



Christina Pirschmoser-Putzer B. rer. nat. Geschäftsführung Gxund, Biologin & Köchin

## Moringa

Moringa oleifera ist ein aus der Himalayagegend stammender Baum. Die Inder nennen ihn den „Baum des Lebens“.

Diese verwenden ihn schon seit Tausenden von Jahren in der ayurvedischen Heilkunst.

Nun wird man sich fragen – was macht diesen Baum so besonders? Er gilt zurzeit als das mit Abstand nährstoffreichste Gewächs auf Erden.

Die wertvollen Nährstoffe sind vor allem in den Blättern enthalten. Hervorzuheben ist hier auf jeden Fall die Anzahl der Aminosäuren – er enthält 18 der 20 essentiellen Aminosäuren. Weil unser Körper für den Aufbau von Eiweiß auf diese angewiesen ist, ist es enorm wichtig genügend mit der Nahrung zu sich zu nehmen. Ansonsten sind körpereigene Abläufe gestört bzw. können nicht richtig stattfinden.

Neben den besagten Aminosäuren enthält Moringa einen sehr hohen ORAC Wert (antioxidatives Potential) und auch einen 1.000 mal höheren Zeatingehalt als andere Pflanzen. Zeatin wirkt im menschlichen Körper als Botenstoff und sorgt dafür, dass alle Stoffe dorthin gelangen, wo sie in unserem Körper benötigt werden. Ich persönlich verwende das Pulver in Smoothies und im morgendlichen Frühstücksbrei.

Man kann auch Tee aus den Blättern zubereiten.

Gxund  
Speckbacherstraße 26  
St. Johann i. T.,  
Tel. 05352 20750,  
Rosenegg 59, 6391 Fieberbrunn  
Tel. 05354 52292 12,  
Untere Gänsbachgasse 3  
Kitzbühel, Tel. 05356 20429,  
Saalfelden, Mühlbachweg 8  
Tel.: 06582 740 420  
www.gxund.at

# Dankeschön-Jause

DIE ST. JOHANNER ZEITUNG BESUCHT DIE TESTSTRASSE



Tag für Tag stehen MitarbeiterInnen des Roten Kreuzes und HelferInnen bereit, um im Kaisersaal St. Johann Testungen vorzunehmen. Die St. Johanner Zeitung bedankt sich bei den „Alltagshelden“ mit einer Jause. Im Bild: Redakteurin Doris Martinz, René Schwaiger, Marco Horngacher und Lukas Reid.

## Ortsmarketing-Erfolgsprojekt: St. Johanner Einkaufsgutscheine

REKORD-GUTSCHEINVERKAUF 2020  
IN DER HÖHE VON 865.000 EURO!



Die Erfolgsgeschichte des St. Johanner Einkaufsgutscheines begann im November 2008. Als Geschenk, das allen Freude macht, wurde er immer beliebter und bekannter. „Nach der Gründung der Orts-

marketing St. Johann in Tirol GmbH war der St. Johanner Einkaufsgutschein eines der ersten Projekte, das gemeinsam mit dem Wirtschaftsforum initiiert wurde. Die Verkaufszahlen konnten von Jahr

zu Jahr gesteigert werden! Auch 2020 wurde mit verkauften Gutscheinen im Wert von 865.000 Euro ein neuer Rekord erzielt.“, freut sich Ortsmarketing GF Marije Moors. Mittlerweile können die Einkaufsgutscheine in über 200 St. Johanner Betrieben unterschiedlichster Bereiche – wie Autohäusern, Tankstellen oder auch Gesundheitsdienstleistern – eingelöst werden. „Das ist der große Mehrwert des Erfolgsprojektes. Wer St. Johanner Einkaufsgutscheine kauft, leistet einen wichtigen Beitrag zur regionalen Wertschöpfung, damit St. Johann in Tirol auch weiterhin der florierende, dynamische Ort zum Bummeln, Shoppen und Genießen bleibt. Im Namen der St. Johanner Wirtschaft bedanke ich mich sehr herzlich für die Treue unseren Kunden!“, ergänzt Patrick Unterberger, Obmann des Wirtschaftsforum St. Johann in Tirol.