

FÜGGETLEN POLGÁRI HETILAP

ÁRA
40,00
DINÁR

Magyarakanizsa,
2018. február 22.

XXV. évfolyam (890) 7. szám

UKANIZSAI

Újság



***Megmozgatták
Magyarakanizsát!***

ISSN 1451 - 7051





Fit Auto

**5 ÉVE MINDEN, AMI AZ AUTÓHOZ KELL!
KÖSZÖNJÜK A BIZALMAT!**

e-mail: fitauto@stcable.net
Tel.: 024/4877-370, 024/4873-370, 063/436-552
24420 Magyarkanizsa, Gesztenyefasor 3.



Nosztalgia Optika

**Minőségi keretek és lencsék
Szakszerű kidolgozás
Ingyenes szemvizsgálat
Hozzáférhető árak**

**Magyarkanizsa, Piac tér 8.
Kedd, csütörtök, péntek: 9 – 16 h,
Szerda: 12 – 18 h,
Szombat: 8 – 12 h**



FANTASTICO

Magyarkanizsán
- Fő utca 4. (874-051)
- Piac tér sz.n. (873-461)

Zentán
- Fő utca 11. (817-052)
- Posta utca 4. (811-051)

Adán
- Lenin utca 5. (854-599)
- Vuka Karadžića 19. (855-300)

**Pénzváltó
Menjačnica
Exchange office**

FANTASTICO AZ ÖN TÖKÉLETES VÁLASZTÁSA!

www.karhpoliklinika.net



BELGYÓGYÁSZAT – endokrinológia, kardiológia
**ÁLTALÁNOS orvos, GYERMEKORVOS,
ORTOPÉDIA, CSONTSŰRŰSÉGMÉRÉS,
UROLOGIA, NEUROPSZICHIÁTRIA,
NŐGYÓGYÁSZ** – tanácsadás, szűrővizsgálat
ULTRAHANG – hasi, mell, pajzsmirigy, prosztata
LABORATÓRIUM, EREK DOPPLER-vizsgálata
4D BABAMOZI (CD, fényképek, mérések, 3000)
SZŪRŐVIZSGÁLAT-csomag (EKG, vérnyomásmérés, pajzsmirigy-,
mell-, hasi ultrahang, vércukor-, vérsír-, csontsűrűségmérés, 3000)
Magyarkanizsa, Kard u. 1. Tel.: 024/876 454, 063/534 029

**AUTO ŠKOLA
TISA VOLÁN
AUTÓSISKOLA**

TANULJON MEG BIZTONSÁGOSAN VEZETNI A
"TISA VOLÁN,, AUTÓSISKOLÁBAN!
NÁLUNK MEGSZEREZHETI VEZETŐI JOGOSÍTVÁNYÁT:
AM, A1, A2, A, F ÉS B KATEGÓRIÁRA.

e-mail: tisavolan@stcable.rs
Magyarkanizsa, Fő tér 9. (a CHESA épületében)

**024/220-409
062/120-80-26
064/120-80-26**



Tandari Szállítás



"Mindent a vendégért, jó helyen, jó emberek között mindenki jól érzi magát"
Napsugár rendezvényter-
münk csapata bőséges
kínálattal, egyedi szerve-
zéssel és szívvelyes ven-
dégeléssel követi megál-
modott eseményét.
Vendégszeretettük,
szaktudásuk, hozzáál-
lásuk és az évek során
szerzett tapasztalataik
alapján, összejövetelét
körültekintően rendezik
meg az Ön egyéni elkép-
zeléseire igazodva!

zlatara ékszerész

„PASTOR”

órák, ezüstékszerek
nagy választékban

**24420 Kanjiža
Glavna 9/D
Tel: 024/873-273**




v.s. TISA-VET d.o.o.

– Állatorvosi rendelő
munkanapokon: 16-tól 19 óráig
szombaton: 8-tól 13 óráig

– Állatorvosi gyógyszerértár
munkanapokon: 8-tól 19 óráig
szombaton: 8-tól 13 óráig

– Kutya kozmetika minden nap megbeszélés szerint

Kaphatók:
Hills,
Terra,
Animonda,
Versele-Lagra,
Royal Canin,
Trixie,
Eukanuba termékei.

Újdonság: vérelemzések (vérkép, biokémia, gyorstesztek) a helyszínen!
Szent Száva utca 9. (a Galaxis mellett), Telefon: 876-502

ÚJ KANIZSAI ÚJSÁG

FÜGGETLEN POLGÁRI HETILAP

Alapító és kiadó a tóthfalusi LOGOS-print d.o.o., 24427 Tóthfalu, Kossuth u. 4. tel. és fax: (024) 887-141

Felelős vezető:
Deák Verona

Szerkesztőség:
Logos-print Kft.
Kossuth utca 4/a
24427 Tóthfalu
Folyószámla:
265-242031000125-58

Alapító főszerkesztő:
dr. Papp György

Felelős szerkesztő:
Jenei Klementina

Munkatársak:

Aranyos Á. Klára, Bödő Sándor, Csápek József (egyházi hírek), Jánosi Károly, Kávai Szabolcs, Koprivica Aranka, Losonczi Ernő (sport), Miskolci Magdolna, Molnár Csikos Benedek, Pásztor Sándor (műszaki szerkesztés), Pósa Károly, Telegdi Mária (humanitárius tevékenységek), Valkay Zoltán • Fotók: Iván László, Puskás Károly • Készült a tóthfalusi Logos-print d.o.o. nyomdában • Felelős vezető: Deák Verona • Kéziratokat, fényképeket nem örzünk meg, és nem adunk vissza • Egyes szám ára 40 dinár • Előfizetés egy évre 2080 dinár, fél évre 1040 dinár, negyedévre 520 dinár postaköltséggel •

E-mail: ujkanizsai@gmail.com

LAPUNK

KÖVETKEZŐ SZÁMA
2018. MÁRCIUS 1-JÉN
JELENIK MEG.



Az Új Kanizsai Újság megjelenését Magyar Kanizsa önkormányzata, a Magyar Nemzeti Tanács, valamint a Kulturális és Tájékoztatási Minisztérium támogatja.

CIP – Каталогизација у публикацији Библиотека Матице српске, Нови Сад 659.3(497.113)

Új kanizsai újság – Független hetilap / Fő- és felelős szerkesztő Papp György. – 1 évf., 1 sz. (1994) – Tóthfalu : Logos-print, 1994-, 30 cm. Dvonedeljno. ISSN 1451-4051 COBISS,SR-ID 62375186

Az anyanyelv napja

„A nyelv olyan, mint az ég íve a maga egymásba futó színeinek gyönyörű játékaival” – fogalmazta meg találóan jeles nyelvújítónk, Kazinczy Ferenc. Szébb hasonlatokat, szimbólumokat nem is találhatnánk, nem is kereshetnénk anyanyelvünk gazdagságára, változatos nyelvi kifejezéseire, amelyeket teljes mivoltukban nem is tudnak lefordítani más nemzetek nyelvére, hiába is próbálkoznak a neves próza- és versírók. És erre büszkének is kell lennünk, mert „a nyelv az egy játék, a nyelv az egy kincs”. A nemzet legdrágább kincse. Hogy ez mennyire valóság, egykori pedagógus múltam emlékei között kutatva, a múlt homályából hirtelen felvillant egy szívet melengető emlék, illetve nem is egy. Mert hajdanán, több mint két évtized múltán, vagyis előtte, számtalan irodalmi, anyanyelvi vetélkedőre vittük, vezettem a tanítványaimat, hogy fejlesszék és megmutassák anyanyelvük iránti szeretetüket mind szóban, mind írásban.

Az egyik ilyen verseny volt (és ma is létezik) a KMV, ahol a középiskolák magyar ajkú tanulói próza – és versmondó, illetve próza – és versíró tudásukban mérték össze „erejüket”, rátermettségüket. Együttal ez a három nap magyarságunk, fiataljaink összetartozását, nyelvünk megtartó erejét is jelentette, és erősítette az anyanyelv iránti szeretetet és annak tovább örökítését.

Említésre méltó, hogy egyik kiváló, oromhegyesi tanítványom, Domonkos Ibolya, (aki ma már magyartanárral) továbbjutott Becséről, a tartományi versenyre, majd, mint a dobogó legfelsőbb fokának helyezettje, a köztársasági versenyen is részt vehetett a szerb anyanyelvű helyezettekkel együtt. Kosztolányi Dezső: Ilona című gyönyörű versét mondta el, amely tudvaleg a szavak játéka, csodálatos, „elbűvölő, egymásba futó íveivel” van tele. És szinte lefordíthatatlan más nyelvre. Elbűvölő, de csak annak, aki érti a mi anyanyelvünket, a költő lebilincselő, pompázatos nyelvi fordulatait, a szavak zengését, a szavak dalolását. Olvassuk hát, íme, néhány, szakaszát.

Lenge lány,
aki szó,
holdvilág
mosolya:
ezt mondja
a neved,
Ilona,
Ilona.

Lelkembe
hallgatag
dalolom,
lallala,
dajkálom
a neved
lallázva,
Ilona.

Mindhogyha
a fülem
szellőket
hallana,
sellőket,
lelkeket
lenyeni,
Ilona!

Müezzin,
zümmög így:
„La illah
il' Allah”,
mint ahogy
zengem én,
Ilona,
Ilona.

Ó az i
kelleme,
ó az l
dallama,
mint ódon
ballada,
úgy sóhajt,
Ilona.

Csupa l,
csupa i,
csupa o,
csupa a,
csupa tej,
csupa kéj,
csupa jaj,
Ilona.

Miután Önök is elolvasták ezeket a zengő sorokat, meg is értették, mert ez a mi édes anyanyelvünk! Nem kell csodálkozni, hogy a belgrádi zsűri – habár „lefordították” az állami nyelvre, nem tudta értékelni, sem érteni a vers lelki mondanivalóját, sem a versmondó kiemelkedő tehetségét, így csak elismerő oklevelet kapott. Azonban ez nem szegte kedvét Ibolyának, mert magyartanárként ma már ő neveli a fiatalokat az anyanyelvünk iránti szeretetre, megbecsülésre. Elmondhatjuk, és hisszük, (higgyük), hogy nálunk Bácskában, és újabban a szörvényekben is ragaszkodnak a magyarok az anyanyelvükhöz, a hagyományokhoz és kultúrájukhoz, és ezzel megőrizték identitásukat.

Habár elterjedt vélemény, hogy a műveltség leglényegesebb fokmérője, ki hány idegen nyelvet ismer. Némi túlzással azt mondjuk; ahány nyelven beszélsz, annyi embert érsz. Épp ezért éveken át formáljuk az idegen nyelveket, és igyekszünk, hogy „máshol” ne érezzék idegen voltukat! És nem egyszer a külföldre szakadt hazánk fiai, főként a több évtizeddel ezelőttiek, hazajövet „szabadságra” németes kiejtésükkel tanítják azt (tisztelet a kivételnek), hogy ők az idegen nyelvet többre tartják az anyanyelvüknél, és már az utódaik sem beszélik a magyar nyelvet, de itthon is hányan ismerik teljesen a magyar szókincs gazdagságát, és beszédükben, írásukban hányan élnek nyelvünk gazdag, változatos kifejezési formáival? Még a tanultak, a legműveltebbek is, kellene, hogy állandóan bővítsék ismeretüket a magyar nyelv alaposabb megismerésében, mind a nyelvünk múltjának és jelenének kapcsán. Mindannyian szüleinktől örököltük nyelvünket, szókincsünket, a műkincses örökségünk. Örökösai vagyunk e szellemi örökségnek, és ezért meg kell őrizni őket. Ne adjuk el idegenért, idegen gondolkodás tükréért! Ha tanulsz is idegen nyelveket, jobban megérted a sajátodat, és jobban tudsz gondolkodni a magadén „ha azt nem akarod, hogy a gondolkodásod roszkatag legyen mind a felemás kövekből épített ház, akkor csak a magadén gondolkodjál” – mondta és írta egykor Babits Mihály. És milyen igaza van! Akármilyen jól tudunk egy nyelvet, érzéseinkkel álmainkat, gondolatainkat igazán csak a magunkén tudjuk kifejezni.

