

U KLJAJIĆEVU PREDSTAVLJENA KNJIGA HERMANA NOJBAHERA

DOKUMENT O STRADANJU SRPSKOG NARODA

U organizaciji Gradske biblioteke "Karlo Bijelički" i Mesne zajednice Kljajićevo predstavljena je 12. marta u Domu kulture u Kljajićevu knjiga **Hermana Nojbahe- ra "Specijalni zadatak Balkan"**. Ovaj književni skup otvorila je **Miljana Zrnić**, direktorka Somborske biblioteke, a o knjizi su govorili urednik **Zoran Živković** i dr **Nikola Živković**, priređivač i prevodilac.

U svom izlaganju Zoran Živković je istakao da je ova knjiga jedno od velikih dela istorije bez koje sada nijedan relevantni istoričar ne može a da ne uvažava ovu istorijsku gradnju od Hermana Nojbahe- ra, upravo zato što su ti podaci prevedeni na srpski jezik iz pera čoveka koji je bio gradonačelnik Beča, a po naredjenju Nemačke bo-

ravio je od 1940. do 1945. na prostorima bivše Jugoslavije, Rumunije, Bugarske i Grčke. Bio je stručnjak za privredu i probleme istočne i jugosi-



točne Evrope i „leteći diploma- ta“, u bliskim odnosima sa ministrom spoljnih poslova Nemačke Ribentropom, pa i samim Hitlerom.

Publicista, novinar i knji- ževnik dr Nikola Živković (Žumberak, 1950.) je nagla- sio da je ova knjiga svojevrsni

dokument istorije i stradanja srpskog naroda sa brojnim svedočanstvima i pedantnim vođenjem dnevnika Herma- na Nojbahe- ra, koja daje nova

istorijska saznanja i poglede na istoriju. Veliki broj sluša- laca potvrda je da su ovakva kulturna zbivanja našem selu I te kako potrebna i zato iskrene čestitke organizatorima, a ne smemo zaboraviti ni učinak Biblioteke iz Kljajićeva.

B. Šoštarić

BAČKI MONOŠTOR RADIONICA ZA ŽENE

U Bačkom Monoštoru je održana radionica sa temom "Položaj žene na selu i ženska i manjinska prava". Radionica je održana u organizaciji UG "N.A.D.E.", a deo je projekta "Ženske ruke mira i pomirenja" koji podržava Ekumenska inicijativa žena iz Omiša. Na radionici je aktivno učestvovalo 20 žena iz Bačkog Monoštora.

KOLUT ŽENAMA U ČAST

U Kolutu je u organiza- ciji Udruženja žena „Duga“ svečano obeležen Dan žena. U Domu kulture u Kolutu vi- še od stotinu žena slavilo je do duboko u noć, uz bogate specijalitete, piće, tombolu i muziku. Prema rečima orga- nizatora, ovo je do sada naj- bolje organizovana manife- stacija 8. marta u selu. Izme- du ostalih, tome je uveliko

doprinela i **Koka Mišković**, članica Udruženja žena „Du- ga“ i predsednik MO Udru- ženja penzionera u Kolutu. - Zahvaljujem se MZ Kolut koja nam je ustupila salu, kao i mnogobrojnim spon- zorima koji su nam svesrdno pomogli da proslava 8. marta protekne u najboljem redu - reči su **Koke Mišković**.

B. Svilar

TAJNE HRANE

Прим. др мед. Душан Живић

ЦЕЛЕР И ЗА СУПУ И ЗА ЖИВЦЕ

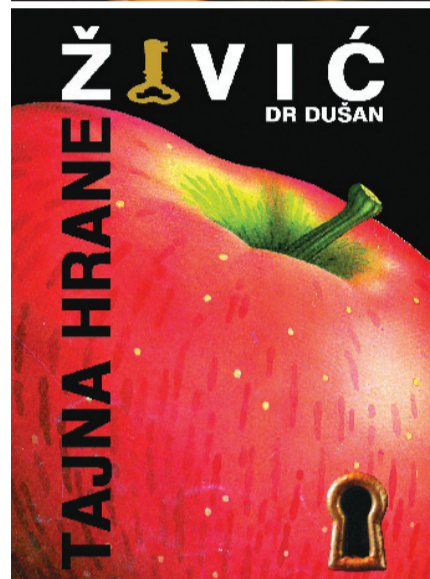
Био је симбол лепоте и весеља, опеван у доба Хомера, али и знак жалости и суза - цвеће погребних свечаности египатских фараона. Касније, у Риму, постаје симбол победе и њиме се ките главе победника. Данас, није само зачинска биљка, ароматични додатак сала- тама и другим прећелима. Сигур- но осваја назив хране, намирнице високог квалитета, па чак и леко- вите.

