerepek! Fogaskerekek! A lelkünk halkul, a testünk kiabál. Fejfájás, alvászavar, idegesség, kontrollvesztés, falakba ütközés – de nem állunk meg. Nem merünk! Mert ha megállnánk, talán rájönnénk, hogy már rég elvesztettük önmagunkat. A kiegész nem robbanás, hanem elhalványodás. Lassan történik. Napról napra kevesebb fény. Kevesebb íz. Kevesebb öröm. Egyre gyakrabban vesszük észre, hogy ugyan mosolygunk, de csak kívülről. Belül meg sem rezdülünk. Mégis: a világ tapsol. Elismeri a „kemény munkát”. Becsüli a „sikeres embert”, aki minden este hullafáradtan zuhan be az ágyba, hogy aztán hajnalban újra induljon a verseny. De mi ez a verseny, és ki nyeri meg? Miért futunk, ha közben nem is élünk? Egyesek már érezni kezdik, hogy valami nincs rendben. Hogy

az élet nem excel-táblázatokban mérhető. Hogy a gyerekek nőttek egy fejet, és ők nem emlékeznek az utolsó közös ebédre. Hogy a barátaik rég elhallgattak, mert ők mindig csak azt mondták: „bocsi, nincs időm.” A Föld sem bírja. Az a rohanás, amit mi diktálunk, őt is elsodorja: gyorsabb szállítás, több termelés, több erőforrás, több szemét, több zaj! Az örökös rohanás ára nem csak a lelkünk – az otthonunk is pusztul vele együtt. Valahol mélyen legbelül mindenki tudja, hogy ez így nem tarthat örökké. Hogy nem lehet mindig rohanni, mindig késni, mindig túl sokat vállalni, miközben belül már rég nincs senki otthon. És akkor történik valami. Egy pillanat. Egy reggel, amikor a tükörben már nem csak fáradtság van, hanem valami ijesztő idegesség. Egy este, amikor nem kapcsolod be a gépet, csak nézel ki az ablakon, és nem tudod megmondani, mikor volt utoljára ilyen csend. Egy kérdés, ami nem hagy nyugodni: ez tényleg az élet lenne? Talán ott kezdődik a változás. Nem egy forradalmi döntéssel, nem is egy új naptárral. Csak egy kis, alig észrevehető mozdulattal. Hogy nem nézel az órára. Hogy nem nyúlsz a telefon után. Hogy nem mondasz azonnal, hogy „ma nincs időm”. Csak ülsz egy padon. Vagy nézed, ahogy a gyereked játszik, anélkül, hogy máris máshol járnál fejben. Egy csésze teát kevergetsz csendben, és nem sietsz vele sehová. Aztán lassan megérted: az idő nem ellened dolgozik. Csak te fordítottál hátat neki. És akkor talán újra elkezdesz élni. Nem úgy, ahogy a naptár diktálja, hanem ahogy a szíved súgja. És nem az lesz a fontos, hogy mennyit teljesítettél, hanem hogy mit éltél meg belőle. Mert aki mindig rohan, az egyszer csak elér oda, ahová soha nem akart: önmaga végleg kiüresedett árnyékához. De aki időben megáll, az talán még visszatalálhat. Önmagához! Az élethez!

Uzula

Meggyes rétes házi tésztából

Hozzávalók

rétestészta

- 200 g rétesliszt
- 175 g finomliszt
- 1 db tojás
- 1 db tojássárgája
- 3 ek tejföl
- 2 ek almaecet
- 1 dl víz
- 8 ek nádcukor
- 50 g zsemlemorzsa (pirított)
- 80 g vaj

töltelék

- 500 g meggy
- 3 ek nádcukor
- 1 db citrom
- 2 ek vanília kivonat
- 50 ml szörp (házi meggyeszörp)
- 2 evőkanál kukoricakeményítő

Elkészítés

rétestészta

1. A liszteket és pár kanál cukrot átszitáljunk, majd hozzáadjuk a tojásokat, az ecetet, a tejfölt és a vizet is.
2. A tésztából fényes tésztát gyúrunk, ez géppel kb. 15 percet vesz igénybe. Ha picit ragadósnak tűnik még, az nem baj, csomagoljuk folpackba és tegyük hűtőbe legalább 2 órára. Közben készítsük el a meggytöltelék.
3. A nyújtáshoz vegyünk elő egy nagyobb fajta tiszta konyharuhát és szórjuk meg alaposan rétesliszttel. A pihentetett tésztát vágjuk ketté, majd (egyszerre csak eggyel dolgozva) kezdjük el kézzel szétnyújtani. Amikor már akkora mint egy kisebb pizza, tegyük a tésztát a belisztezett konyharuha közepére, és kezdjük el a pereme mentén körkörösén nyújtani-húzogatni.
4. Amikor már szép vékony a tészta (és ezért nem merjük tovább húzni), megkenjük az olvasztott vajjal, majd megszórjuk a pirított zsemlemorzssával és pár kevés nádcukorral.
5. A tészta egyik oldalára halmozzuk a töltelék felét (pár cseppet érdemes a tészta többi részére is petyezní), majd a konyharuha segítségével feltekerjük a rétest.
6. A két rétesrudat sütőpapíros tepsire tesszük, a tetejüket pedig lekenjük vajjal és kevés cukorral is megszórjuk. 180 fokra előmelegített sütőben fél óra alatt aranybarnára sütjük.
7. A kész rétest hagyjuk hűlni szeletelés előtt, majd tálaljuk ízlés szerint vaníliafagylalttal.

