

## Hing'schaut und g'sund g'lebt



KRÄUTERFARRER BENEDIKT  
facebook.com/kraeuterfarrer kraeuterfarrer.at

### Erleichternde Auflage

Eisenkraut hilft Schmerzen lindern

ne Haltung, die ange-  
ichts der Fastenzeit wie-  
mehr in den Vorder-  
grund rückt, ist Mitleid. Da-  
ist die eigene Fähigkeit  
Empathie gemeint, also  
Sich-hineinversetzen-  
nen in die Befindlichkeit  
s anderem. Mit der  
tigen Emp-  
fung soll  
gezeigt wer-  
d, dass es  
hilfe der Na-  
möglich ist,  
nchem Schmerz  
ser zu begeg-  
der als Folge  
Prellungen  
von Rheuma-  
pfunden  
d.

Das Echte  
Eisenkraut

rbena officinalis)  
sich laut der Erfah-  
ung der traditionellen  
Ksmedizin schon in frü-  
hen Jahrhunderten be-  
hrt, den Menschen in vie-  
len gesundheitlichen An-  
gen beizustehen. Und da-  
will ich heute anknüp-  
f. In dem liebenswerten  
wächs sind u. a. Bitter-,  
kleim- und Gerbstoffe  
halten, weiters ätheri-

sches Öl, Iridoide und wie-  
bei vielen anderen Heilkrä-  
tern auch Flavonoide. Diese  
können mit ihren entzün-  
dungshemmenden, zusam-  
menziehenden und keim-  
widrigen Effekten auch für  
äußerliche Anwen-  
dungen heran-  
gezogen wer-  
den.

Hat sich je-  
mand irgendwo  
kräftiger ange-  
stoßen, so sind  
Schwellungen,  
Blutergüsse und  
ebenso schmerzen-  
de Knochen die Fol-  
ge. Dies gibt An-  
lass, um mit einer  
lindernden Maß-  
nahme diese Be-  
einträchtigungen

zu begleiten und so dem  
Körper eine wohltuende Zu-  
wendung zuteilwerden zu  
lassen. Für eine Auflage et-  
wa, die dann sinnvoll er-  
scheint, ist es noch notwen-  
dig, einen qualitätsvollen  
Apflessig zur Verfügung zu  
haben. Übrigens kommt der  
nachfolgende Tipp auch für  
Rheumaleidende infrage, die  
ebenfalls nach einer Unter-  
stützung Ausschau halten.

**ABKOCHUNG MIT ESSIG**  
10 g getrocknetes und zerklei-  
niertes Eisenkraut mit ¾ Liter  
Apflessig übergießen und in  
einem geeigneten Topf ca. 10  
Minuten aufkochen. Hernach 1  
Stunde lang zugedeckt ziehen  
lassen. Zum Schluss abseihen  
und auch noch filtrieren. Das  
Ergebnis in eine Literflasche  
füllen und den verbleibenden  
Platz darin mit einem guten  
Obstbrand ergänzen. Dunkel

und kühl lagern. Für eine Auflage genügend Watte damit  
tränken, in einen Baumwoll-  
stoff hüllen und auf die  
schmerzenden Stellen ein paar  
Stunden lang auflegen. Das er-  
weist sich als erleichternde Be-  
gleitung für Blutergüsse, Prellun-  
gen und auch Quetschungen. Bei Rheuma-  
schmerzen wiederum die Auflage  
angewärmt anbringen.