„Mondják: a tiszta, világos gondolkodás, világos stílust szül. De ha valaki nem ura a nyelvnek, hiába gondolkodik világosan, nem tudja kifejezni magát: Tanuljunk tehát! Ha elhanyagoljuk, ma holnap nagy íróink, költőink nyelvét sem értjük meg. S ezzel létünk jogát játsszuk el” – így int bennünket és intette eleinket Kodály Zoltán.

Anyanyelvünk napját február 21-én ünnepeltük.

Telegdi Mária



VISSZAPILLANTÓ

VISSZAPILLANTÓ

2018. 02. 13. – 2018. 02. 19.

HATÁRON INNEN

Hamarosan ismét pályázhatnak falusi házak vásárlására a vajdasági házaspárok, illetve azon személyek, akik hosszabb ideje élnek élettársi kapcsolatban. A Tartományi Nemi Egyenjogúsági Intézet pályázatáról van szó, amelyre 2015 óta minden évben több százan jelentkeznek. A márciusban nyíló pályázat a negyedik az elmúlt években, a pályázat összértéke 30 millió dinár, amelyre 30 pár jelentkezhet.

A szerbiai a leginkább egyenlőtlen társadalom Európában, ha azt vesszük figyelembe, hogy mekkora a különbség a legalacsonyabb és a legmagasabb jövedelmek között. A pontosabb elemzések szerint a szerbiai körülmények között a lakosságnak csupán a 10 százaléka engedheti meg magának az itteni viszonyokhoz képest „fényűző” életmódot.

A szabadkai rendőrség őrizetbe vette M.S.-t (1981), mert alapos a gyanú, hogy ő ölte meg azt a férfit, akinek holttestét az elmúlt hét szerdáján találták meg a városi sportszernak környékén.

Február 15-én, az ortodox gyertyaszentelő, vagyis Sretenje napján ünnepli Szerbia az államiságának napját, ezért február 15-e és 16-a munkaszüneti nap volt. 1804-ben Szerbiában ezen a napon kezdődött meg a törökök elleni első szerb felkelés, 1835-ben pedig Kragujevacon a nemzetgyűlés elfogadta Szerbia (akkor Szerb Fejedelemség) első alkotmányát. Ezért döntött a szerb parlament 2001. július 10-én úgy, hogy ez a nap legyen az ország államiságának napja.

Harmincnegyedik alkalommal rendezték meg a hétvégén a Szenttamás melletti Turian a kolbászfesztivált, amely egyes adatok szerint Szerbia harmadik leglátogatottabb rendezvénye az Exit és a guçai trombitafesztivál után. A fesztiválon készített, újabb Guinness-rekordot jelentő 2.034

méteres kolbász két óra alatt elfogyott, anynyian voltak a rendezvényen.

Folyamatban van Magyarország felé az új határátkelő kiépítése a Zombor községben lévő Rastinánál. A Rastina-Bácsszentgyörgy határátkelőt tavasszal nyitják meg. Zomborból a legrövidebb út Gádon (Gakovo) és Rastinán keresztül vezet Magyarországra. A zomboriak számára így Baja tíz kilométerrel közelebb kerül.

Tíz éve kiáltotta ki függetlenségét Koszovó, amit Szerbia a mai napig nem ismer el. Vannak olyan értesülések, hogy Szerbia 2025-től jósolt uniós tagságának feltétele lehet Koszovó függetlenségének elismerése. **Aleksandar Vučić** szerb elnök szerint ez biztosan nem lehetséges, de Koszovó ENSZ-tagságára talán rábólinthatnak.

A szerb katonai rendőrség letartóztatott két amerikai és két ukrán állampolgárt, akik drónnal próbáltak meg felvételeket készíteni a vezérkar régi épületéről, erősítették meg a Prva TV-nek.

Az Európai Unió azt kéri Szerbiától, hogy a szennyezés csökkentése érdekében tegye fizetőssé a műanyag zacskókat a boltokban. Az intézkedést a műanyagról szóló útmutató irányozza elő, amelyet a közelmúltban fogadtak el.

HATÁRON TÚL

Martin Schulz azonnali hatállyal távozik a Német Szociáldemokrata Párt (SPD) elnöki tisztségéből. Ezt a politikus személyesen jelentette be a múlt kedden Berlinben.

Heves vita bontakozott ki a horvát parlamentben múlt kedden Aleksandar Vučić szerb államfő előző napi zágrábi látogatása miatt. Az ellenzék keményen bírálta a horvát elnököt, amiért fogadta a szerb politikust, szemet hűnyva ez utóbbinak az 1991-1995-ös horvátországi háború idején vállalt szerepe felett.

Szerbiának el kell ismernie Koszovó függetlenségét annak érdekében, hogy csatlakozhasson az Európai Unióhoz – jelentette ki múlt szerda késő este Pristinában **Sigmar Gabriel** német külügyminiszter a szerb és a koszovói sajtó másnap reggeli beszámolóit szerint. A német diplomácia vezetője hozzátette: ugyanezt közölte a szerb vezetéssel is. A belgrádi sajtótájékoztatón azonban – amelyet Aleksandar Vučić szerb államfővel

közösen tartott – ez nem hangzott el, Gabriel csak annyit mondott: az EU és Németország abban érdekelt, hogy a Belgrád és Pristina közötti kapcsolat mihamarabb rendeződjön.

A szlovák rendőrség a múlt héten egy rutinellenőrzés alkalmával 24 olyan szerbiai állampolgárt talált Nyitra város ipari övezetében, akik nem rendelkeztek tartózkodási engedéllyel és bejelentetlenül dolgoztak, ezért haladéktalanul el kell hagyniuk Szlovákiát.

A helyi hatóságok szerint mintegy 17-en meghaltak és legalább húszan megsérültek a Florida államban található Parklandben, ahol a múlt szerdán egy középiskolában az egyik diák lövöldözni kezdett. A rendőrség nagy erővel vonult a helyszínre. A tömeggyilkosságot az iskola egyik volt diákja, **Nikolaus Cruz** követte el. A 19 éves tettet helyi idő szerint délután négy óra körül letartóztatták az iskolától nem messze eső lakásában. A Broward-megyei seriff közleményben tudatta, hogy a diákot magaviselete miatt korábban kicsapták az iskolából, ám egyelőre nem tudni, hogy ennek volt-e szerepe tette elkövetésében.

Több mint 412 ezer azoknak a magyarországi lakcímmel nem rendelkező választópolgároknak a száma, akiket névjegyzékbe vettek az áprilisi országgyűlési választásra. A regisztrációra a levélben szavazáshoz van szükség – derül ki a Nemzeti Választási Iroda (NVI) adataiból.

A balkáni migrációs útvonalon folytatott embercsempészet egyik új központja lett Temesvár – közölte a német szövetségi rendőrség a Welt am Sonntag című vasárnapi német lappal. A határigazgatásért felelős német rendőri szerv közleménye szerint Temesvárnak „jelentős szerepe” van az embercsempész bünszervezetek teherautókkal, kamionokkal végzett életveszélyes tevékenységében. A romániai város „hot spot” (gyűjtő- és elosztóközpont) funkciót tölt be a hálózatok működésében.

Tiltakozik 18 nemzetközi és további 237 nemzeti keretek között tevékenykedő, külföldi civil szervezet és szövetség az úgynevezett Stop Soros törvényjavaslat-csomag ellen. Hétfőn Berlinben közölt állásfoglalásukban felszólították a Magyar Országgyűlést, hogy utasítsa el a csomagot, és gondoskodjon a magyarországi civil szervezetek és emberi jogi aktivisták munkájának zavartalanlásáért.

Összeállította: Bödő Sándor

Az elmúlt évről a jövőbe tekintve

Interjúorozatunk hetedik, befejező részében Fejlesztési Róbert, magyarkanizsai polgármester nyilatkozott lapunknak. Elsődleges célunk volt, hogy a politikai állásfoglalás mellett a civil ember gondolkodásmódját is be tudjuk mutatni. Éppen ezért hovatartozástól függetlenül, fiatal, pályakezdő újságíró lévén kihívás volt egy hosszú, tartalmas beszélgetésből polgármesterünket olyan módon megmutatni, ahogy eddig talán még nem ismerhették. Közlélekenységéből adódóan nem zárkózott el egy kérdéstől sem, még ha azok kicsit szokatlanok is.

Amennyiben, mint civil személy kellene, hogy nyilatkozzon a városban jelenleg uralkodó helyzetről, hogyan vélekedne, mit mondana, milyen itt az élet?

– Nem választható el a kettő, ugyanis amit én civil magyarkanizsai lakosként gondolok, mondok és csinállok, megegyezik azzal, amit polgármesterként gondolok, mondok és csinállok. Ha nem hinnék ilyen erősen abban, hogy itt igen is adott minden a jó élethez, és nem terjeszteném ezt családi, baráti és ismerősi körökben, akkor nem is lehetnék hiteles.

Miből fakad ez a végtelen közvetlensége és őszintesége?

– A közvetlenségem és az őszinteségem a fiatal koromban megszerzett tapasztalataimból fakad, melyet, mint aktivista szerepemben különböző civil szervezetekben, viszont ezt nem lehet teljesen elválasztani attól, hogy polgármester vagyok. Ugyanis maga a pozíció megköveteli azt, hogy én ne állítsak mást reggel, mint este.

Hogyan viseli az interneten általánosan kapott támadásokat?

– Egy évvel ezelőtt még sokkal többet olvastam ezeket, és sokkal többet foglalkoztam velük, de idővel rájöttem, hogy az emberek többségét leginkább a szereplési vágy hajtja. Ebből kifolyólag ezeken a portálokon sok az általánosan elfogadott közhely. És ezeket is csak nagyon kevesen teszik állandó jelleggel, vagyis, maximum tíz ember az, aki vagy saját nevében, vagy álnéven vállalja azt, hogy hozzászól egy-egy bejegyzéshez, és ott jól megmondja, általánosított, közhelyes módon azt, ami sokszor nem is tükrözi a valóságot. A vele egyetértők pedig természetesen ugyanazt gondolják, vagyis, hogy a polgármester nem dolgozik, és ennek ellenére mégis



nagyon jól él. Az a baj, hogy ezek az emberek nem mennek el a probléma gyökeréig, és nem tesznek semmit a közösségért, csak és kizárólag kritizálnak. Abban hiszek, hogy előbb kezelni kell a probléma forrását. Amit viszont személyesen a legegyszerűbb és a legkönnyebb. Állok elébe lakossági fórumoknak, különböző találkozónak, megbeszéléseknek, ahol az adott gondok forrásától, a javaslatokon át, a megoldásig mindent felvázolunk, és ha tudunk segítni.

Jelenleg, mint VMSZ-es politikus végzi a polgármesteri teendőket. Miben látja a párt erősségét, ami miatt azonosulni tud a nézeteivel és tevékenységeivel?

– Immár 18 éve annak, hogy közéleti szerepet töltök be, természetesen én is diákszövetségekben, ifjúsági szervezetekben, és az iskolában tevékenykedtem először, ennek köszönhetően viszont megláthattam, és megérthettem azt, hogyha egy magyar lakta területen nem egy magyarokat előnyben részesítő, és értük dolgozó párt munkálkodik, akkor az az adott terület könnyen és gyorsan hullik darabjaira. Így vált számomra magánemberként elsősorban fontossá a magyarságom. És azt gondolom, hogy nekünk, nemzeti kisebbségben élőknek ebben az országban azt kell támogatnunk, aki eredményeket ér el, nem pedig azt, aki uszít. Úgy látom, a VMSZ az a párt, aki dolgozik azon, hogy mi, nemzeti kisebbségben élő magyarok jól éljünk. Fontosnak tartom, hogy az itt élők mindig a legerősebbre szavazzanak, hiszen, ha minden itt élő magyar egységet formálna, akkor ez a legerősebb, jelen esetben a VMSZ, még inkább képes lenne olyan, nekünk, magyaroknak fontos értékeket megőrizni, fejleszteni, és jobbat tenni, mint a magyar ajkú oktatás, művelődés, gazdasági élet fellendítése, egyházfejlesztés, a média világának fejlesztése és így tovább.

Mi a véleménye arról, hogy Pásztor István már többször is úgy nyilatkozott, hogy a Vajdaságban élő magyarok divathullámból mennek külföldre dolgozni, egyetért ezzel?

