Diskussion in Stainz: „Die Preise lügen“

Bio Ernte Steiermark

Am 28. März widmet man sich ab 18.30 Uhr in der Hofer-Mühle Stainz unter dem Titel „Die Preise lügen – Warum uns billige Lebensmittel teuer zu stehen kommen“ einem brisanten Thema. Mit dabei sind die Buchautoren Bernward Geier („Die Preise lügen“) sowie Hans Putzer („Essen macht Politik“), die mit ihren Vorträgen an das Thema heranführen. Anschließend gibt es eine Podiumsdiskussion mit den beiden Autoren sowie Barbara Soritz (Biobäuerin), Florian Hubmann vom Kaufhaus Hubmann und Bio-Ernte-Steiermark-Obmann Thomas Gschier (Bild). Die Moderation obliegt dem Predinger Werner Rannacher von ORF Steiermark.

Osterjause aus dem Schilcherland kosten

Was braucht man alles für eine echte steirische Osterjause? Krainer, Osterfleisch, Eier, Kren sowie Käse, Chutneys und Gelees aus dem Schilcherland – und natürlich den neuen Schilcherjahrgang der Weinbauern. Diese Osterjause aus dem Schilcherland kann man am Montag, dem 1. April, sowie Mittwoch, dem 3. April, von 8 bis 13 Uhr bei den Schilcherland-Spezialitäten in der Deutschlandsberger Schulgasse 28 verkosten – wo man auch das Süße fürs Osternesterl suchen kann.

Die Osterjause aus dem Schilcherland kann man bereits kosten. KK

„Die Verzweiflung

Michaela Eberhard aus St. Josef heilte sich mit Mikronährstoffen von Rheuma – nun erzählt sie ihre Geschichte.

WOCHE: Was sind eigentlich Mikronährstoffe?
MICHAELA EBERHARD: Mikronährstoffe sind Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente etc., aus denen unser Körper besteht. Diese

Rundum gesund
meinbezirk.at/rundumgesund

sorgen bei entsprechender Versorgung für ein gesundes Funktionieren der Zellen in unserem Körper. Kranke Zellen weisen einen Mangel bzw. ein Ungleichgewicht an Mikronährstoffen auf.
Was ist das „Geheimnis“ von Mikronährstoffen?
Wir schaffen es nicht mehr, diese notwendigen Mikronährstoffe über unsere übliche Nahrung aufzunehmen. Eine Nahrungsergänzung empfiehlt sich, um gesund zu bleiben bzw. zu werden. Der österreichische Ernährungsbericht zeigt seit Jahren, dass bereits Volksschulkinder einen Vitamin-D3-Mangel aufweisen. Stress ist Mikronährstoffräuber Nummer eins, besonders betroffen sind z.B. Schichtarbeiter, Sportler, Raucher. Gibt es bereits körperliche Symptome oder gar Diagnosen, sind die Mängel massiver und sollten schnellstmöglich mit gezielter, höherer Dosierung ausgeglichen werden. Dadurch steigt das Wohlbefinden, und die Beschwerden bessern sich oder lösen sich auf.
Warum werden solche Behandlungen nicht öfters angewandt?
Die Erfolge sind seit den 1970ern erforscht, gesetzlich jedoch dicht gemacht. Ich habe mich mit gezielten Dosen an Mikronährstoffen in Eigenregie wieder gesund bekommen, weil ich mit intensivem Recherchieren verstanden habe, was es damit auf sich hat. Die Menschen, die selbiges verstehen und tun, haben ebenso Erfolge. Insofern geht die Trendkurve erfreulicherweise nach oben.
Haben zu viele Menschen Angst vor alternativen Behandlungsmethoden?
Es kursieren einige Halb- und Unwahrheiten. Von schulmedizinischer Seite werden solche Erfolge wie meine belächelt und abgetan. Die Kosten werden nicht von der Krankenkasse übernommen. Hätte ich mit meinen aggressiven Gelenksentzündungen damals den schulmedizinischen Weg gewählt, wären mir alle Behandlungen bezahlt worden, es hätte jedoch für mich keine Chance auf Gesundung gegeben. Mein privat finanzierter Gesundungsweg hat einen Bruchteil davon gekostet, mit dem

Das Team rund um Ulrike und Guntram Hamlitsch freut sich auch in diesem Jahr wieder über die Auszeichnung. Fineart Photos Andrea Schober:

Ölmühle als Kernöl-Superstar

Kürbiskernöl der Ölmühle Hamlitsch wurde ein weiteres Mal prämiert.

