

## 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 Bernhard Geier („Die Preise lügen“) sowie Hans Putzer („Essen macht Politik“), die mit ihren Vorträgen an das Thema herantreten. Anschließend gibt es eine Podiumsdiskussion mit den beiden Autoren sowie Barbara Soritz (Bio-bäuerin), 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 Osternestler 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 ge-

zielten 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 Gesundheit gegeben. Mein privat finanzierter Gesundheitsweg 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 stehen 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.