– A vezető pozícióban lévő politikusok nagyon gyakran, sokféle helyen és helyzetben kommunikálnak, és nyilatkoznak a nyilvánosságnak. A mondatoknak nagyon nagy súlya van, mégis azt kell, hogy mondjam, hogy mivel mi is emberből vagyunk, rohanunk, impulzusokban részesülünk, és megfáradunk, megesik, hogy meglepedkezünk, és nem úgy fejezzük ki magunkat, nem olyan kontextusba helyezük véleményeinket, amilyenben kellene. Egyébként én is osztom ezt az álláspontot, többször nyilatkoztam is már, hogy szerintem is divat lett abból, hogy az emberek külföldön próbálnak szerencsét.

Vajdaságban, mindegyik réteg más-más okból hagyja el – teszem hozzá tudomásom szerint nem túl nagy örömmel – saját hazáját. Vannak, akik nyilván nem keresnek eleget, vannak, akik nem tartoznak egy politikai párthoz sem, így nem tudnak egy-egy munkahelyen érvényesülni, és vannak biztosan olyanok is, akik többre vágnak, izgalmasabb, kalandosabb, mozgalmasabb életre.

– Persze, én nem akarok pálcát törni senki élete felett, én csupán nem tudok azonosulni azokkal, akiknek idehaza van biztos munkájuk, házuk, földjük, és még szülői támogatásuk is, és ennek ellenére mégis kivándorolnak külföldre, csak is azért, mert itthon egyébként szolidan élnek. A jelenlegi gazdasági helyzet Szerbiában ilyen, szolid. Csak sajnós az a gond ezzel, hogy ezek a családok nem jönnek majd vissza öt, tíz év múlva. És akkor majd igen nagy problémáink lesznek. Mert egyszerűen el fogunk fogyni, ami különböző vonzatokat hoz majd, mert minden mindenhez kapcsolódik. Ez egy ördögi kör, amelyből nem lehet majd kilépni. Ám azok, akik ingáznak, azokban legalább megmarad valami kötődés, mi viszont nem tudunk versenyezni a külfölddel, reálisan nem, csak egyengetni tudjuk az utat és minden tőlünk telthetőt megtenni az ittmaradás érdekében. Ez az én feladatom is.

Pósa Tamara

Berecz András és István előadójestje Magyarokánizsán

„Olykor felszalad bennem a kisördög...”

– Beszélgetés a Kossuth- és Magyar Örökség-díjas énekessel,
mesemodóval és zenész-táncos fiával –

Néhány évvel ezelőtt már volt alkalom személyesen is találkozni **Berecz Andrással**. Akkor csak vele, de az interjú azon a találkozáson sem maradt el. Ismerősként üdvözöltük egymást, amikor pénteken a próba után sikerült beszélgetnünk úgy 7-8 percen át.

– **Tisztelettel és szeretettel köszöntelek újra Magyarokánizsán. Ma egy olyan összeállítással jöttetek el hozzánk, aminek a címe *Apja – fia, de hogy egyértelműsítétek, hogy nem az apja fiáról, hanem apjáról és fiáról is szól az est, közé biggyesztettetek egy kötőjelet. Mit lát végül is ma este a magyarokánizsai nagydíjdemű?***

– Talán úgy fogalmazhatnék, hogy bemutatjuk azt, mit sikerült átadnom családon belül. Apáról hogyan száll át a fiúra az ének, a mese és ez a hagyományos műveltség. **István** fiam sokat hallgatta az énekeimet, de furulyázni is megtanult. Sokat hallgatta és nézte az édesanyját és táncostársait és őt inkább az fogta meg. Hallgatta a beszédeimet és ő ezt a tudományt mint vőfélyember vitte tovább. Minden valahogy ágazik, bogazik, fejlődik a családon belül, de nem össze-vissza, hanem egy bizonyos rendszerben. Van amit átvett, de olyan is, amit tovább vitt. Talán valami ilyesmiről szól majd a mai magyarokánizsai műsorunk.

– **Azt hiszem ez így is a jó, mert ha ugyanazt csinálnátok, talán nem is lehetne egy egész műsort összeállítani. Így, hogy te ezt, a fiad azt, de van közös is benne, egy kerek egész alakul ki belőle.**

– Hát persze. A legkisebb, érettségi előtt álló fiammal, **Marcival** például szoktunk együtt énekelni. Jó az, nagyon. Szépen énekel, hasonlít a hangja, a hangmagassága, jó a stílusérzéke, úgyhogy vele egyugyanazon dalokban sántikálunk. Marci a színészet felé kacsintgat, jó komikus érzéke van, ha egy embert öt percig hallgat, tíz percig tud beszélni annak jellegzetes tulajdonságairól. Nem tudom, ez bennem meg van-e, de egy kicsit biztosan. A szavakat élükre állítani, a világot görbén visszaadni, ez a bolondos, bohóc hajlam benne is meg bennem is meg van.

– **Van neked egy zongoraművész fiad, sőt egy lányod is. A lány hajlik-e a te művészeted felé?**

– A lányom nagyon szépen énekel. Jelenleg elsősorban a kisunokámnak, **Hangának**, aki egy éves. Akár hiszed,



akár nem, már megmutatkozik nála a zenei hajlam. Már lehet tőle hallani dallamtöredékeket, nagyon szépen és szenvedélyesen táncolgat, igaz közben háromszor hanyatt esik, de a lényeg meg van.

– **A ma esti műsornak van-e valami tájjellege, honnan és mit hoztatok el nekünk?**

– Úgy próbáljuk tagolni a műsort, hogy legyen tánc, ének, furulya és délvidéki zenészbarátaink, a **Juhász Zenekar** is szót kapjon, egyik betétszám pedig segítse a másikat. Nem tájoltunk, mindenhol van egy kevés. Megpróbáltunk építkezni és úgy néztük, hogy a sűrű felé haladjunk.

– **Gondolom a jóízű humorodat ezúttal sem hagyta otthon, mert a közönség szerintem igencsak számít rá.**

– Kerül majd valami, meglátjuk. Én azt hiszem, hogy elég baj, ha a közönség számít a nevetésre, mert akkor annál kevésbé tud majd nevetni. Legkönnyebb váratlanul megkacagtatni a közönséget. Egyébként az én esetemben az év legszomorúbb napja a szilveszter, mert akkor ki van írva, hogy: ma nevetünk! Én olyankor olyan szomorú szoktam lenni, hogy búvok a földbe, az orromat be tudnám fúrni a földbe, de amikor körülöttem savanyú, szomorú emberek vannak, akkor felszalad bennem a kisördög és addig nem nyugszok, míg meg nem tudom csiklandozni őket, a fültövüket megvakarni, a talpukat kicsit megcsiklandozni, ez ilyen érdekes dolog. Ahol a humort várják, ott egy kicsit nehezebb.



Ma este se várjanak semmit, aztán hátha kerül valami.

– **Köszönöm, András, hogy rendelkezésünkre álltál, és a mielőbbi vizontlátás reményében további sok sikert kívánok neked és családodnak!**

Berecz István, aki tulajdonképpen nagyapja után Berecz István András, édesapja (ha még nem tudnák) András István, és ha Istvánnak fia születik, az is András István lesz. Kicsit talán zavaros, de István ad a hagyományokra, főleg amióta az édesapja röppályájára állt rá ő maga is.

– **No de mi van, ha lányod születik? – kérdeztük Istvánt kíváncsian.**

– Az is András István lesz!

– **És ha 10 éves korában Istvánnak szólítják majd a lányodat? Nem lesz ciki?**

– Legfeljebb Pistinek vagy Bandinak hívják – teszi hozzá nevetve.

– **Sokan téged is Andrásnak szólítanak.**

– Igen, de nem baj, erre én büszke vagyok, és sohasem érzem azt, amit gyakran megkérdeznek tőlem, hogy nem nehéz így apád árnyékában? Hát nem gondolom én ezt árnyéknak, hanem egy hatalmas ajándéknak, hogy ide pottyantam le.

– **Ez egészen biztosan így van, hiszen végül is te egy önálló művész vagy, aki közös produkcióban lép fel édesapjával, és aki művészetével kiegészíti annak műsorát. Egyúttal csodálatos táncos is vagy, amit bizonyítottál a Fölszállott a páva versenyében is, hiszen 2012-ben megnyerted a szólótánc kategóriát.**

– Örülök, ha úgy látod, hogy hozzá tudok valami értéket tenni ahhoz a világhoz, amit édesapám már 40 éve szedeget és gyűjtöget össze. Nekem, mint táncosnak nagy élmény vele fellépni. Nem csak azért, mert édesapám és valójában ritkán találkozunk, hanem mert más fellépésekkel ellentétben, vele érzem a hatalmát az emberi szónak, azt, hogy a megfelelő helyekről összeszedett történetekkel olyan díszletet, olyan világot pakol a tánc köré, amibe teljesen más belépni. Ha édesapám öt percet is beszél a tánc előtt, érzem, hogy a közönség már be van avatva, valami olyanba, amibe más közönség nincs. Amennyiben megbotlanék és arccal beesnék a színpadra, a közönség még annak is örülne, hogy jé, milyen jó táncos, mert édesapám olyan jól meg tudja azt a világot jeleníteni hipp-hopp a történetekkel, hogy teljesen más nekem is így táncolni. Két műfaj a miénk, de édesapám otthon van a tánc világában is. Szinte várom, hogy egyszer meglep és táncra perdül. Szerintem jó táncos lenne. Nemrég láttam egy filmet, ahol egy fellábú ember ropta a néptáncot. Az a szép a magyar néptáncban, hogy egy nem biztos mozgású vagy sérült alkutú ember is örömet tudja lelteni benne és örömet tud vele okozni másoknak, mert a magyar néptánc önkifejezés és egyéni szabadság is egyben, amelyben bárki megtalálja a maga lelki egyensúlyát.

– **Az esten furulyázni is fogsz. Bizonyára édesapád énekét kíséred majd, mert gondolom tánc közben nem szoktál furulyázni.**



– Hát az elég bajos lenne! Igen, édesapámat kísérem majd, de mivel a furulyaszó önállóan is megállja a helyét, lesz abból is egy kicsi. Mindenképp egy kicsi.

– **A végén azért megkérdezném még, hol tartanak a dolgok: mikor üdvözölhetjük az újabb András Istvánt, legyen az fiú vagy lány?**

– Már szinte ott tartunk, úgyhogy nemsokára – felelte büszkén és boldogan.

– **Legyen sok örömetök a kis jövővényben, további sok sikert kívánok, köszönöm a beszélgetést!**

Amint azt írtam is az elején, a beszélgetést a délutáni próba után, a fellépést megelőzően folytattuk. Aztán ami következett, az minden képzeletet felülmúlt: dugig megtelt a színházterem, sokan állva nézték végig Bereczék parádés produkcióját, amiből tényleg nem hiányzott a Berecz Andrásztól megszokott ízes beszéd, a gyönyörű népdal, a Juhász Zenekar kiváló zenéje, a káprázatos szólótánc, és per sze a jóízű, kacagtató humor sem.

Az Andrással folytatott beszélgetésem után azért megkérdeztem tőle, hogy láthatjuk-e újra a közeljövőben. Egyszerű, de nagyszerű választ adott: A ma este menjen le úgy, ahogy annak lennie kell, aztán majd meglátjuk. Mikor halljuk a hívó szót, mindig szívesen jövőnk!

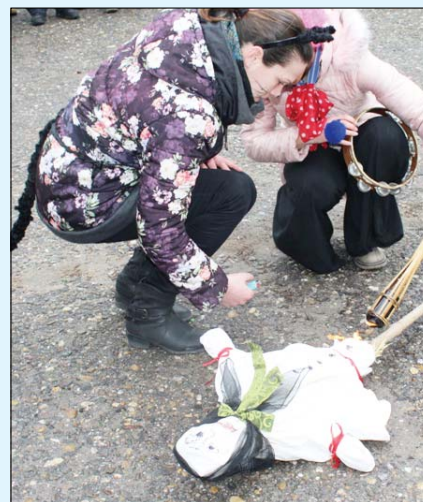
Bödő Sándor

Fotók: Puskás Károly



Farsangoltunk

A Gyöngyszemeink Iskoláskor Előtti Intézmény minden év februárjában vidám programokat szervez a gyermekek számára. Ilyenkor színes, hangulatos díszekbe öltöztetik az előcsarnokokat, csoportszobákat. Megjelennek a különböző fejdíszek, arcdíszek, jelmezek, amelyek elkészítésében a szülők is részt vesznek. A programokban megjelennek a tréfás, vidám mesék, versek, dalok, dalos játékok. Óvodáinkba vendégül hívtuk a Juhász együttest, aki népi hangszer-bemutatót tartott, és színes dalsokrot állított össze az óvodások részére. A programot Juhász Szécsi Viktória, Dejanović Dragana és Lončar Sanja óvónők vezették. A felhőtlen hangulat folytatódott a jelmezek bemutatásával és a fánkkóstolás sem maradt el.



