

# Elgger / Aadorfer Zeitung

AZ 8355 Aadorf

Amtliches Publikationsorgan für die Gemeinden Elgg und Hagenbuch – Lokalzeitung für die Gemeinde Aadorf

Redaktion: 052 511 27 27 / 052 511 27 29, Fax 052 511 27 28, Mail: redaktion@elgger-zeitung.ch – Inserate 052 511 27 26, Mail: verkauf@elgger-zeitung.ch, Fax 052 366 12 84, Mail: info@elgger-zeitung.ch

**BRUGGMANN AG**  
**SCHREINEREI**

Hintergasse 38, Elgg, Tel. 052 364 20 41  
www.bruggmann.ag  
Küchen Türen Schränke Innenausbau  
Besuchen Sie unsere neue Ausstellung

## Mahlzeitendienst

**EULACHTAL** – Vollwertige Menus warm und regelmässig ins Haus geliefert: Der Mahlzeitendienst der Spitex Elsau-Schlatt sowie Eulachtal macht es möglich. Die Menus aus der Küche der Pflege Eulachtal erleichtern den Alltag.

SEITE 3

## Nachlassplanung

**AADORF** – Zu einem Infoabend über eine vorausschauende Nachlassplanung lud die Raiffeisenbank Aadorf mit ihren Geschäftsstellen Elgg und Wiesendangen ein. Das Interesse war gross, besuchten doch rund 140 Leute den Anlass.

SEITE 3

## Leute aus der Region

**AADORF** – Patrick Strehler wuchs mit zwei Geschwistern in Aadorf auf. In seiner Freizeit fährt er gerne Ski und betreibt Laufsport. Seit 2004 ist er beim Pfarreilager engagiert und hat dort 2016 die Hauptleitung übernommen.

SEITE 5

Gesucht in der Region  
**Bauland**  
(mit Abbruchobjekt)  
einfache und transparente Kaufabwicklung

Ed. Vetter AG, 9506 Lommis  
Urs Vetter, 079 420 20 62  
urs.vetter@vetter.ch

## Die Akzeptanz für Naturheilmittel nimmt wieder zu

Durch den modernen Lebenswandel entfernte sich der Mensch von seinen Wurzeln. Das ändert sich allmählich wieder und die Bedeutung von Naturheilmitteln nimmt wieder zu. Gemäss Linda Graf, diplomierte Naturheilpraktikerin, würden wir vermehrt wieder merken, wie wichtig die Verbindung mit der Natur sei.

**ELGG** – Unabhängig von der Politik gibt es eine neue grüne Welle: die pflanzlichen Heilmittel. Immer mehr Menschen glauben, dass die Bedeutung von Naturheilmitteln zunimmt. Pflanzliche Arzneien werden immer beliebter, obwohl die gesetzlichen Krankenkassen meistens nicht dafür bezahlen. Heilpflanzen haben eine lange Tradition, was das Vertrauen in sie weckt. Und dass man nicht unbedingt einen Arzt braucht und sich mit den Pflanzen eher identifizieren kann als mit chemischen Substanzen, spricht ebenfalls für ihre grosse Beliebtheit. Damit die Pflanzenkraft ihre volle Wirkung entfalten kann, sollte man aber einiges beachten: Wichtig ist, sich von



Linda Graf: «Gegen (fast) jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen.» Bild: zVg

einer Fachperson beraten zu lassen, ob die Beschwerden sich auch wirklich pflanzlich behandeln lassen. Ungeübte sollten zur Therapie ausserdem Fertigpräparate verwenden. Bei ihnen ist ein gleichbleibender Wirkstoffgehalt garantiert und sie sind klinisch geprüft. Und man muss Geduld haben, denn pflanzliche Mittel brauchen meist mehrere Wochen bis sich eine Wirkung zeigt.



Pflanzen bergen einen grossen Schatz an heilender Wirkung und immer mehr Menschen glauben, dass die Bedeutung von Naturheilmitteln zunimmt. Bild: pixabay.com

### Faszinierende Welt der Pflanzen

Von Ginkgo, Rosskastanie oder Baldrian kennt man die Wirkung. Aber es gibt auch alltägliches Gemüse, das gezielt zur Heilung eingesetzt werden kann: zum Beispiel Chili. Äusserlich wird die Pflanze in Cremes, Salben und Pflaster angewendet. Der Extrakt aus den Schoten fördert die Durchblutung und lindert

Schmerzen, zum Beispiel Muskel- und Gelenkschmerzen oder auch Beschwerden nach Gürtelrose. Das wurde auch in klinischen Studien bewiesen. Linda Graf ist diplomierte Naturheilpraktikerin und betreibt in Elgg die Naturheilpraxis Atiasana. Sie sagt, sie sei schon als Kind von Pflanzen und deren Wirkungen fasziniert gewesen. In ihrem Beruf stehen jedoch noch viele andere Möglichkeiten und Therapieformen zur

Verfügung, wodurch man Beschwerden ganzheitlich und von mehreren Punkten her angehen kann. Das finde sie schön an ihrem Beruf. Sie könne auf den Menschen ganz individuell eingehen, da sie aus einem Strauss an Möglichkeiten das jeweils beste herausplücken könne. Doch was ist für Graf das faszinierende an der Pflanzenheilkunde? Ihre Antwort: «Pflanzen wachsen überall um uns herum und fast jedes Kraut hat eine Heilwirkung. Dies ist ein unglaublicher Schatz, welchen wir nutzen dürfen. Sie lassen sich durch diverse Verfahren zu verschiedensten Heilmitteln verarbeiten, womit sich ihr Spektrum nochmals um ein Vielfaches erweitert.» Pflanzen, welche in unserer Umgebung wachsen, müssten sich mit denselben Widrigkeiten herumschlagen wie wir. So seien auch sie Hitze oder Kälte und auch Viren, Bakterien und Pilzen ausgesetzt. «Ihre Schutzmechanismen können wir nutzen», so die Naturheilpraktikerin.

