



Foto: Josef Fassat-Grupp

Das Rathaus haben sie schon vor Wochen erobert, nun sollen die Herzen des Publikums folgen. Die Faschingsgilde Straß bereitet sich für sechs Sitzungen vor (31. 1. sowie 1., 8., 9., 14. und 15. 2.). Der Vorverkauf startet an diesem Sonntag im Musikheim (von 8 bis 13 Uhr). Auch am letzten Adventwochenende können Karten gekauft werden. Nähere Infos gibt's bei Gilde-Präsident Franz Tscherner: ☎ 0 664/7378 6988

Aus den Bezirken

● Murau

Die Adventspiele Murau werden von Freitag bis Sonntag fortgesetzt. „Als ich Christagsfreuden holen ging“ (Inszenierung: Wolfgang Atzenhofer) beginnt jeweils um 17 Uhr im Arbeiterkammer-Saal.

● Pöllauberg

Das Seminarhotel Retter wurde mit dem Goldenen Flipchart als beliebtestes steirisches Seminarhotel ausgezeichnet. Es folgen das Gartenhotel Ochsenberger (St. Ruprecht) und das Hotel Novapark (Graz).

● Schladming

Teresa Breuer ist erste Botschafterin der Special Olympics Weltwinterspiele 2017. Die Skifahrerin gewann bei den Spielen 2013 gleich zwei Medaillen.

Gesetz passiert Ausschuss ● Nun ist der Landtag an der Reihe: Gemeindereform vor letzter Hürde

Die steirische Gemeindereform ist endgültig in der Zielgeraden angekommen: Am Mittwoch wurde das entsprechende Gesetz im Gemeindeausschuss von Rot und Schwarz beschlossen. In der nächsten Woche (17. 12.) soll dann im Landtag der Sack zugemacht werden.

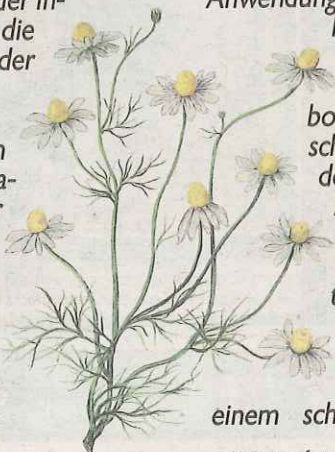
In der Regel sind Ausschusssitzungen Angelegenheiten von nur wenigen Minuten. Die Debatte über die Gemeindereform am Mittwoch dauerte immerhin gute zwei Stunden. Das Ergebnis

war dennoch vorhersehbar: SP und VP fixierten die „verordneten Zusammenlegungen“, von Gegnern gerne „Zwangsfusionen“ genannt. Insgesamt sind 185 Kommunen betroffen. Die hohe

Zahl lässt sich leicht erklären: Sobald etwa bei einer Fünfer-Fusion nur eine Gemeinde dagegen ist, muss das Land die Zusammenlegung per Gesetz verordnen.

Die Opposition ist verärgert: „Demokratie ist ein Fremdwort“, sagt die KPÖ. Die Grünen drängen abermals darauf, dass letztlich die Bevölkerung die Entscheidung treffen sollte.

Kräuterkunde leicht gemacht! Das könnte ein Motto sein, um sich erneut oder ein erstes Mal mit der Wirkung der Heilkräuter auseinanderzusetzen. Um dabei aber nicht gleich die ersten Erfolgserlebnisse zunichte zu machen, greift man am besten zu den Pflanzendrogen, die einem geläufig und bekannt sind. Dazu zählt bei fast hundert Prozent der Interessierten die Kamille. In der Natur finden wir die wilde Form der Hundskamille öfter vor als die Echte Kamille (*Matricaria chamomilla*). Von der Ersteren unterscheidet



Hing'schaut und g'sund g'lebt

VON KRÄUTERPFARRER BENEDIKT

www.facebook.com/kraeuterpfarrer
und blog.kraeuterpfarrer.at



Sich im Bett nochmals umdrehen

Mit Kamillentee im Magen

sich die für naturheilkundliche Anwendungen geeignete Pflanze durch den Geruch, den hohlen Blütenboden und die Spreuschuppen. Zwischen den Monaten Juli und August liegt die beste Zeit, um die offenen Blüten bzw. die Blütenknospen abzuernsten und vorsichtig an einem schattigen Platz zu

trocknen. Hat man diese herrlich duftenden Pflanzenteile der Kamille nun eingelagert und griffbereit, so kann man sich auch deren Wirkung be-

Rollkur bei Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren:

In diesem Fall kann die Tagesmenge von Kamillentee ruhig bis zu 1½ Liter betragen. Die erste Tasse, also ca. ¼ Liter, trinkt man morgens ungesüßt am besten im Bett. Der Magen ist noch leer, und so kann die Wirkkraft der Kamille stärker

dienen, die sich durchaus sehen (oder vielleicht besser gesagt: lesen) lassen kann. Die Echte Kamille wird seit vielen Generationen verwendet, weil sie sich eben als antiseptisch, beruhigend, krampflösend, kräftigend, verdauungsanregend und wundheilend erweist. Viele sprechen gern von der Weise, aus den getrockneten Kamillenblüten einen Tee zu kochen. Doch es kommt bei bestimmten Leiden zusätzlich darauf an, wie man dieses Heilgetränk zum Einsatz bringt.

greifen. Man bleibt zuerst 5 Minuten lang am Rücken liegen, dreht sich hernach jeweils 5 Minuten auf die rechte Seite, auf die Bauchseite und zuletzt in die Linkslage. Tagsüber kann die restliche Menge verteilt getrunken werden, am besten dann, wenn der Magen möglichst leer ist.