Küzdött a tél a kiszehajtók ellen Kispiacon

A hagyományokhoz híven Kispiacon az idén is a farsang utolsó napján, húshagyó kedden tartották meg az immár tizedik télűző farsangi ünnepséget

A hideg havas eső sem tántorította el a farsangolókat attól, hogy nagy lármával az iskolától a Kőrös-patakhoz vonuljanak és a vízbe dobják a meggyújtott, szalmával tömött kiszehábokat, jelképezve ezzel a tél elűzését. Az eső ugyan percekben belül eloltotta a lángra kapott szalmabábokat, amelyek néhány méter megtétele után fel is akadtak a part menti nádasban. Ez sem szegte azonban kedvét a farsangolóknak, akik a patak melletti Kultúrotthonba vonultak, ahol a jó melegben érdekes foglalkozások vártak rájuk.

Elsőként a szebbnél szebb jelmezeket mutatták be a gyerekek, a legkisebbektől a legnagyobbakig, amelyeket egy háromtagú, a gyerekek szüleiből összeállított zsűri értékelt. Nem sorrendet állapítottak meg, hanem kiemelték a legsikeresebbeket, amelyek viselői játékokat, édességet, könyvet, iskolai felszerelést kaptak jutalmul. Volt közöttük tündér és boszorkány, orvos és kalóz, gomba és fekete özvegy, minden, amit csak a gyermeki képzelet kiötölhet.

A gyerekek tudnak a farsangról, de mivel otthon egyre kevesebbet hallanak róla, a lényegét nem igazán ismerik, mondta **Sárkány Dóra**, a Jókai Mór Művelődési Egyesület elnöke, a helyi általános iskola igazgatója.

– Egyesületünk tizedik éve szervezi meg ezt az eseményt az általános iskolával közösen, de az iskola már jóval korábban megszervezte egyedül. 2009-ben gondoltuk úgy, hogy mi is csatlakozunk, mivel úgy gondoltuk, hogy közösen sokkal sikeresebb rendezvényt tudunk tető alá hozni. Mint azt az idő igazolta, igazunk lett. Nagyon fontosnak tartjuk a hagyományőrzést, mert sajnos egyre inkább azt látjuk, hogy a gyerekeknek nincs aki otthon meséljen ezekről a hagyományokról. Magát a farsang szót szinte mindannyian



ismerik, de a részleteket nem. Egyre kevesebben tudják azt, hogy mikor kezdődik és mikor végződik a farsang. Megpróbáljuk az iskolai órákon is elmagyarázni nekik, hogy mi a húshagyó kedd, mi a hamvazószerda, mi a jelentősége



ezeknek a napoknak és egyáltalán a farsangnak, de például mesélünk a farsangi időszakot követő nagybőjtről is. Sajnos az időközben felnövő generációk egyre kevesebbet tudnak róla, és azt a keveset is egyik évről a másikra elfelejtik. Nem mindenki persze, de a nagy többség igen. Pedig hihetetlenül szépek a hagyományaink, kár lenne őket veszni hagyni. A jelmezekkel kapcsolatban elmondhatom, hogy külön örömmel tölt el,

hogy egyre többen maguk készítik el csodálatos jelmezeiket, nem kész, gyári illetve bolti jelmezekbe bújnak, amiért igazán hálás vagyok a szülőknek. Annyi mindenből lehet ötletet meríteni, annyi minden van otthon a családokban, hogy tulajdonképpen csak egy kis leleményesség kell egy-egy jó jelmez elkészítéséhez. Ezen felül azért is jó ez, mert amíg készül a jelmez, egyrészt együtt vannak szülők és gyerekek, másrészt az idő alatt is szóba kerül a farsang, tanulnak az együttlétből a gyerekek – nyilatkozta az eseményen **Sárkány Dóra**.

Az eredményhirdetést táncház követte, majd játékos vetélkedőkön vehettek részt a gyerekek. A teremben igazán csodás volt a hangulat, csak kint volt egy kissé barátságatlan az időjárás, a tél makacsul küzdött az elűzésére összesereglett farsangolókkal.

Bödő Sándor



info Tv

MŰSORTERV

2018. február 22., csütörtök

12 óráig folyamatosan Magyarkanizsai Körkép – Kanjiška panorama

17 órakor: NÉZŐPONT – közéleti magazinműsor

17,30: ÉVGYŰRŰK – válogatás az Info TV régi műsoraiból

2018. február 23., péntek

10 órakor: Géczy Gábor előadása:

A vidék jövője, a jövő vidéke (ism.)

15 órakor: Heti közélet – a szegedi TiszapART TV magazinműsora

17 órakor: Géczy Gábor előadása:

A vidék jövője, a jövő vidéke (ism.)

19 órakor: SZÓ-TÉR magazinműsor

2018. február 24., szombat

10 órakor: U našem ataru – poljoprivredna emisija / Mezőgazdasági műsor

17 órakor: NÉZŐPONT – közéleti magazinműsor

19.30 órakor: Magyarkanizsai Körkép – Kanjiška panorama (ism.)

2018. február 25., vasárnap

10 órakor: XII. Nemzetközi Kukoricafesztivál – vajdasági népzenei gálaműsora

12 órakor: Vasárnapi muzikaszó

17 órakor: Géczy Gábor előadása:

A vidék jövője, a jövő vidéke (ism.)

19.30 órakor: Magyarkanizsai Körkép – Kanjiška panorama (ism.)

2018. február 26., hétfő

10 óra: U našem ataru – poljoprivredna emisija / Mezőgazdasági műsor

17 óra: NÉZŐPONT – közéleti magazinműsor

2018. február 27., kedd

10 órakor: Arany János – Zenés válogatás a költő dalgyűjteményéből

15 órakor: Heti közélet – a szegedi TiszapART TV magazinműsora (ismétlés)

17 órakor: Arany János – Zenés válogatás a költő dalgyűjteményéből

2018. február 28., szerda

10 órakor: NÉZŐPONT-közéleti magazinműsor

16 órától másnap 12 óráig folyamatosan Magyarkanizsai Körkép – Kanjiška panorama

Konzuli fogadónap

Ismét konzuli fogadónapot tartottak épp egy hete Magyarkanizsán. Első ízben látogatott a városba **Sarlay Péter**, a szabadkai főkonzulátus munkatársa, hogy átvegye az állampolgársági kérelmeket. Attól függetlenül, hogy Szerbiában állami ünnep volt, a konzulátus megtartotta fogadónapját. A konzul urat arról kérdeztük, mennyien jöttek el, és mire hívná föl a figyelmet.



– A nap folyamán megközelítőleg kilencven kérelmet veszünk át, ezek egyszerűsített honosítási kérelmek. Eleve úgy szoktunk megállapodni a helyiekkel, hogy legfeljebb száz kérelmezőt szervezzenek egy napra, mert ez a legtöbb, amennyit át tudunk venni.

– **Magyarországi parlamenti választások elé nézünk, javában folyik a regisztráció. Mit tudna erről mondani?**

– Nagyon fontos a regisztráció, hiszen azoknak a külföldi lakcímmel rendelkező állampolgároknak, akik részt szeretnének venni az április 8-ai magyar országgyűlési választáson, szükséges regisztrálniuk. Ezt megtehetik abban a levélben, amelyet megkaptak a címükre. Válaszborítékba kell csak tenni az aláírt regisztrációt,

és azt elküldeni a Nemzeti Választási Iroda címére, továbbá lehetőség van arra, hogy a szabadkai főkonzulátusunkon adják le a regisztrációs lapot, illetve interneten is. Aki online szeretne regisztrálni, az a választas.hu oldalon megteheti. Fontos tudni, hogy a regisztráció tíz évig érvényes. Ám ha valakinek a lakcíme vagy a neve változott, ne feledje el az újbóli regisztrációt!

– **Elégedettek-e a regisztrálók számával?**

– Igen, sokan szeretnének részt venni a választáson. Akik az elmúlt hetekben tették le az állampolgársági esküt, nekik is lehetőségük van a konzulátuson való regisztrálásra.

Várhatóan áprilisban lesz ismét fogadónap Magyarkanizsán, addig is várják a bejelentkezéseket!

J

Fotó: Puskás Károly

HETI BÖLCSESSÉGÜNK



„AZ EMBEREK AKKOR KIABÁLNAK, HA A SZÍVÜK TÁVOL VAN EGYMÁSTÓL. AKKOR BESZÉLNEK RENDESÉN, HA A SZÍVÜK ÖSSZHANGBAN VAN A MÁSIKÉVAL. DE HA KÉT SZÍV EGYESÜL, EGYÁLTALÁN NINCS SZÜKSÉG SZAVAKRA.”

DEEPAK CHOPRA



A turisztikai díj mindenkit fejlesztésre ösztönöz

– Első ízben osztották ki községünkben a Turisztikai Tiszavirág-díjat, amelyet 13-an érdemeltek ki –

A magyarországi Turisztikai Desztináció Menedzsment (TDM) a közelmúltban díjat alapított az idegenforgalmi fejlesztések serkentése érdekében. A Turisztikai Tiszavirág-díjnak elnevezett elismerés létrehozását a községi önkormányzat is támogatta, így annak elnyerése még nagyobb jelentőséget kapott. Az első díjkiosztóra múlt szerdán került sor a Tandari-tanya Szabadidő Központban, amely ugyancsak a díjazottak között szerepel.

A TDM által létrehozott szakmai bizottság 13 jelöltet díjazott több évre visszamenő munkájáért a turizmus fejlesztése és népszerűsítése terén. Természetesen akadtak még olyanok, akik kiérdemelték volna az elismerést, egy limitet azonban tartani kellett, úgyhogy azok, akik most nem szerepeltek a befutók között, de továbbra is színvonalas turisztikai kínálatukkal rukkolnak elő, joggal számíthatnak arra, hogy jövőre ők is a díjazottak között lesznek. A következő évben a díjat már egy erre kidolgozott kritériumrendszer és szabályzat alapján fogják odaítélni az előző évben mutatott eredmények alapján.

– Manapság inkább a negatívumokat vesszük észre, azokról beszélünk, pedig sok pozitívum is fellelhető körünkben. Éppen ezért úgy gondoltuk, hogy ideje lenne megjutalmazni azokat a vállalkozókat, intézményeket vagy magánszemélyeket, akik a közösségért gondolkodnak és tesznek, esetünkben az idegenforgalom területén. Nem szabad elfelejteni, hogy például egy jól szervezett rendezvény mögött egy teljes csapat áll, legyen az gasztronómiai, népzenei vagy sportrendezvény. Minden ilyen esetben sok ember tesz azért, hogy az ide látogatók a lehető legjobban érezzék magukat. Reményeink szerint a díj ösztönzőleg hat majd a turizmussal foglalkozókra és arra buzdítja őket, hogy tovább növeljék turisztikai kínálatuk színvonalát és versenyképességüket, de azokra is, akik csak most gondolkodnak valamilyen idegenforgalmi tevékenység beindításán. Nagyon sok olyan rendezvényünk, magánkezdeményezésünk és egyéb turisztikai sajátosságunk van, amire méltán büszkék lehetünk, amit kötelességünk a nyilvánosság elé tárni. Magyarországi nevünk említésekor a világon mindenütt elsőként a gyógyfürdő jut az emberek eszébe és nem is vitás, hogy a Gyógyfürdő Rehabilitációs Szakkórház a magyarországi idegenforgalom zászlóvivője, de mellette olyan új tartalmak is felszínre kerültek, amelyekért érdemes hozzánk ellátogatni.

Magyarországi a Csönd városa, írta annak idején Gál László, de valljuk meg, néha nem esik jól ezt hallani, mert azért van itt élet, van itt pezsgés, az ide látogatókat nem csupán a Tisza-part vagy a Népkert szinte gyógyító csendje, hanem gazdag kulturális élet, sport és más jellegű programok sokasága várja. A Turisztikai Tiszavirág-díjjal azoknak szeretnénk köszönetet mondani, akik mindezt évről évre megteremtik nekünk – nyilatkozta **Koza Róbert**, a Turisztikai Desztináció Menedzsment elnöke.

