

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



KRÄUTERPFARRER BENEDIKT

facebook.com/kraeuterpfarrer kraeuterpfarrer.at

### Brüchige Nägel festigen

Mit Zwiebelsaft einreiben

Hände und Füße sind sehr wertvoll. Sie ermöglichen uns das Bewegen, Stehen, Greifen und Fühlen und erweisen sich darüber hinaus als äußerst sensible Zonen. Sofern sie vorhanden und in ihren Funktionen nicht beeinträchtigt sind, funktionieren sie praktisch ohne viel Zutun. Und dennoch bedürfen sie der Pflege.

Heute möchte ich mich daher den Nägeln an Fingern und Zehen zuwenden, die ebenso wie die restliche Körperoberfläche die Vorteile der pflanzlichen Kräfte entgegennehmen können. Im eigenen Haushalt stehen uns unter anderem die Speisewiebeln (*Allium cepa*) zur Verfügung. In ihnen bergen sich viele Inhaltsstoffe wie etwa Schwefelverbindungen (Allicin), Polyphenole, Vitamine und auch etliche Mineralstoffe. Aufgrund ihres doch intensiven Geschmacks sind sie nicht jedermanns Sache. Das tut aber ihrem Wert und ihrer Nützlichkeit keinen Abbruch. In vielen alten und bewährten Hausmitteln

spielt die Zwiebel eine wichtige Rolle, die sich übrigens auch bei der Pflege der Nägel als gewinnbringend herausstellen kann.

Die Hornschicht an den Fingern und Zehen erweist sich nicht immer als fest und gleichzeitig elastisch in ihrer Struktur, sondern kann ebenfalls brüchig sein. Dann ist es gut, sich der Vorteile der Zwiebel zu bedienen, aus der sich ein Saft herauspressen lässt. Man sollte sich dabei nicht scheuen, eine gewisse Reizung der Augen in Kauf zu nehmen, die wohl allen bekannt ist, die in der Küche eine Zwiebel aufschneiden müssen.

den lang die Nägel nicht mit Wasser in Berührung bringen, damit die Wirkstoffe der Zwiebel in die Hornschicht eindringen und eine Festigung der Struktur unterstützen kann. Einige Zeit 2-mal am Tag durchführen.

#### ZWEIMAL AM TAG

Von einer gewöhnlichen Küchenzwiebel, die zuvor abgeschält und aufgeschnitten wird, ein wenig Saft herauspressen. Brüchige Finger- und Zehennägel damit einreiben und trocknen lassen. Nach dieser Anwendung 2 bis 3 Stun-

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



# Heim noch

Verheerend fiel der erste RH-Prüfbericht 2019 zum Hörbranner Josefsheim aus. Nur 42 Prozent der Empfehlungen wurden umgesetzt.

Die Dienstreisen mit privater Begleitung wurden vom damaligen Geschäftsführer betrieblich abgerechnet, bei anderen Zahlungen war gar nicht erst ersichtlich, ob es sich um betriebliche Ausgaben handelte... Neben einer langen Liste mit Kritikpunkten gab es im Jahr 2019 von Rechnungshofchefin Brigitte Egger-Bargehr auch 26 Empfehlungen. Ob und wie gut diese umgesetzt wurden, wollten die Rechnungshofprüfer drei Jahre später wissen.

Das Ergebnis fiel ernüchternd aus. Von den 26 Empfehlungen – 21 an die Sozialzentrum Josefsheim Betriebs-GmbH und fünf an den Eigentümer, die Marktgemeinde Hörbranz – wurden nämlich nur elf umgesetzt. 42 Prozent der Vorschläge wurden ignoriert. „Ausstehend sind Verbesserungen im Bereich

**„Dass beim Josefsheim zum wiederholten Male nichts anständig funktioniert, sollte ein Weckruf für Bürgermeister und Gemeinderat sein.“**

Dominik Greißing, NEOS-Gemeindevorstand



Foto: NEOS

Finanzen, internes Kontrollsystem und im Personalbereich“, resümierte Egger-Bargehr. Die Umsetzung könnte aus ihrer Sicht also durchaus besser sein. Dass nicht mehr passiert sei, liege vermutlich an den häufigen Wechsellern in der Geschäftsführung. „Das ist eine Erklärung, aber keine Entschuldigung.“ Die reinen Zahlen lesen sich ebenfalls alles

# tiefer in roten Zahlen



Foto: Mathis Fotografie

Landesrechnungshofdirektorin Brigitte Egger-Bargehr ortete viel Luft nach oben

andere als gut: Beliefen sich die Fehlbeträge im Jahr 2020 noch auf 77.200 Euro, erhöhte sich das negative Jahresergebnis ein Jahr später auf mehr als das Vierfache.