(js). Unter den diesjährig 465 prämierten Ölen stechen sieben Betriebe besonders hervor. Die-

Wir kaufen daheim

se sieben Produzenten zählen zu den Kürbiskernöl-Superstars: Sie wurden seit dem Jahr 2000 bis heute durchgehend zum 20. Mal in Folge prämiert. Als eine von drei Ölmühlen – und übrigens die einzige im Bezirk Deutschlandsberg – zählt die Ölmühle Hamlitsch zu diesen sieben Kernöl-Superstars, ausgezeichnet für ihr Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. und ihr Steirisches Bio-Kürbiskernöl g.g.A. „Nur ein hundertprozentiger Einsatz führt zu hundertprozentigem Erfolg. Dazu gehört, althergebrachtes Wissen mit höchsten Qualitätsansprüchen zu untermauern und ein faires Miteinander von allen Seiten. Deshalb möchten wir uns für die gute Zusammenarbeit mit unseren Landwirten und den hundertprozentigen Einsatz unserer Mitarbeiter bedanken“, freuen sich die Firmenchefs Ulrike und Guntram Hamlitsch über ihre Auszeichnung.

war mein Antrieb“

Michaela Eberhard betreibt die erste Rheuma-Akademie in Graz. KK

Ergebnis, dass ich heute anhaltend und nachweisbar gesund bin.

Hatten Sie selbst keine Angst vor diesem Weg?

Angst hat mir nur die Schulmedizin gemacht. Von mehreren Fachärzten wurde mir erklärt, dass ich eine ernstzunehmende, schwere Diagnose hätte, die man nur mit jahrelanger, schwerster Medikation versuchen könnte, in Griff zu bekommen. Ich war 38 Jahre alt, hatte zwei kleine Kinder und konnte das nicht glauben. Die Verzweiflung war mein Antrieb. Wenn es Menschen gibt, die sich von Krebs heilen und es Querschnittgelähmte wieder schaffen, aus dem Rollstuhl aufzustehen, dann muss doch wohl auch Rheuma heilbar sein. Es hat für mich nur einen Weg gegeben: wieder gesund zu sein. Anhand meiner Gesundungsgeschichte können die Menschen verstehen, welche Faktoren krank machen und was in Eigenregie notwendig ist, um wieder gesund zu werden.

Können Sie auch von Erfolgen anderer Menschen berichten?

In meiner Rheuma-Akademie in Graz gebe ich mein Wissen und meine Erfahrungen an Menschen weiter, die ihre Gesundheit ebenso in ihre eigenen Hände nehmen. Wir haben die Erfolge bei allen rheumatischen Varianten, chronischen Erschöpfungszuständen, Burnout, Depressionen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen (v.a. Bluthochdruck), Parkinson, Demenz und anderen Autoimmunerkrankungen. Es ist von der Orthomolekularmedizin alles erforscht: welche Mängel zu welchen Symptomen und Diagnosen führen und mit welchen Substanzen man dies wieder begleichen kann.

Wie können Sie anderen Menschen professionelle Hilfe verschaffen?

Ich bin diplomierter Mikronährstoffcoach und habe auch einige Ausbildungen im geistig-seelischen sowie energetischen Bereich. Meine Bücher sind überall im Buchhandel erhältlich. Weiters biete ich Vorträge und Gesundheitsgespräche an. Dabei arbeite ich in einem Team mit entsprechenden Ärzten und Therapeuten.

Das Gespräch führte S. Michl.

Absolventen unserer Fachschulen sind sehr gefragt. Mario Gimpel

Gesunde Ernährung in den Fachschulen

Die steirischen Fachschulen für Land- und Ernährungswirtschaft setzen den Fokus vermehrt auf Aufklärung im Bereich der Lebensmittelverarbeitung und -sensorik. Durch gezielte Aktionen wird den Schülern praktisches Wissen rund um die gesunde Ernährung vermittelt, so auch an den Fachschulen im Bezirk, nämlich in Schloss Burgstall in Wies, Schloss Frauenthal in Deutschlandsberg und in Stainz. Wie gefragt die Absolventen sind, zeigt übrigens der Umstand, dass rund 96 Prozent unmittelbar nach der Ausbildung einen Job finden. Eine gute Bilanz zum Internationalen Tag der Hauswirtschaft am 21. März.