Целер је двогодишња зељаста биљка меснатог вретенастог коре- на. Настала је култивисањем само- никлог целера, који је од давнина растао у европским мочварним пределима. Енергетска вредност 100 гр корена целера износи 31,6 кцал, док су листови мање кало- рични, око 24 кцал. Супротно поменутом, листови су богатији витамином Ц, док га у корену има седам пута мање. Вода чини 95 % садржаја. Има око 3 % угљених хидрата, мање од 1 % беланчеви- на и још мање масти, свега 0,17 % .Изврстан је извор витамина К, јер садржи 30 % препорученог дневног уноса. Од осталих витамина, присутни су скоро сви витамини групе Б и витамин Е. Међу ми- нералима, требало би издвојити садржај Калцијума, Магнезијума, Фосфора, Калијума и Натријума. Присутни су још Гвожђе, Бакар, Цинк, Манган и Селен.

Овако богат минерални састав, уз ниску калоријску вредност, чини целер врло цењеном дијететском намирницом, посебно у курама мршављења. У народу постоји веровање, да подстиче полни нагон. Лековите материје нај- боље остају очуване у свеже исцеђеном соку корена, листо- ва и стабљике. Це- лер је пре свега ди- уретик - побољшава мокрење, те може по- моћи оболелима од реуматских болести, упала зглобова, мокраћних путе- ва и целудита. Научна ис- траживања доказала су, да активне ма- терије из целера, опуштају мишићне артерије и на тај начин смањују крвни притисак. Испитивања на животиња- ма указују, да целер снижава ниво холестерола.

Кумарин из целера, спречава штетно деловање слободних ради- кала. Антиоксидантно дејство има и материја апиин. К витамин по- вољно утиче на згрушавање крви, штити од остеопорозе.

Комплекс Б витамина, значајан је за јачање нервног система. Це-



лер делује умирујуће. Користан је за одржавање здравља коже, косе и вида. Врло је значајна намир- ница за дијабетичаре, јер може смањити ниво шећера у крви. Његова етерична уља делују про- тив штетних бактерија и гљивица у слузницама црева и мокраћних путева. У случајевима алергије на целер(која је ретка), може изазвати оз- билне, реакције, па и шок. Алерген је углавном садр- жан у корену и не уништава се кувањем.

При куповини целе- ра, бирајте чврсте главице средње величине, свежих стабљика, без трагова сушења. Избегавајте куповину већ наре- заног и опраног це- лера, јер стајањем губи, не само боју, већ и вредне нут- ритивне особине. Може се чувати у фрижидеру само неколико дана. Обавезно пре скла- диштења одвојити стабљике од коре- на и спремите их у пластичне врећи- це.

Сиров у салатима, куван са осталим поврћем у разним супа- ма, печен уз пилетину и дивљач, или у комбинацији са струганом јабуком и орасима, сигурно вас неће оставити равнодушним.

www.dijetadrzivic.com
Књигу ТАЈНА ХРАНЕ можете поручити ако позовете: 021 63 67 693

STG ENGINEERING
stil - Tehnika - Garancija

ZAVRŠNI RADOVI U GRAĐEVINARSTVU
ZVORINJI JOŽEF
065/694-72-24
INFO@ZAVRSNIRADOVI.NET

VAŠI PROZORI SU DEFORMISANI?
LOŠE ZAPTIVAJU?
NE ZATVARAJU SE DOBRO?

Od 10 prozora 8 je nepotrebno menjati,
već ih **TREBA STOLARSKI I TEHNIČKI**
OBNOVITI kao i **TERMO I ZVUČNO**
IZOLOVATI!

- 15- 30 % uštede na grejanju
- Stan bez promaje!
- 30 - 40 % smanjenje spoljašnje buke!
- Ugradnja Termo stakala!

Pre nego što izbacite novac kroz prozor,
zatražite naš **BESPLATAN PREDMER,**
PREDRAČUN I STRUČNU KONSULTACIJU.

Obnovite postojeće prozore!
TOPLOTNA I ZVUČNA IZOLACIJA!

24000Subotica, Vareška br.18-22, Tel: 024/552-670, 552-259
www.facebook.com/AutoKucaAnus

NOVO

ANNUS
www.annus.rs
UTOKUĆA

FIAT

PRODAJA VOZILA

OVLAŠĆENI FIAT SERVIS • VELIKI IZBOR REZERVNIH DELOVA

POSETITE NAS U VAREŠKA br. 18-22, SUBOTICA!