Az oklevélből és egy tiszavirágot ábrázoló gravírozott üvegplakettből álló díjat **Miloš Kravić**, a községi képviselő testület elnöke és **Szarapka Ede**, a testület alelnöke adta át az arra érdemeseknek.

Első ízben a következők részesültek elismerésben: a Gyógyfürdő Rehabilitációs Szakkórház, az Aqua Pannon Hotel, az Art Garni Hotel, a Family Panzió, az OTP Bank-Kanizsa Kupa nemzetközi férfi kézilabdatorna, az adorjáni Hurka- és Kolbászfesztivál, Magyarországi helyi közössége, Tóthfalu helyi közössége, a velebiti Braća Kravić pálinkafőzde és líkai etnoház, a Wemsical Szerbia ifjúsági és művelődési egyesület, a Tandari-tanya Szabadidő Központ, **Sarnyai Csaba**, a Tiszai tangó turisztikai hajó tulajdonosa és üzemeltetője valamint a Gastro Balkan Kft.

Hosszú lenne felsorolni a díjazottak érdemeit, de részben nyilván mindenki tisztában van azzal, hogy a felsoroltak mit is kínáltak annak, aki egy-egy jelentős eseményre, legyen az az úszó- és futómaraton, a nemzetközi kézilabdatorna, a tiszavirágzás, az Új kenyér ünnepe, az adorjáni kolbászfesztivál, a Kanizsa Feszt, a kispiai Nemzetek főzőversenye, az oromi Malomfesztivál, a gazdag programmal felújított magyarországi vásár, a horgosi Szüreti napok vagy éppen a község napja, a magyarországi községbe látogatott.

Bödö Sándor
Fotó: Puskás Károly



Valkay Zoltán

Nád, mint építőanyag – nádsapkás házak a Tisza mentén

A XVIII. század elején a Tisza-menti mocsarak nántengeréből kiemelkedő gerendekeken kialakult településeken, mint például Martonoson és Kanizsán is elterjedt volt az úgynevezett nád, azaz tutaj falazatú veremszerű építmények építése, amelyeket Bél Mátyás Csongrád és Csanád megye 1730 körül megjelent leírásában így karakterizált: „... miután az itteniek kevesen építik házaikat rakott falból, de legtöbbször sörényfalként földbe tűzött nádat használnak, előbb erősen sűrű sorokban megkötözik, majd sárral tapasztják...”

E korai leíráshoz hasonlatosan a mintegy százötven évvel későbbi, a nagyréti Drazi-baránál 1873-ban tutajra épített kanizsai csőszházat is csaknem azonos módon készítették, mégpedig úgy, hogy előbb *toposokat* (oszlopokat) ástak le, és miután azokat úgynevezett vízszintes korlátokkal látták el, a kapott váz közé nádat, ritkábban napraforgószarat fűztek fel, majd az egészet jól betapasztották.

A tutajfal későbbi atavisztikus maradványát, a saralt nádból kiképezett háztűzfal-megoldásokban – esetleg a paticsvesszőfonatos falú hombárokban – ismerni fel, miután már a főfalakat alapvetően vertfalból, illetve vályogtéglákból készítették a XVIII. század közepén megtelepedett és berendezkedett elődök. A nád, mint építőanyag nagyobb szerepet innentől kezdve már csak a tető-héjalásban (esetleg a saralt mennyezetkiképezéseknél) kapott. Olyannyira, hogy 1900 körül községünk házainak mintegy 80%-ka többnyire náddal vagy faszindellyel volt lefedve. A nádfedésű házak egyik legismertebb példányát *A Vajdaság népi építészete* című 1991-ben kiadott kiadványban is bemutatták: ez pedig a martonosi Tank utca 14-es szám alatt volt megtalálható (Az 1844-es építésű ódon házat az 1990-es években bontották el). Egyéb iránt úgy tűnik nekem, hogy vidékünkön éppenséggel Martonoson maradtak meg legtovább a nádsapkás házak. Két évvel ezelőtt megessett felderítő utam alkalmával egyet még sikerült találnom, csakúgy a martonosi Tank utcában, ennek házszáma viszont 26-os.

Ennek ellenére a nádfedés készítésének módozatát Völgyesen gyűjtöttem/jegyeztem le 1992 júliusában.



Adatközlőm Vajda Ernő (született 1927-ben Kanizsán) volt, aki egészen röviden a következőket tudatta velem: a felállított kötőgerendákba ácsolt kecskebakos tetőre 80–100 centiméterenként erősítették fel hosszába az 5x5cm-es varróléceket, melyeket cigányfűró segítségével, faszögekkel fiksáltak. A tetősíkokat alulról kezdve nádkötegekkel terítették általában több sorban, melyeket – miután kalodával lefogták – régebben gyékénykötéssel, később pedig közönséges dróttal egy speciális görbe tüvel varrtak fel az emlegetett lécekre. A durva fedés után következett a 30-40 cm-re levágott tömítő nádszállakkal való dugdosás, s az egész felverése egy caknis (lépcsőzetesen kialakított) nádverő eszközzel. A tető-kupninál, azaz a taréjnál a kétoldalt áthajló nádat szépen össze- egybefonták. A taréjt újabban dudacserepekkel fedték. A nádtetőt 35-40 cm vastagságúra készítették, ami még az európai hőszigetelési szabványoknak is megfelel. Körülbelül harminc évig eltarthatott, ha minden tavasszal a hibás részekenél újradugdosással kijavították, tatarozták.

Eddigi építész pályafutásom ideje alatt két alkalommal sikerült nádsapkás házat terveznem, amelyeket azután meg is építettek. Az első a zentai Pánába, Szorcsik Ákos és Ibolya részére készült nyolcszögletű sátor tetős hétvégi ház volt, mely 2004 és 2010 között épült fel (fotóink e házról és építéséről készültek). Nádaszó-mestere a temerini Darázs Imre volt. Másodszor pedig Dukai Zoltán és Olívia Orom környéki 1108-as parcellájára készült alföldiesen terpeszkedő tanyaházára került nádaszás, melyet 2009-től kezdtek el építeni, s ha minden igaz, nemsokára teljesen elkészül. Ebből is látszik, hogy manapság ritkaságszámba megy a klasszikus nádfedésű házak építése. Helyettük 5-10 cm vastag préselt nádtáblákat alkalmazunk immár tetőszigetelés, esetleg ugyanezeket lépcsőzetesen felrakva kisebb kerti pavilonok, enyhelyek időszakos lefedésére. Érdemes elgondolkodni azon is, hogy öko-építés esetén préselt nádtáblákkal képezzük ki akár házfalak hőszigetelését is...

A Magyarkanizsai Egészségház újabb sikeres kezdeményezése

Kétnapos lett az egynapos ultrahangos akció

– Az ingyenes vizsgálatokra nem kevesebb, mint 165 polgár jelentkezett be –

Kedden délelőtt 10 órakor az egészségügyi intézmény régi épületének első emeletén még maguk a szervezők is meglepődtek, hogy az akció kezdetére már vagy 100-an váraakoztak. A vizsgálatok megkezdése után ez a szám tovább növekedett, úgyhogy kénytelenek voltak sorszámot adni az embereknek, hogy elkerüljék a tolongást. A vizsgálatra jelentkezők száma végül 165-ben állapodott meg. Ennyit embert az akcióra előlátott időtartam alatt természetesen a két orvos, **dr. Mirjana Vukolić** radiológus és **dr. Nada Jakić** tüdőgondozó szakorvos nem tudott megvizsgálni, 35 páciens a szerdai napra maradt.

– Az ultrahangos kivizsgálás egy korszerű diagnosztizáló eljárás, amellyel ma a hasüreg szerveinek állapotát illetve esetleges elváltozásait szeretnénk feltérképezni. A hasi ultrahangos vizsgálat a máj, a vese, a lép, az epe, a hasnyálmirigy, a húgyhólyag és a prosztata ultrahangos vizsgálatát öleli fel. Az elváltozások valamilyen betegség következményei lehetnek, amelyek akut



vagy krónikus megbetegedések, de tumor is előfordulhat. Ütés nyomán is kialakulhat valami rendellenesség, de egy genetikai elváltozás sem zárható ki. A mai vizsgálattal már a betegség korai fázisában fel szeretnénk deríteni az elváltozásokat és megfelelő gyógykezeléssel biztosítani a teljes gyógyulást a pácienseknek – mondta az intézmény igazgatója, **Gyólay Karolina**.



A rossz idő és a havazás ellenére sokan bejöttek a Magyarkanizsai Egészségházba a község településeiről is, ami azt támasztja alá, hogy nem csak az egészségügyi dolgozók, hanem maguk a polgárok is odafigyelnek egészségük megőrzésére, tette hozzá az igazgató.

– Az ultrahangos vizsgálat rengeteg segítséget nyújt nekünk abban, hogy felmérjük, milyen állapotban vannak a páciensek belső szervei. Veszélytelen, nincs sugárzás, a várandós kismamákat is így vizsgáljuk és minden esetben megkapjuk azokat az eredményeket, amelyekre kíváncsiak vagyunk. Hiszem azt, hogy ma is segítettünk néhány páciensnek egy-egy betegség megelőző felfedezésében, ami alapfeltétele a sikeres gyógykezelésnek – nyilatkozta dr. Nada Jakić szakorvos.

Az utóbbi időben a Magyarkanizsai Egészségházban egyre gyakrabban szerveznek betegségmegelőzési akciókat, de a különféle betegségek elleni küzdelem nemzetközi vagy nemzeti napján szervezett ismertető megmozdulások is ezt a célt szolgálják. Ezek az akciók az emberek egészsége az elsődleges, nem pedig az, hogy van-e neki egészségügyi biztosítása vagy nincs, hangsúlyozták a Magyarkanizsai Egészségház orvosai és vezetői a keddi illetve szerdai ingyenes ultrahangos vizsgálaton.

Bödő Sándor

Fotók: Puskás Károly



Nem bántja a szemét a szemét?

Szeresd a természetet és ne szennyezd! Tartsd tisztán a környezeted! A környezetvédelem mindannyiunk szívügye legyen! Emberalkotta környezeted tisztaságot, békét, egyensúlyt sugározzon! Ezek és az ehhez hasonló felhívások jutottak eszembe, amikor a megszokott utamat rőttem a város központja felé igyekezvén. Hogy miért? Mert ismételen már ősz elmúltával és egész télen ugyanaz a lehangoló látvány fogadott, fogad, mint tavaly és tavalyelőtt. Szókimondó, őszinte ember lévén a Vízöntő jegyében születettekhez híven nemcsak észreveszem, hanem szóvá is teszem és le is jegyzem a hiányosságokat, gondolván, megváltoztathatom, megválthatom világunk egy kis szegmentumát.

Konkrétan miről is van szó, mire szeretném felhívni tisztelt olvasóink figyelmét? A szemaforától nem messze, a Szabadka felé vezető úton (most már tudják is, melyik nevet viseli ez a hosszú út) több különféle lombhullató fát láthatunk. Ezek levele ősszel lehullik, a lakók össze is söprik, zsákokba rakják, és a Brantner cég el is szállítja azokat. Így van, volna ez rendjén. Azonban van egy nagy bökkenő, amit az út mellett lakók közül már többen megemlítettek, véleményeztek nekem, hogy tenni kellene valamit a szemmel látható mindkét ház sor előtt szétszórtan heverő elszáradt, hosszúvá nőtt kukoricalevélhez hasonló őszi „maradék” eltüntetésé érdekében. Ez a maradék az egyik ház elé ültetett két hatalmas bokor végterméke, amely nyáron át zöldell, de aztán elhal, azonban a letrött, széthullott 30 – 40 cm-es leveleit nem szedi össze, nem tisztítja el a tulajdonos. Jön a szél, és átszállítja a szomszédos házak elé, amelyek ott szégyenkeznek egész tavaszig. A gyalogjárdán, a házak tövében lépegetünk át rajtuk. A hajdani Ugranov ház előtt és az utána lévők legtöbbszörénél is ott fekszenek, majd vizesednek, hó lepi el őket (az a kevés, ami eddig hullott), míg lassan – mint a 2017-es évben is – szétmállanak, de már csak tavaszszal, mert nincs, aki eltüntesse „őket”, és elvigye az őket „megillető” helyre.

