



**MENSCHENRECHTSPREIS FÜR TABEA**

Marjan Kac von der „Westbahnhoffnung Villach – Tabea Lebenshilfe“ nahm den Menschenrechtspreis vom Landeshauptmann entgegen.

Foto: LPD/fritzpress



Die drei Herausgeber des Jahrbuchs für Politik in Kärnten: Peter Filzmaier, Karl Anderwald und Karl Hren

Foto: Polzer

**Politisches Jahrbuch für Kärnten auch im 22. Jahr**

„Kärnten ist anders“, zeigt sich Karl Anderwald, einer der Herausgeber des politischen Jahrbuchs für Kärnten, stolz. Kein anderes Bundesland habe eine derart lange und ununterbrochene Tradition bei der Veröffentlichung der politischen Jahrbücher. In Kärnten erscheint heuer die 22. Ausgabe – erstmals ohne finanzielle Unterstützung des Landes.

„Es ist heuer ein besonders umfangreiches Jahrbuch mit 27 Autoren, 23 Beiträgen sowie einer Chronologie der Ereignissen von November 2014 bis Ende Oktober 2015“, berichtet Herausgeber Karl Hren über den Inhalt. Schwerpunktthema sei Politik im ländlichen Raum mit

Beiträgen zur demografischen und wirtschaftlichen Entwicklung. Hren: „Alle Beiträge sind im Licht der spezifischen finanzpolitischen Situation des Landes verfasst worden.“

„Die Schließung von 17 Kleinschulen sollte als Denkanstoß für die langfristige Entwicklung des ländlichen Raumes dienen“, meint der dritte Herausgeber Peter Filzmaier. „Die Politik wird etwas tun und sich überlegen müssen, wie sie mit der Versorgung von Ärzten, Pflege etc. umgeht.“ Die wahllose Zeit bis 2018 soll die Politik nutzen, um Entscheidungen für den ländlichen Raum zu treffen. Das Buch ist im Kärntner Buchhandel erhältlich.

1578502

**Tagesmüdigkeit und Schlafstörungen: Burnout-Alarm!**

Tagesmüdigkeit und Schlafstörungen sollten wir als Vorzeichen für Burnout wahrnehmen. Ein ausgewogener Wach- und Schlafrhythmus ist eine wesentliche Voraussetzung dafür, dass wir den wechselnden Herausforderungen des Alltages besser gewachsen sind. Wer schlecht schläft, bildet nachts weniger

Nervenbotenstoffe und weniger Abwehrstoffe aus. Tagsüber nehmen wir dies dann als Antriebslosigkeit und generelle Abwehrschwäche wahr. Experten entwickelten nun eine Zwei-Phasen-Formel (ReLoad24, Apotheke, rezeptfrei), die tagsüber mehr Energie und nachts besseren Schlaf vermittelt. **WERBUNG**

**kika**

Gültig bis Sa. 19. Dezember 2015

**-30%**

auf Artikel aus dem **WEIHNACHTS-MARKT**

\*Vom bisherigen Verkaufspreis. Gilt nur für Neuaufträge und ist nicht mit anderen Aktionen kumulierbar. Ausgenommen Werbe- und Aktionsware, Warengutscheine, Gmundner, Leonardo, Villeroy & Boch, Seltmann Weiden, Krinner, Bücher und Lebensmittel. Vorbehaltlich Satz- und Druckfehler.

Jetzt auch online shoppen [www.kika.at](http://www.kika.at)