### Wieder geschätzt aber nicht bedenkenlos

Aber weshalb gewinnen pflanzliche Heilmittel immer mehr an Bedeutung? Für Linda Graf ist klar, dass sie der Natur des Menschen entsprechen. Durch den modernen Lebenswandel hätten wir uns mehr und mehr von unseren Wurzeln

FORTSETZUNG SEITE 5

## Eine einzigartige Börse

Die Kinderkleiderbörse in Guntershausen ist die einzige ihrer Art in der Gemeinde. Seit über 20 Jahren sammelt das Team rund um die aktuelle Präsidentin Isabel Freihofer Kleider, Spielzeug und weitere Kinderartikel und verkauft diese im Luftschutzkeller der Turnhalle Guntershausen.

**GUNTERSHAUSEN** – Ausgeschildert ist der Weg schon einmal gut. Das ist auch eine dankbare Sache, denn sonst würde man durchaus einen Moment durch das Schulhaus irren, kennt man den Weg nicht. Doch dank der vielen Schilder kann niemand den Eingang zur Kinderkleiderbörse verpassen. Fand man sich noch gleich im finsternen Kellergang, erwarten einem beim Betreten gut gefüllte Regale mit Wintersachen, Jacken, Sportkleidern, Alltagskleidern, Schuhen, Spielsachen, Büchern, DVDs, CDs, Velohelmen, Baby- und Badesa-

chen. Sogar ein kleines Snowboard mit Bindung ist zu finden. Für die Fans analoger Technik gibt es Kassetten, sodass auch der eigene Sprössling weiss, wie es damals war, als man die Kassette mit einem Bleistift zurückspulen musste, wenn das Gerät mal wieder streikte. Eines ist jedenfalls klar: Das Angebot ist breit und reichhaltig. Für das Kind zwischen den Konfektionsgrössen 50 bis 176 wird viel



Persönliche Beratung ist natürlich Ehrensache.

Bild: Jonas Manser

geboten. Die Preise sind obendrein tief. Allerdings merkt man, dass es Montagnachmittag ist. Kundschaft kommt eher vereinzelt herein, aber sie kommt.

### Gebracht wird viel

Bereits seit mehr als 20 Jahren existiere diese Börse, erzählt Mitarbeiterin Priska Keller, was sie beinahe zu einem Tradi-

tionsgeschäft macht. Keller hält gemeinsam mit der Präsidentin Isabel Freihofer und Lisa Eisenegger – alle drei aus Guntershausen – die Börse am Laufen. Momentan besteht das Team aus den drei Frauen. Zu Spitzenzeiten zählte es allerdings bereits zehn Mitarbeiter. Jeden ersten und dritten Montagnachmittag im Monat werden von 13.30 bis 16 Uhr die Pforten geöffnet, genauso wie jede Woche am Dienstagvormittag zwischen 9 und 10.30 Uhr, ausgenommen während der Schulferien. Ab 2020 werden die Montagsdaten aber auf den ersten Montag im Monat reduziert. «Die Leute bringen uns sehr gerne ihre Sachen vorbei», erklärt Priska Keller, «daran mangelt es uns nicht.»

Bis zu 50 einzelne Artikel darf man pro Jahr vorbeibringen und an der Börse gegen eine Jahresgebühr von fünf Franken verkaufen lassen. Sowohl Sommer- als auch Winterartikel sind gefragt. «Uns ist wichtig, dass die Sachen noch in einem guten Zustand sind», merkt Keller an, «grundsätzlich sollte man uns nur das geben, was man dem eigenen Kind auch noch anziehen würde.» In den meisten Fällen stimme die Qualität, doch man habe wie überall Spezialisten, welche die Börse mit einer Entsorgungsstätte verwechseln, fährt Keller fort. Werden die

Sachen dann verkauft, erhalten die ehemaligen Besitzer 50 Prozent des Erlöses. Dies geht auf die neue Regelung von diesem Jahr zurück. Denn einer Herausforderung müsse man sich kontinuierlich stellen: «Wir haben viele Leute, die etwas bringen, aber Kunden sind es leider nicht so viele», weiss Keller. Erstaunlich eigentlich, bedenkt man die Preise: Eine voll funktionsfähige Winterjacke kostet zwischen 7 und 30 Franken.

### Freiwillige Mitarbeiter immer willkommen

«Die Preise kann man beim Bringen festlegen, aber wir empfehlen immer, unsere Preisvorschläge zu übernehmen», erklärt die Verkäuferin, «alles, was nicht verkauft wird, muss entweder zurückgenommen oder in die Sammlung gegeben werden.» Die Artikel in der Sammlung gehen nach Osteuropa. Trotz der Herausforderung hält man wacker die Stellung. «Wir sind die einzige Börse in der Gemeinde Aadorf, daher wäre es schön, gibt es uns hoffentlich noch etwas länger», sagt Keller. Neben neuen Kunden könne man natürlich auch immer zusätzliche freiwillig helfende Hände gebrauchen.

JONAS MANSER