Egy-két ház lakója is megemlítette ezt az áldatlan állapotot, mivel rossz fényt vet mindannyiunkra. De akkor miért nem tesznek valamit annak érdekében, hogy változzon az utca, út elszomorító, környezetvédelem szempontjából elítélendő képe? Hiszen itt nagy a forgalom, ez a széles út vezet be és ki Magyaránizsából. Nem bántja a jóérzésüket, tisztaság iránti szeretetüket ez a látvány? És az sem, hogy az idelátogatók milyen véleményt alkotnak majd rólunk? Név nélkül, egyesek így vallottak:

– Igaz, hogy nem a ház elé valók ezek a „dísz kukoricabokrok”, nem is esztétikusak, és akkorára nőnek, hogy akadályt is képeznek a járdán, sokszor bele is ütközünk a lehajló hegyes levelekbe, mert azokat sem vágják le nyaranta, de senki sem akar ujját húzni a szomszédossal. Inkább mérgeledünk, és türeink. – Másrészt – fűzték hozzá a szomszédok – , erre vannak illetékes szervek, hogy lássák, észrevételezzék ezt a szemét bántó látványt, és felszólítsák a háztulajdonost, tartsa rendben a házatáját, annál is inkább, mert a nemtörődömsége miatt a többi lakót is kipellengérezik, illetve községünk jóhírén, környezetvédelmén, tisztaság és rend iránti szeretetén is csorba esik. Hogyha télen a hó eltakarítását is figyelemmel kísérik (sajnos, idén erre nem kellett ügyelniük), akkor a házak előtti fák és ilyen óriás kukoricabokrok karhosszúságú leveleinek összesepresését, eltávolítását is kötelezővé kellene tenni, és ellenőrizni a fent említett illetékeseknek.

Záradék azoktól, akik eltisztítják a házuk elé került hivatlan, kukoricaszárát és levelet:

– Több fiatal lakó és albérlő inkább átlép a járdájára került szeméten, minthogy felsöpörné. Sajnos, főként az idősek azok, akik nem nézik, kié a levél, és összeszedik, még ha nehezükre is esik. Tanulni kellene tőlük, és közös összefogással megoldani a problémát, illetve beszélni a „vétkes bokor” tulajdonosával, hogy ültessen a helyébe kevésbé terjeszkedő és a háza előtt hűségeseleg megmaradó és nem a szemközti oldalt is birtokló bokrot. No meg seprő is akad a ház körül! Vagy nem?

Teleki M.



A kép illusztráció

A női lét legnehezebb szakasza?

Klimax: a szembenézés ideje

Ijesztő fenyegetés a klimax közeledte a nők számára. Szerintük a változás kora azt sugallja, hogy már csak lefelé vezet az életút. Kétségbeesnek, aggódnak, hogy mit is kezdenek a hátralévő életükkel. A legtöbbszörnek ez a női lét legnehezebb, legszomorúbb szakasza.

Az anyaságnál is sokkal kevésbé megbecsült. Szégyenlősen rejtegeti a nő, mintha nem lenne a világ legtermészetesebb jelensége. Pedig ha józanul átgondoljuk, ez csupán egy aspektusa a nő életének.

Befejeződött a peteérés, nem termékeny többé a nő. Már túl van a szülésen, a gyermekevelésen, ezek után saját magával is többet foglalkozhat. A közhiedelem szerint innen már csak lefelé vezethet az út. De ez nem így van.

Eddig erőltetett hegymenetben vettek részt és végre elérve a csúcra (a klimax szó csúcspontot jelent), ahol egy fennsík vár rájuk. Megpihenhetnek, szétnézhetnek, elgondolkozhatnak magukon és a világ dolgain.

A klimax időszakában sok nő szenved a hőhullámoktól, hangulatváltozástól és éjszakai izzadástól, ezért orvoshoz fordul, hogy szabadítsa meg a szenvedéstől hormonpótlással.

Azok a nők, akik nehezen élik meg a változás korát sok problémát, megoldandó hordoznak a lelkük mélyén. A tünetek, a szorongás, a rémálmok azt üzenik, hogy el kell rendezni az életükben a zavaró helyzeteket. A megoldáskeresést sajnos sokszor elodázzák. A menopauzát megelőző időszak az utolsó a legnagyobb esély arra, hogy szembenézzünk önmagunkkal.

Aki ehelyett hormonpótlót szed, végleg elveszíti tájékozódóképességét.

Szakemberek szerint ezek a tabletták hosszú távon bizonyítottan veszélyesek az egészségre, elvágják a nőt a saját szervezetétől. Olyan ez, mintha bénán, zsibbadt lélekkel élnének tovább.

Változtatni merni kell! Jó ha reggelente, illetve naponta sétálnak a friss levegőn, kevesebb ká-

vét isznak, és ha cigarettáznak, megpróbálnak lemondani róla. Sokan tiltakoznak az ilyen tanácsok ellen, pedig, ha betartják, fokozatosan elmarad az izzadás meg az álmatlanság. Akinek hetente van úszásra lehetősége, az azt tapasztalhatja, hogy újra kap levegőt, testi és lelki értelemben is.

Ismeretes, hogy a panaszokat a petefészkek hormontermelésének folyamatos csökkenése, és végül működésének megszűnése idézi elő. Az elhízást az érintettek csökkenthetik az egészséges táplálkozással. Fogyasszanak sok gyümölcsöt, zöldséget, stb. A rendszeres szexuális élet is segíthet átvészelni az említett időszakot. Tévedés azt hinni, hogy a hormonokkal eltűnik a vágy is, ráadásul a teherbeeséstől sem kell rettegni.

Az igazi, sorsfordító változások azonban a lélekben játszódnak le. A hasonló korú asszonyok szerető, elfogadó közössége ilyenkor sokat segíthet. Vannak, akik igyekeznek ilyenkor a legmélyebb vágyaikat megvalósítani és írni, festeni kezdenek, vagy nekivágnak egy-egy

hosszú fáradságos utazásnak. Sokan fedeznek fel új hobbikat, alakítanak ki új barátságokat, vagy felkeresik régi osztálytársaikat, munkatársaikat, akiket időhiány miatt eddig elhanyagoltak. Ezáltal ismét mozgalmas lesz az életük.

Dukai Éva



Februári menü

Fokhagymás bundában sült csirkefalatok

Hozzávalók: 1 egész nagy csirkemellfilé, 1 csapott kk. só, 1 nagy csipet őrölt bors, 5 dl olaj a sütéshez. Bundához: 2 nagyobb tojás, 2 púpos ek. liszt, 2 ek. tej, 0,5 kk. só, 1 tk. házi fokhagymakrém, (esetleg 2-3 nagyobb fokhagyma).



Elkészítése: a megtisztított csirkemellet vékony csíkokra, darabokra vágjuk, kicsit lecsepegtetjük és megszórjuk kb. 1 csapott kk. sóval, és 1 nagy csipet őrölt borssal. Kicsit félretesszük. Az olajat egy tálba felforrósítjuk. Egy másik tálkában a bundához a tojásokat a sóval, fokhagymakrémmel (esetleg zúzott fokhagymával) habosra keverjük, majd hozzáadjuk a lisztet és csomómentesre keverjük, kevés tejjel lazítjuk. Beleforgatjuk a csirkedarabokat. Ha már elég forró az olaj, akkor egy villával, egyesével kicsit lecsepegtetjük a melladarabokat és a forró olajba engedjük. Pár perc alatt a közepestől kisebb lángon szép barnára sütjük. Konyhai papírtörőn hagyjuk a felesleges olajat lecsepegni.

Sült krumplikása

Hozzávalók: 1700 g krumpli (kockákra vágva), 5 ek. liszt (daraliszt), 50 g zsír, só 2 közepes fej hagyma.

Elkészítése: a krumplit meghámozzuk, kockákra vágjuk és feltesszük főzni annyi vízben, ami ellepi. Megsózzuk és kb 20 perc alatt puhára főzzük. A tűzről levéve pépesítjük (krumplitörővel vagy botmixerrel) és hozzáadjuk a lisztet. Visszateszszük a tűzre és folyamatosan keverve



besűrítjük. Zsírral kikent sütőformába tesszük és forró sütőben kb 50 perc alatt szép pirosra sütjük. Ropogósra sült hagymarikákkal tálaljuk.

Csokis-karamelles pite

Hozzávalók: 25 Oreo keksz apró darabokra törve, 5 evőkanál sózatlan vaj olvasztva, 30 db tejkaramella, 1 csésze és 4 evőkanál zsíros habtejszín (szétválasztva), só, 1 csésze pekándió darabokra vágva és megpirítva, 2 csésze étcsokoládé-darabka.

Elkészítés: vajazzunk ki egy közepes piteformát! A zúzott Oreo kekszet keverjük össze az olvasztott vajjal, majd a keveréket nyomkodjuk be a forma aljába úgy, hogy a forma falaira is jusson! Egy közepes edényben keverjük össze a karamellt és a 4 evőkanál tejszínt! Tűz felett vagy mikróban folyamatos kevergetés mellett olvasszuk össze őket! Tegyük bele sőt ízlés szerint, majd szórjuk bele a megpirított pekándiót is! Egyenletesen töltsük bele a pite tésztájába!



A maradék 1 csésze tejszínt és a 2 csésze étcsokit gőz felett olvasszuk fel, majd a csokikrémet csorgassuk a sós karamellás massa tetejére! A pite tetejét szórjuk meg nagy szemű sóval, és tegyük 2 órára hűtőbe, hogy összeálljon! Tálalás előtt 10 perccel hagyjuk szobahőmérsékleten pihenni!

Kávépuding

Hozzávalók: 4 személyre: 3 dl tejszín, 1 evőkanál azonnal oldódó (instant) kávépor, 2 tojássárgája, 1 tojás, 7,5 dkg cukor, 25 dkg sárgabarackbefőtt, 2 zacskó vaníliás cukor, 6 evőkanál sárgabaracklé.



Elkészítés: a tejszínt a kávéporral felforraltjuk, és hagyjuk teljesen kihűlni. A sárgabarackokat szitán áttörjük. A tojássárgájákat a tojással és a cukorral habosra keverjük, majd lassan a kávé tejszínhez öntjük. A folyadékot 4 tűzálló tálkába osztjuk. A tálkákat 1-2 cm-es vízfürdőbe állítjuk, és fedő alatt 30 percig főzzük. A pudingok tetejére lecsapódott vizet óvatosan leöntjük, és a tálkákat kb. 1 órára hűtőszekrénybe tesszük. A szószhoz az áttört barackot a vaníliás cukorral és a baracklével krémessé keverjük. A pudingot kistányérokra borítjuk, leöntjük a szósszal, és tálaljuk. A tálkákban is hagyhatjuk, ekkor a szósz külön kínáljuk mellé.

FERGETEGES

HANGULATBAN!

Múlt hétvégén az Ex-Yu Band járt a tanyán.
A hangulattól a képek adnak ízelítőt!





DECOUPAGE



Ötletek
képekben



Nincs a lakásunknak olyan része, amelyet ne tehetnénk szebbé a szalvétatechnika segítségével. Ma már a legtöbb hobbioltban kaphatók a hungarocellból, kartonpapírból, agyagból, műanyagból, üvegből és fából készült dobozok, képkeretek, vázák, kaspók, gömbök, állatfigurák, tányérok, bögrék, díszdobozok, tárolóedények, virágládák, melyeket saját ízlésünk és lakásunk stílusa szerint formálhatunk, alakíthatunk.



Összeállította: Deák Verona

Kilenc hormon, amely szétűzza az akaratot

Különböző okok miatt, amelyek lehetnek munkahelyi vagy családi problémák, betegségek vagy csak szervezünk működésének nem megfelelő ismerete, időnként többet eszünk a kellenél. E mögött 9 hormon áll, amely felülírhatja az akaratunkat.