Egger-Bargehr nahm hinsichtlich der Finanzen die Hörbranner in Schutz: „Man muss ihnen zugute halten, dass die Rahmenbedingungen am Arbeitsmarkt gegen sie gearbeitet

haben.“ Personalwechsel und -mangel hätten einen Großteil der Abgänge verursacht. Kein Verständnis hatte Egger-Bargehr allerdings dafür, dass das Vier-Augen-Prinzip immer noch nicht in allen Bereichen eingeführt ist. „In der heutigen Zeit ist so etwas state of the art.“ In der Verantwortung sieht sie vor allem den Bürgermeister, der sich nicht nur auf mündliche Berichte verlas-

sen könne. Die Notwendigkeit, das Josefsheim einer Pflegegesellschaft zu übergeben, sieht sie nicht: „Wenn eine Gemeinde ein Pflegeheim wirtschaftlich führen kann, macht es Sinn, dies selbst zu betreiben.“ Für Dominik Greißing (NEOS) zeigt die erneute Schiefelage eine Überforderung der Gemeindeleitung. Den Bericht bezeichnete er als „Weckruf“.

## Rote-Grüne Koalition beim Bahnausbau am Arlberg

Tirols Verkehrslandesrat René Zumtobel (SPÖ) besichtigte bei Antrittsbesuch im Ländle den neuen „Siemens Desiro ML“.



Foto: ALEXANDRA SERRA

Die Landesräte René Zumtobel (r.) und Daniel Zadra

Wenn die sonst so kritischen Vorarlberger so begeistert sind, nehme ich die Garnitur gleich mit nach Tirol“, scherzte René Zumtobel bei der Besichtigung des „Siemens Desiro ML“ am Bregenzer Bahnhof. Sein Vorarlberger Kollege Daniel Zadra (Grüne) allerdings wollte das neue Schmuckstück nicht herge-

ben. Vier dieser Züge sind ab Montag in Vorarlberg im Einsatz, bis Oktober sollen dann alle 21 auf Schiene sein. Derzeit fahren die Garnituren noch im Winterlayout. Ab März wird je ein Wagen umgerüstet, so dass 26 Fahrräder darin Platz finden. Im gesamten Zug dürfen dann 40 Drahtesel mitfahren. Abseits der

Besichtigung sprachen sich Zumtobel und Zadra für den Ausbau des Klosterbogens bei Braz und den zweigleisigen Ausbau der Arlbergstrecke aus. Einig waren sich die Landesräte auch, dass die Bahnstrecke am Deutschen Eck nicht neun Wochenenden wegen Bauarbeiten komplett gesperrt werden könne.

Von Gott und der Welt



MICHAEL CHALUPKA  
michael.chalupka@evang.at

### Frei und gleich

Ich bin mir nicht sicher, welche Aussage mich mehr erschreckt, die Aussage eines niederösterreichischen Landesrats, der vielen Schülerinnen und Schülern eines Gymnasiums in Wien persönlich ihr Existenzrecht abspricht, oder die Antwort der Schülerin, die ganz gefasst darauf repliziert hat: „Solche Aussagen sind wir gewohnt.“

Müssen Jugendliche, die hier aufgewachsen sind und sich auf die Matura vorbereiten, sich wirklich daran gewöhnen, rassistisch beleidigt und gedemütigt zu werden? Müssen wir alle, die wir dieses Land lieben, uns daran gewöhnen, dass Politiker die Gesetze unseres Landes nicht respektieren, die Menschenrechte infrage stellen und sie, wie in diesem Fall, mit Füßen treten?

Als Bürgerinnen und Bürger dürfen wir uns daran nicht gewöhnen. „Die Jugend ist unsere Zukunft“ ist keine hohle Phrase oder Betschwörungsformel für Sonntagsreden. Dieser Satz ist einfach wahr. Deshalb bedürfen gerade die jungen Menschen, egal, woher ihre Eltern gekommen sind, des Schutzes ihrer Würde.

Christinnen und Christen können sich nicht daran gewöhnen, denn der Apostel Paulus schrieb an die Gemeinde in Galatien: „Jetzt ist es nicht mehr wichtig, ob ihr Juden oder Griechen, Sklaven oder Freie, Männer oder Frauen seid: In Jesus Christus seid ihr alle eins.“ Oder in der Sprache der Menschenrechte: „Alle Menschen sind frei und gleich an Würde und Rechten geboren.“ Daran müssen wir uns gewöhnen.