

## ➤ Ministerin Raab

# Familie

Nach der für Familien harten Corona-Zeit kündigt Ministerin Suanne Raab (ÖVP) 2,9 Millionen Euro für den Ausbau von Eltern-Kind-Zentren österreichweit an. Ein „Krone“-Lokalauschein.

Die schwangere Familienministerin, die im Juli ihr erstes Kind erwartet, ließ sich die Gelegenheit nicht nehmen. Beim Besuch des Eltern-Kind-Zentrums Nanya im siebenten Wiener Gemeindebezirk setzte sich Susanne Raab kurzerhand zu einer Kinderspielgruppe auf den Boden dazu. Im Gespräch mit den Teilnehmerinnen tauschte sie sich über die Herausforderungen der Mutterschaft aus. Von Mutter zu Mutter eben...

Und jenen möchte Raab nach der herausfordernden Corona-Zeit unter die Arme

Schuhpflege ist ein Kinderspiel. Das beweist der Kärntner Schuhpflege-Pionier Manfred Rainer von Pep-Up mit seiner neuen Linie speziell für Kinder. „Mit unserer zehnjährigen Erfahrung haben wir die weltweit erste Pflegeserie für die junge Zielgruppe entwickelt.“ Alle Produkte sind dermatologisch getestet, die Inhaltsstoffe rein pflanzlich und zudem gibt es eine kindergerechte Anleitung.

Infos auf [www.pep-up.eu](http://www.pep-up.eu)

Foto: Sissi Fugler Fotografie



Foto: pep-up.eu



Es zahlt sich aus, einen eigenen Kalender zu erstellen, wenn man plant, spezielle Kräuter zu sammeln und zu trocknen. Denn immerhin ist es dann von Vorteil, gut Bescheid zu wissen, wann der Prozess des Keimens beginnt oder die Blütezeit einer Pflanze einsetzt. Der hinter uns liegende Frühling hat bereits einiges angeboten. Doch das Jahr schreitet voran, und ein Zugehen auf den Sommer erfolgt nun ganz schnell.

Somit kann man damit rechnen, dass der Rotklee (*Trifolium pratense*), der zudem als Wiesenklee bekannt ist, seine volle Größe erreicht und nach und nach die Blüten ausbildet. Dann steht uns eine pflanzliche Hilfe zur Verfügung,



die einen Beitrag zur Erhaltung unserer physischen Vitalität leisten kann. Ob wir uns wohlfühlen oder nicht, hängt nicht zuletzt davon ab, wie gut die inneren Organe arbeiten können. Leber, Galle und Darm sind zu einem großen Teil dafür zuständig, die Im-

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



KRÄUTERPFARRER BENEDIKT

[facebook.com/kraeuterpfarrer](https://www.facebook.com/kraeuterpfarrer) [kraeuterpfarrer.at](https://www.kraeuterpfarrer.at)

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

### Unterstützung für die Leber

#### Getrocknete Blüten des Rotklees aufgießen

munkraft des Körpers aufrechtzuerhalten.

In den Blüten des Rotklees finden sich sogenannte Isoflavone, Gerbstoffe und auch ätherisches Öl. Sie werden gerne zu Produkten verarbeitet, die vor allem den Frauen

#### Rotkleeblüten-Tee

2 Teelöffel voll getrocknete Blüten des Rotklees mit ¼ Liter kochendem Wasser übergießen und 15 Minuten zugedeckt ziehen lassen. Danach abseihen und ungesüßt zu sich nehmen. Davon

zur Begleitung ihrer Gesundheit in den Apotheken angeboten werden.

Ich möchte heute jedoch noch eine zusätzliche Komponente verdeutlichen, die unabhängig vom jeweiligen Geschlecht in Erwägung gezogen werden kann. Es geht mir dabei – wie schon angedeutet – um eine Unterstützung des Verdauungsapparates mitsamt der Leber. Der Rotklee ist ein altes Hausmittel, das hierbei ebenso in Anspruch genommen wurde und wird.

Wer also die Blüten der Pflanze sammelt, soll darauf achten, sie gut und schnell zu trocknen, damit ihre Qualität nicht darunter leidet.

eine Zeit lang am Morgen und am Abend je 1 Tasse trinken, um damit die Leber und die Galle zu unterstützen. Rotkleeblüten-Tee eignet sich auch als Begleitung, wenn einen chronische Stuhlverstopfung quält.