töltelék

1. A meggyet (ha befőtt vagy fagyasztott, akkor

csepegtessük le) egy kis lábasba tesszük és hozzáadjuk a nádcukrot, majd belereszeljük a citrom héját és belefacsarjuk a levét is.

2. Ízesítjük a töltelékét vaníliával és meggyeszörppel, majd az egészet összefőzzük 5-10 perc alatt.

3. Egy kis tálkába öntjük a keményítőt, majd hozzáadunk a meggy forró levéből és csomómentesre keverjük, mielőtt a töltelékhez öntenénk.

4. A meggyragut ezután pár perc alatt összesűríti a keményítő, és készen is van. Hagyjuk teljesen kihűlni.

Egy jó rétes sose rossz, még kicsit langyosan, egy gombóc vaníliafagylalttal tálalva kevés sütemény veheti fel vele a versenyt. Aki pedig már készítette házi tésztával, az tudhatja, hogy a bolti sajnos a nyomába sem ér. Elkészíteni azonban messze nem annyira komplikált, mint azt sokan gondolnák, nem kell egyből egész asztalt igénylő tésztanyújtásra gondolni, lehet kicsiben is kezdeni. A meggyes töltelék pedig frissből, fagyasztottból és befőttből is készülhet, ha pedig fokoznánk az ízeket, adjunk a töltelékhez kevés szörpöt is.

Forrás: www.nosalty.hu



FECSKE TOLL

PIPACS

Valamikor futottam és csokorba szedtem
az égő piros rengetegben,
pipacs virított a kezemben.

Árktot ugrottam át,
hogy a magas fűben
leüljünk és fogtad kezem.
Hátra fújta arcomból hajamat,
a langyos májusi fuvallat,
és önfeledt kacagástól visszhangzott
az előttünk csordogáló patak.

Most is láttam pirosuló mezőket,
a vonat ablakából, ahogy haladt,
de már nem tépem le
és szedem csokorba,
csak nézem ahogy távolodnak az ég
alatt.
Pompás látvány számomra,
csak egy pillanat, ami felidézi a múltat.

Bácsi (Vajda) Sára



ANYAKÖNYVI HÍREK

Újszülöttek

Radislav és Jovana Hordodi kisfia **Aleksej**
Lőrík János és Nikoletta kislánya **Emma**
Beđet Krasnići és Klaudia Bajrami kisfia
Besljim
Srđan és Éva Andrijašević kislánya **Lejla**
és kisfia **Bogdan**



Elhunytak

id. Szilágyi János április 14, 73 évében
Mladen Nika Stanišić április 15, 77 évében
Filip Ivanović április 19, 38 évében
Dragoljub Backović április 19, 72 évében
Darinka Aleksić szül. Višnjić május 17,
87 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, Dr. Kasza Bálint, Faragó Péter, Fekete Andor, Halász Renáta, Hajvert Lódi Andrea, Orosz Attila, Papp Julianna, Pál Károly, Sárközi Ottília, Szukola Béla, Simonyi Zsófia, Szakács Tamás, Juhász Attila. Készült Bácsfeketehegyen a P.S. Print & Design nyomdában 2025. június.

CIP – Каталогизација у публикацији
Библиотека Матине српске, Нови Сад
659.3 (497.113)
FECSKE: bácsfeketehegy havilap / szerkesztő Bácsi Róbert.
– 1. évf., sz. (2004). – Bácsfeketehegy: Zöld Dombok környezet- és
közösségfejlesztési szervezet, 2004. – Illus.: 30 cm
Mesečno.
ISSN 2217-3706
COBISS-SR-ID 201634567

TÁNCISKOLA

A hagyományos Tánciskola 2025.06.24-én 19:00-tól kezdődik a bácsfeketehegyi Kultúrotthonban

TÁNCOKTATÓ:
VÍG RÉKA

ZENEKAR:
PECE LÁSZLÓ ÉS
BALÁZS ZOLTÁN

TANDÍJ: 4500 RSD
(FIZETNI ÍRATKOZÁSKOR,
1 VAGY 2 RÉSZLETBEN)

JELENTKEZÉS:
JÚNIUS 22.-IG
VÍG RÉKÁNÁL - 062 8380425