Alle hier beschriebenen Anwendungen sollen und können in keinem Fall  
eine medizinische oder ärztliche Behandlung ersetzen.

kraeuterfarrer-Zentrum, 3822 Karlstein/Thaya, Tel. 02844/7070-11

## „AVL-Familie“

Grazer Antriebsspezialist hat am Subkontinent  
sieben Standorte und über 1000 Mitarbeiter –  
nun möchte man Aufbruchsstimmung nutzen

VON FANNY GASSER  
AUS INDIEN

Indien hat sich in den letzten 15 Jahren gewal-  
tig verändert, da sind sich die Mitreisenden der steirischen Wirtschaftsde-  
legation einig. Das Bild von vermüllten Straßen und pu-  
rer Armut scheint zumin-  
dest zum Teil veraltet. Bes-  
onders auffallend ist auch die Aufbruchsstimmung in der Bevölkerung: „Man

merkt, die Inder streben nach mehr – das Potenzial ist riesig“, erklärt Christa Zengerer, Geschäftsführerin von ACstyria und erfah-  
rene Indienreisende. Beim Werksbesuch in Chennai wird Maria Kollmann, Vertreterin von AVL, nicht nur als „Friend“, sondern sogar als „Family“ begrüßt. „Man schätzt die österreichische Qualität, die lange Partnerschaft und die Treue sehr“, freut sich Kollmann. „Ich war schon sehr viel internatio-  
nal unterwegs, aber in Indien ist die Wertschät-  
zung gegenüber Österreich wirklich beeindruckend“, sagt auch Zengerer.

Während die meisten

Weltmärkte im Vorjahr AVL Bauchschmerzen be-  
reiten, ging es in Indien bergauf. Darauf will man nun bauen: „Wir wollen noch stärker in Kontakt mit den Unis treten. Wir sind

bekannt für unsere For-  
schung, etwa zehn Prozent unseres Umsatzes geht allein in diesen Bereich im eigenen Haus. Unter den österreichischen Unterneh-  
men sind wir außerdem seit Jahren führend bei Paten-  
ten“, erklärt Kollmann.

Am Programm der Wirt-  
schaftsreise stehen weitere

## A9-Ausbau: Appell an neuen Minister

Landesregierung erneuert Forderung  
nach dritter Spur. Grüne: „teure Illusion“

landesrätin Claudia Hol-  
zer. Die Reaktion der stei-  
rischen Grünen ließ nicht  
lange auf sich warten.  
„Hundert Millionen Euro  
für eine zusätzliche Spur,  
die frühestens 2032 fertig  
ist – und dann direkt im  
nächsten Nadelöhr endet“,  
kritisiert Klubobfrau Sand-  
ra Krautwaschl und fordert  
„Lösungen, die sofort wir-  
ken“.

Die grünen Gemeinde-

gruppen im „Feinstaub-  
Hunderter-Gebiet“ haben

indes eine gemeinsame Er-

klärung gegen die geplante

Abschaffung des „Luft-

100ers“ verfasst und wol-  
len Druck Richtung Lan-

desregierer machen.

## in Indien soll weiter wachsen



Foto: Fanny Gasser

### INDIEN IN ZAHLEN

Die am stärksten wachsende  
Volkswirtschaft aller G20-Staaten



28 Bundesstaaten

1,438 Mrd. Einwohner

3,841 Mrd. BIP in US-Dollar

6,3 % BIP-Wachstum

7000 Zentren für Forschung und Entwicklung

110.000 Startups

1,28 Mrd. Exporte von Österreich nach Indien in €

1,39 Mrd. Importe aus Indien nach Österreich in €

Krone KREATIV | Foto: stock.adobe.com | Quelle: WKO / Außenwirtschaft Austria

© Maria Kollmann beim Besuch des Mahindra Research Valleys, wo die Soft- und Hardware von AVL seit Jahrzehnten zum Einsatz kommt. Das Grazer Unternehmen möchte nun vermehrt mitindischen Hochschulen kooperieren.



Krone TU

Entertainment  
pur – rund um die Uhr.  
Wo Spannung zuhause ist.

Jetzt beste  
Unterhaltung  
holen.

Kronen  
Zeitung KRONE TV

Krone.tv im  
Fernsehen  
via Satellit,  
Kabel & Antenne.

Zu unserer 24h-  
Service-Hotline:  
@ empfang@krone.tv  
0570 60 600