Aki nem tud parancsolni a gyomrának, jól figyeljen: itt a magyarázat! Nem nagyon szoktunk belegondolni, hogy a testünk működését szabályozó vegyi anyagoknak köszönhetjük többek között az éhségérzetet is. Ezek a bonyolult fehérjék képesek igen erősen stimulálni az agyat a test túlélése érdekében. Az evolúció által létrehozott stratégia, amely az ősöknek hasznos volt a szavannán, a fejlett civilizáció keretei között azonban hibás étkezési szokásokhoz és elhízáshoz vezethet. A bőség körülményei között ugyanis a kalóriabevitelt akaratlagon kellene szabályoznunk (ami persze szintén biokémiai folyamatok sorát jelenti), ám a hormonok gyakorta erősebbnek bizonyulnak az akaratérőnkénél. Csak körül kell néznünk az ismerőseink között, sőt elég lehet a tükör elé állni, hogy ennek a tételnek az igazságát bizonyítva lássuk.

Inzulin – a tárolóhormon

Ez talán a legismertebb hormon, hiszen a népbetegségnek számító diabétesz miatt mindenki találkozik vele az ismerősei körében, a családjában vagy önmagánál megjelenő vércukorproblémák miatt. Az a szerepe e hasnyálmirigyben termelődő anyagnak, hogy lehetővé tegye a sejtek glükóz(vércukor) felvételét energiafelhasználás vagy tárolás céljából. De a zsírsejtek lebontását is megakadályozza. Amikor az inzulinegyensúly kibillen, akkor hiperinsulinemia (krónikusan emelkedett inzulinszint), inzulinrezisztencia, metabolikus szindróma, fokozott éhség és sóvárgás jelentkezhet.

Leptin – jóllakottsághormon

Ez a zsírsejtek által termelt hormon a hipotalamuszt veszi célba. Azt jelzi az agynak, hogy elegendő mennyiségű zsír van a raktárban, ezzel pedig megakadályozza a túlfogyasztást. Amikor a dolgok rossz irányba kanyarodnak, a leptinjelzés sérül, és nem indítja az agyat az éhséghormonok termelésének csillapítására. Ez olyan hiba, amely elhízáshoz, krónikusan megemelkedett inzulinhoz és a hipotalamusz gyulladásához vezethet.

Ghrelin – az éhséghormon

Normál esetben addig táplálkozunk, amíg fizikailag tele nem leszünk. Az evést szabályozó ghrelin a bélben akkor kezd termelődni, amikor a gyomor üres, képződése pedig leáll, amikor a has (a gyomor és a vékonybél) telítődik és kifeszül. Utóbbi állapot kiteljesedést írja le szemléletesen a szólás, hogy „úgy jóllaktam, mint a duda”. A ghrelin szintje a táplálkozás előtt a legmagasabb, és egy órával az evés után a legalacsonyabb. Elhízott betegeken végzett vizsgálatok szerint a bennük keringő ghrelin mennyisége nem csökken, ezért az agy nem kapja meg a jelzést, amely az evés abbahagyására szóló utatást kiváltaná.

GLP-1, glukagon-szerű peptid – teltség-hormon

A bélben termelődő GLP-1 akkor jelenik meg, amikor az étel a belekbe. A hormon arról tudósítja az agyat, hogy tele vagyunk. Akkor keletkezhet zavar ebben a jelátvitelben, ha krónikus gyulladás csökkenti a GLP-1 termelést, ami negatívan befolyásolja a jóllakottság jelzését. Ilyenkor fontos a körültekintő étkezés és a probiotikumok alkalmazása.

Kolecisztokinin – jóllakottsághormon

A sejtek ezt a hormont az emésztőcsatornában és az idegrendszerben termelik. A kolecisztokinint a patkóbél szabaddítja fel, serkentve ezzel az epehólyag összehúzódását, valamint a hasnyálmirigy és a gyomorsav szekrécióját, továbbá lelassítja a gyomorürítést, és elnyomja az energiafelvételt. Az irritábilis bél szindróma (IBS) a hormon túltermelését okozhatja, ami fokozza más hormonok, a prolaktin, a kortikotropin és a kortizol kiválasztását.

Peptid tirozin tirozin – kontrollhormon

Ez a gasztrointesztinális traktus ellenőrzőhormonja, amely az étvágyat csökkenti, azaz fő feladata, hogy figyelmeztessen: jóból is megárt a sok! Az inzulinrezisztencia és a krónikusan megemelkedett vércukorszintben csökkenti a peptid tirozin tirozin termelését. Ezért ezen csak az segít, ha a vércukorszint kiegyensúlyozottá válik.

Neuropeptid Y – stimulálóhormon

Ennek a hormonnak igen összetett feladatai vannak a szervezetben, például a táplálkozásban is. Az agyban és az idegrendszerben kiválasztódó anyag a szénhidrát fogyasztása iránti vágyat fokozza. Miatta nehéz ellenállni például egy szelet dobostortának. Ezzel a hormonnal akkor támad bajunk, ha megnő a stressz, amely ugyanis megnövelheti a neuropeptid Y termelését, ami vagy étvágytalansághoz vagy túlzott étvágyhoz vezet. Ugye, ismerünk olyanokat, akik ha leszúrást kapnak a főnöktől, képtelenek ebédelni. De olyanokat is, akik a szőnyeg széléről távozva a lehető leggyorsabban magukba tömnek egy cukormázás fánkot. A böjt is kiválthatja a hormon termelésének fokozódását.

A súlyvesztésben sok egyéb mellett a hormonok is szerepet játszanak. Mindegyiknek megvan a maga szerepe a folyamatban, és mindre szükség van, hogy megszabadulhassunk a felesleges zsírpárnáinktól. Részletek!

Kortizol – stresszhormon

A kortizolt a mellékvese termeli, ha a szervezet stresszt érzékel. A krónikusan megemelkedett kortizolszint túlérzékenységhoz és súlygyarapodáshoz vezethet. A kortizol magas szintje a hasi zsírhoz kötődik a nőknél. Egy ostoba főnök, rosszindulatú kolléga vagy lelketlen családtag viselkedése furcsa módon képes lehet hozzájárulni a hízáshoz.

Dopamin – jutalomhormon

Amikor eszünk, dopamin szabadul fel agyunkban, amitől jól érezzük magunkat. Ez ugyanaz a hormon, amely a függőség bármely más formájánál megjelenik. A dohányost például az agy ugyanúgy jutalmazza egy cigaretta elszívásáért, mintha egy szalámis szendvicssel végezne. Persze az élmények nyilvánvalóan különböznek, de a jutalmazás mechanizmusa változatlan. Az étel feldolgozása a szervezetben nagy adag dopamin termelődésével jár. Ha valaki folyamatosan eszik, akkor a szervezet hozzászokik ehhez, leállnak az agy dopaminreceptorai, és a boldogságérzés kiváltásához egyre nagyobb adagokra van szükség.

Most, hogy ismerjük a hormonok szerepét, már azt is könnyebb belátni, hogy miért olyan nehéz harcolni ellenük. De éppen a tudatosság segíthet sokat. Olyan magatartást kell követni, amely kiváltja vagy éppen visszafogja a hormonok termelését. Ha nem így cselekszünk, akkor ez a kilenc vegyi anyag mogoróként töri össze az akaratunkat.

Forrás: www.hazipatika.hu

Birkózás

A Potisje öt érme

A Belgrádban rendezett I. országos kupaversenyen a fiatal pionírok U13-as korosztályában 18 klub vett részt, köztük a magyarkanizsai Potisje birkózói, akik öt érmet és három ötödik helyezést értek el.

Első helyen végzett Lengyel Kevin (30 kg) és Lakatos Dávid (42 kg), második helyezést ért el Özvegy Dániel (30 kg) és Đorđe Graovac (55 kg), ötödik helyet szerzett Krizsán Igor (46 kg), Nagy Dominik (60 kg) és Teleki Dániel (70 kg).

A lányoknál első lett Újhelyi Evelin (36 kg).

A csapatverseny élcsoportja: 1. Zenta, 2. Proleter, 3. Potisje stb.

Bronzérem Kaposvárról

A Kaposváron rendezett serdülő korosztályú nemzetközi birkózó rangsorversenyen a magyarkanizsai Potisje birkózója Fábán Orsolya (66 kg) bronzérmet szerzett.



Fábán Orsolya bronzérmes Kaposváron

Atlétika

A Partizan hat érme

Az Újvidéken rendezett nyílt Vajdaság tartomány fedett pályás atlétikai bajnokságán a serdülők korosztályban a magyarkanizsai Partizan atlétái hat érmet nyertek.

Első helyen végzett Rekecki Vivien 60 méteres síkfutásban 8,37 másodperces idővel és Sergej Miladinov hármassugrásban 11,27 méteres eredménnyel, második helyet szerzett Anja Živković hármassugrásban 10,08 méteres eredménnyel és Sergej Miladinov távolugrásban 5,67 méteres eredménnyel, harmadik helyezést



A Potisje fiatal pionír birkózói Belgrádban

ért el Magyar Ákos súlylökésben 12,42 méteres eredménnyel és Pavle Sorajić távolugrásban 5,57 méteres eredménnyel.

Ötödik lett Horvát Bertalan súlylökésben 9,78 méteres eredménnyel, hetedik helyen végzett Anja Živković távolugrásban 4,66 méteres eredménnyel, kilencedik helyet szerzett Árok Anna magasugrásban 1,30 méteres eredménnyel.

Asztalitenisz

II. liga, észak

A hétfvén két fordulót játszottak le az asztalitenisz bajnokságban, melyben a Kanizsa mérlege egy győzelem és egy vereség.

12. forduló, Magyarkanizsa: Kanizsa-Vojvodina (Újvidék) 4:2

Részeredmények: Sordje-Stoja 3:0, Nagy Némedi-Dumnić 0:3, Miskolci-Živanov 3:0, Sordje/Miskolci-Dumnić/Stoja 0:3, Sordje-Dumnić 3:1, Miskolci-Stoja 3:2

A hazai csapat remek játékkal, drámai küzdelem után aratott győzelmet közvetlen riválisa az újvidéki Vojvodina ellen.

A Kanizsa csapatában Sordje és Miskolci mindkét egyéni mérkőzésén megszerezte a győzelmet. Az utolsó mérkőzésen Miskolci 0:2-es vendég vezetés után fordított Stoja ellen, 3:2-es győzelmével megszerezte csapata számára a győzelmet és a bajnoki pontokat.

13. forduló, Újvidék: Egység-Kanizsa 4:1

Részeredmények: Szentmártoni-Sordje 3:2, Brankov-Miskolci 1:3, Falb-Nagy Némedi 3:2, Szentmártoni/Falb-Sordje/Nagy Némedi 3:2, Szentmártoni-Miskolci 3:0

A győzelmet az esélyesebb hazai csapat szerezte meg nagy küzdelem után. Három mérkőzés szoros eredménnyel zárult, amelyet a hazaiak minimális arányban nyertek meg. A táblázaton tizedik a Kanizsa 14 ponttal.

Teke

II. Vajdasági liga, 17. forduló

Verbász: Veteran BMV-Kanizsa 6:2 (3070:3058) Részeredmények:

Višković/Đurović-Szél 0:1 (1:3, 460:520), Raičević-Vuković/Mijatov 1:0 (3:1, 525:495), Budai-Bata 1:0 (3:1, 548:518), Sekulović-Bosznai 1:0 (3:1, 509:478), Mitić-Barlog 1:0 (4:0, 513:493), Čavić-Szabó 0:1 (0,5:3,5; 515:554).

A forduló vendégcsapataba másodikként bejutott a Kanizsa játékos Szabó Roland 554 fával. A táblázaton első a Vojvodina 28 ponttal, tizedik a Kanizsa 14 ponttal.

L. E.



Balról Anja Živković Újvidéken

Mosolyfakasztó

- Mióta dolgozol ennél a cégnél?
- Mióta megfenyegettek, hogy kirúgnak.

– Szeretném, ha mindent tudna rólam – mondja az új titkárnő a főnöknek. – Bevallom, nagyon babonás vagyok!
– Cseppet se törődjön vele! Magának legfeljebb nem fizetünk tizenharmadik havi bért!

A cég igazgatóhelyettesének felesége váratlanul betoppan a férj irodájába, és ott találja a titkárnőt a férfi ölében.
A férj pillanatnyi habozás nélkül elkezd diktálni:
– ... és összefoglalva uraim, hiány ide, hiány oda, itt, az irodában nem vagyunk képesek továbbra is egyetlen székkel ellátni a feladatunkat.

