

Dem Sufersersee entlang



Kürzlich ist am Sufersersee ein neuer Wanderweg entstanden. In der Bergwelt dem Seeufer entlang zu wandern, ist ein grossartiges Erlebnis.

Bild Jon Godly

SCARNUZ

Hilfe bei Arthrose- und andern rheumatischen Schmerzen

pd. Äusserst selten ist es, wenn einem pflanzlichen Produkt der schwierige Sprung in die Welt der Wissenschaft gelingt und die Aufmerksamkeit der Forscher auf sich zieht. Dem standardisierten Pulver der Hagebutte ist dies gelungen. Das Hagebuttenpulver hemmt die Entzündungsprozesse direkt im Gelenk, und somit können Schmerzen gelindert und die Beweglichkeit verbessert werden. Symptomlinderung bei Patienten mit Hüft- und Kniegelenkarthrose: Bei einer Studie wurde die Wirkung von täglich eingenommenem Hagebuttenpulver an 112 Patienten mit Arthrose in verschiedenen Gelenken getestet. Die Studienteilnehmer erhielten während drei Monaten entweder das Hagebuttenpulver oder ein Placebo. Nach dieser Zeit konnte eindeutig nachgewiesen werden, dass die speziellen Inhaltsstoffe der Hagebutte die Entzündung direkt im Ge-

lenk bekämpfen. Dadurch wird in der Folge auch die Zerstörung des Knorpels vermindert. Neu finden Sie in der Drogerie Schneider das Produkt Litoflex, welches bis zum 31. Oktober zu einem attraktiven Spezialpreis angeboten wird. Es enthält den original-dänischen Hagebutten-Extrakt, welcher einen noch höheren Wirkstoffgehalt hat als das chilenische in anderen Produkten.



Extrakt aus Hagebutten kann Schmerzen lindern.

LESER BERICHTEN

Trockenmauer in Reischen saniert

pd. Vom 19. bis 23. September verbrachten 10 Personen aus verschiedensten Orten der Schweiz eine Ferienarbeitswoche in Reischen um eine Trockenmauer zu sanieren. Angeleitet wurde die Gruppe vom erfahrenen Trockenmauerbauer und Steinbildhauer Emmanuel Weber mit Unterstützung eines Zivildienstleistenden und zeitweise Giovanni Bott. Die engagierte Gruppe erlernte während einer Woche das alte Handwerk des Trockenmauerns und hat entschieden zum Weiterbestehen der alten Trockenmauer in Reischen beigegeben. Am Ende der Woche wurde die neu sanierte Stützmauer sodann auch mit Stolz eingeweiht. Neben der Arbeit im Freien – bei schönstem Herbstwetter – ha-

ben sich die fleissigen Arbeiter aber auch etwas Zeit genommen, die Region zu entdecken und zum Beispiel geführt von Andreas Bott die Kirche St. Martin zu besuchen. Für den Biobauern Giovanni Bott bedeutet die Sanierung der Trockenmauer die Erhaltung eines landschaftsprägenden Bauwerkes der Vorfahren und zudem ein erneuerter Schutz vor dem oberhalb fliessenden Gewässer.

Weitere Informationen www.naturpark-beverin.ch/trockenmauern.



Stolz wird das Werk präsentiert.