Egy férfi beül egy taxiba. Elindulnak, később az utasnak eszébe jut valami, előrenyúl, megfogja a sofőr vállát. A sofőr hatalmasat ordít, majd reszketve mondja:
– Ne haragudjon, tudja csak nemrégóta taxizom, előtte a temetkezési vállalatnál voltam sofőr...

Mi a különbség a börtön és a munkahely között?
Ha jobban belegondolsz: A börtönben az idő nagy részét egy 2.5 x 3 méteres cellában töltöd. A munkahelyen idő nagy részét egy 2 x 2.5 méteres irodában töltöd.

A börtönben naponta háromszor kapsz ételt.
A munkahelyen egyszer ehetsz délben, akkor is neked kell fizetned érte.
A börtönben enyhítik a büntetésedet, ha jól viselkedsz.
A munkahelyen ha jól viselkedsz, még több munkát kapsz.
A börtönben az őr nyitja, zárja az ajtót neked.
A munkahelyen mindenféle kulcsokat meg kódkártyákat kell magaddal vinned, az ajtókat is nyithatod egyedül.
A börtönben nézheted a tévét és játszatsz másokkal.
A munkahelyen megszidnak, ha tévét nézel vagy másokkal játszol.
A börtönben saját WC-d van.
A munkahelyen meg kell osztanod másokkal.
A börtönben meglátogathat a családod és az ismerőseid.
A munkahelyen rosszállva néznek rád, ha a családdal vagy ismerőseiddel beszélsz.
A börtönben az ellátásodat az adófizetők fizetik, míg neked dolgoznod sem kell.
A munkahelyen mindenért fizetned kell, míg az általad befizetett adóból tartják el a börtöntöltelékeket.
A börtönben a börtönigazgató egy szadista idióta.
A munkahelyen az a különbség, hogy ott az illet főnöknek hívják.

Apróhirdetések

65 éves özvegy nő betegápolást vállal. Ugyanitt két labrador kiskutyája jó gazdát keres (fehér színű).
Mob.: 063/821-34-18

Hétvégenként discoba 2-3 személyes fuvarozást vállalkozó megbeszélés szerinti.
Mob.: 063/89-70-619

Betegápolást és főzést (akár cukrosoknak is) vállalkozó Kanizsán vagy Németországban! Ugyanitt keksz sütést is vállalkozó.
Mob.: 063/821-34-18

Eladó háromszobás családi ház kerttel, összesen 811m², Kanizsán Karadördöve 9. szám alatt. Ugyanott bútorok is.
Tel.: 024/4877-869

Adorjánon ház eladó. Valamint nagy kapacitású gallyaprító.
Érdeklődni: 063/446-3-57

Olcson: frizsider, bojler és konyhabútor, valamint új fa-festett ajtó.
Tel.: 024/874-234

Eladó egy másfél szobás 45 m²-es II. emeleti lakás bútorral és garázzsal együtt. Érdeklődni: 062/19-00-140

Eladó Gorenje mosógép, alig használt 150 literes mélyhűtő, 2 ringlis gázrezsó.
Mob.: 064/405-68-47

Ház eladó Magyarkanizsán. A Save Tekelje 42-es szám alatt.
Érdeklődni: 063/89-49-376

Kanizsán eladó szürke színű Citroen Saxo, 2001-es kiadás. Ára: 1000 Eu
Mob.: 063/76-42-051

Magyarkanizsán eladó monofázisú motor redukátorral pálinkafőzőre vagy húsdarálóra. Mob.: 063/88-59-156

Eladó gyalugép, több funkciót végez, 2 motorral ellátva, kézi, villany gyalugép, kis cirkula és egyéb apró dolgok olcson, sürgősen. Tel.: 024/874-162

Bálás bükkfa eladó.
Tel.: 024/4877-616
Mob.: 062/973-43-71

Magyarkanizsán eladó lányos kerékpár 24"-es kerékkal, 5 sebességes, fehér színű. József Attila 28.
Mob.: 063/88-59-156

Eladó: amerikai hím óriás fiatal postásgalamb, régi írógép, új munkáscipő –

40-es, villanyáram mérő. Hétvégenként fuvarozást vállalkozó discoba.
Mob.: 063/89-70-619

Eladó: két darab jó állapotban lévő női kerékpár, televízióasztal, rekamié, vasbőrlás készült virágtartók és előszobafal.
Tel.: 024/4878-177

Eladó kitűnő állapotban lévő vaskapu 350 cm széles, 2 m magas. Ára 300 Eu
Érdeklődni: 024/4877-679

Nappali szobába szekrény kedvező áron eladó. Érdeklődni a 063/84-357-es telefonon.

Magyarkanizsa központjában egyszobás lakás eladó.
Mob.: 064/3-975-975

Magyarkanizsán eladó 3 drb 50 literes hordó (kék) és 1 drb 120 literes hordó (fehér). Mob.: 063/18-33-854

Magyarkanizsán eladó lányos kerékpár, 24" kerékkal, 5 sebességes. Kitűnő állapotban. Tel.: 063/183-38-54

Eladó-kiadó üzlethelyiség Kanizsán 40+40 m², Fő utca 21.
Mob.: 063/86-38-792

INGYENES APRÓHIRDETÉS!

Kedves Olvasóink!
Apróhirdetéseiket a kitöltött szelvényvel együtt szerkesztőségünk címére juttassák el:
24427 Tóthfalu, Kossuth utca 4/a

APRÓHIRDETÉS ÚJ KANIZSAI ÚJSÁG

Név:

Cím:

A hirdetés szövege:

Kos (márc. 21. – ápr. 19.)

Nem lesz igazán inyére a munka, a hivatásat akár még nyugnek is érezheti. Szerencsére ebből a rossz hangulatból hamar kimászik.

Bika (ápr. 20. – máj. 20.)

Egyelőre még nem jött el az idő a nagy váltásra, de már ön is érzi, hogy fel kell készülnie rá. Az Uránusz miatt majd nagyon hirtelen történnek meg a dolgok.

Ikrek (máj. 21. – jún. 21.)

Igen jó pozícióba kerülhet, most határozottan jó kapcsolatot építhet ki a főnökével is. Ha azonban az illető a másik nem tagja, tartson mértéket!

Rák (jún. 22. – júl. 22.)

Lelkesedéssel végzi a munkáját, s a hivatásában, a karrierjében keresi most azokat az izgalmakat, melyeket az élete más területein éppen hiányolna.

Oroszlán (júl. 23. – aug. 22.)

Uralkodó bolygója a racionális Merkúrral áll együtt: most nem annyira a romantikus, mintsem inkább a gyakorlatias oldaláról látja a párkapcsolatát.

Szűz (aug. 23. – szept. 22.)

A felsőbb vezetésséggel is, és a közvetlen kollégáival is képes megtalálni az összhangot. Minden adott hát a jó munkavégzéshez.

Mérleg (szept. 23. – okt. 22.)

Ön a munkájában nagyon odaadó és a szolgálatkészségig becsületos, ám ez kevés ahhoz, hogy igazán karriert csináljon. Ehhez egy kicsit önzőbbnek kellene lennie.

Skorpió (okt. 23. – nov. 21.)

Teljes gözzel belevetette magát a szerelembe: annak minden mézét ki is tudja élvezni, mindezt úgy, hogy közben azért észnél van.

Nyilas (nov. 22. – dec. 21.)

Okos szövetségekre kell törekednie a munkáját illetően is. A főnöke hajlik arra – mint ahogy valójában mindig is hajlott –, hogy ön legyen az ő jobb keze.

Bak (dec. 22. – jan. 19.)



Noha teljesen elkötelezett a hivatása mellett, mostanában mégis inkább akkor tudja élvezni is a munkáját, ha abban több kihívást lát.

Vízöntő (jan. 20. – febr. 19.)

Jó időket él át, és a szerelme is megérdemli, hogy egy kicsit kényeztesse végre. Annál is inkább, mert ő is számtalanszor megtette ezt.

Halak (febr. 20. – márc. 20.)

A legjobb lenne, ha most szabadságra tudna menni. Lelkileg túlságosan szétszórt lehet, nehezebbé eshet a feladatokra való koncentráció.

	SZIMPATIKUS	BEC. ÁGNES	MŰVÉSZETI STILUS KÖZÉPKORI BAJVIVÁS	B						
GYAPOT-KÖTEG	▼	▼	▼							
BOROGYIN HERCEGE!	▼									
SVÉD AUTÓJEL	▼									
▶										
CIGIT SLUKKOLÓ		ARLAK-SZÉLEK!			FOGGAL MEGGŐRÖL	51. RÓMAI SZÁMMAL	MÉTER	▼	PACSIRTA VAN ILYEN	
ÁBÉCÉNK I. BETŰJE		BÁLIVÁNY					STANISLAW ...; LENGYEL SCI-FI ÍRÓ		HAZAI MEGYE LAKÓJA	T
▶										
MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ			SZERELMI KALAND	▶						
ODETT, BEC.			FAFŰVŐS HANGSZER							
GÉPKOCSI FONTOS RÉSE						VONATK. NÉVMÁS				
▶						BODROG. KÖZI FALU				
TELJES, ID. SZÓVAL							KÖZÉPEN FINOM!			
▶							KOLUM-BUSZ HAJÓ			
SPANYOL AUTÓJEL		POLITIKUS (ANTAL)						RANGJELZŐ ELŐTAG		
▶		ROBBANÓ-SZER SOR						A VE KÉP ZÓPÁRIA		
...IN FABULA; MÉSÉBELI BÉKA					HONDA MODELL					
▶					ÜL, NÉMÉTÜL					
NÉVELŐ			ZOLA MŰ	▶						A KÉN VEGYFÉLE
▶			TISZAI VE-GYI KOMBINÁT, RÓV.							AMELY DOLOGRA
ÜVEGGYÁR VAROCSA		BEC. TERÉZ							NÉVELŐ	
▶		LEVÉL-KOROMA A FÁN							GÓRÓG-KELETTI SZENTKÉP	
RENDENBEN VAN!										
GYÓGYVIZ MÁRKÁJA								BEC. IMOLA		
▶										
VILLANY-EGYK					ÉSZAK			KIRALYI, RÓV.		
▶					ANNYI MINT, RÓV.			KALAUZ NÉLKÜL, R.		
TARTÓFA BANYÁBAN			ABBAN AZ IDŐ-PONTBAN	▶						1000, RÓMAI SZÁMMAL
MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ			FELRE!							
▶										

A fogyókúrázó kolléganő egy hatalmas péksüteménnyel érkezik a munkahelyére. A munkatársa így szól: – Úgy tudtam, fogyókúrázó! – Persze, de ez most más. Reggel elmentem a pék mellett kocsival, és a kirakatban megláttam ezt a sütit. Olyan hívogató volt, hogy megfogadtam: ha van parkolóhely az üzlet előtt, akkor megveszem. És képzeld, volt üres parkolóhely! Folytatás a rejtvényben...



Várják a jelentkezőket!



120 ÓRÁS SZABÓ – VARRÓ TANFOLYAM FELNŐTTEKNEK

*Szeretnél szabni -varrni, de
nem tudod, hogyan kezd el?
Ez a Neked való tanfolyam!*



Obrazovno - kulturna ustanova
cnesa
Oktatási és Művelődési Intézmény

Érdeklődni és
jelentkezni a Cnesa
Oktatási és
Művelődési
Intézményben
személyesen, a
024/875-410-es
telefonszámon, vagy
az
edukacija@cnesa.rs
e-mail címen.

A jelentkezési
határidő:

2018.02.28.

CNESA OMI

Fő tér 9., Magyarkanizsa

Web: www.cnesa.rs

GARANT-COOP

PAPÍR ÉS ÍRÓSZER KIS- ÉS NAGYKERESKEDÉS

- ISKOLASZEREK
- IRODASZEREK
- TANKÖNYVEK
- JÁTÉKOK ÉS AJÁNDÉKTÁRGYAK

Tel./ Fax: 024/4-879-359 Mobil: 063/529-204 E-mail: dobor@stcable.net
Magyarkanizsa, Fő utca 7 (az udvarban)



**VARÁZSLATOS
KEDVEZMÉNYEK,
MÉG TÖBB
SZÓRAKOZÁS**

ST CABLE    www.stcable.tv



www.keramikakanjiza.com



**KISKERESKEDÉS
A GYÁR TERÜLETÉN**



Nyitvatartás: 8.00 - 16.00
Szombaton: 8.00 - 13.00
tel: 024 874 449