



So klappt die Übergabe

MÖDLING | Rund um die Frage, wie Unternehmensübergaben erfolgreich und reibungslos klappen können, drehte sich der Themenabend der Wirtschaftskammer Mödling in Zusammenarbeit mit der Volksbank Baden. Im Dialog standen dabei: Moderator Erich Fuker, Unternehmensberaterin Ursula Minarik, Gottfried und Nina Schwab, Rechtsanwalt Johannes Stephan Schriefl, Paul Schwab, Herbert Rachenzentner, Philipp Waldhans, die Unternehmensberater Hubert Kienast und Karl Hitschmann und Finanzierungs- und Förderspezialistin der Volksbank Marion Rehberger-Horvath (v.l.).

Foto: WK Mödling

Immer ein offenes Ohr für Jugend

Vor Ort | „Waggon“-Team suchte bei Musikfestival Kontakt zu Teenagern.

MÖDLING | Nicht weniger als 22 Bands aus dem ganzen Bezirk rockten am Musikfestival „Madstage“ und lockten damit zahlreiche Besucher, vorrangig jüngeren Alters, an.

Vor Ort waren allerdings nicht nur Musiker, sondern auch Mitarbeiter der Mödliner Jugendberatungsstelle „Waggon“, die gemeinsam mit dem Team der Mobilien Jugendarbeit (MOJA) Kontakt zu den Jugendlichen suchten. Angereist mit einem eigenen Bus, luden sie die Teenager zu entspannten Gesprächen ein und standen, wenn gewünscht, auch für Beratung, Aufklärung und Informationen rund um das Thema Suchtprävention zur Verfügung. „Man konnte sich im Bus aufwärmen, plaudern oder einfach nur chillen“, erzählt Irene Starzgruber vom „Waggon“.

SPRECHSTUNDE

BESTE GESUNDHEIT
DER WEG ZU MEHR WOHLFÜHLEN



Andrea Bregesbauer ist Diätologin im Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs.

Xund durch beste Ernährung!

Wie ernähre ich mich richtig nach einem Herzinfarkt?

Die Expertin Andrea Bregesbauer. Eine ungesunde, fettthaltige Ernährung kann zur vermehrten Fettablagerung in den Gefäßen führen: eine der zentralen Ursachen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Entscheidend ist die Qualität der Fette wie z. B. ein hoher Anteil an ungesättigten Fettsäuren: Verwenden Sie daher zum Kochen etwa 2 EL Öl anstatt Schmalz, Butter-, Kokos- und Frittierfette. Schädlich sind auch Transfettsäuren, die entstehen, wenn Fett zu

„Besonders wichtig ist der Einsatz qualitativ hochwertiger Fette!“

Diätologin Andrea Bregesbauer, Herz-Kreislauf-Zentrum-Expertin.

hoch erhitzt und mehrfach verwendet wird. Mit Fisch liegen Sie hingegen absolut richtig: Der hohe Anteil an Omega-3-Fettsäuren hilft die Fließeigenschaften des Bluts zu verbessern. Besonders ungünstig ist außerdem die Verwendung von fettreichen Fertigprodukten, wie bspw. Pommes, Wurstprodukte, etc. Anzeig

Herz-Kreislauf-Zentrum Groß Gerungs
www.herz-kreislauf.at
02812/8681

herzkreislauf ●●●
zentrum GROSS GERUNGS

Haben Sie Fragen an den Beste Gesundheit-Experten? Melden Sie sich unter info@beste-gesundheit.at

SCHAURAUM Vösendorf

ERÖFFNUNGSTAGE mit Mirna Jukic

Do. 13. - Sa. 15 Juni 2013

... und vieles mehr!

Schauraum Vösendorf
Marktstraße 19
A-2331 Vösendorf
Tel: 01 69 81 334
voesendorf@beta-wellness.com

Dampfduschen ab 990,-
Infrarotkabinen ab 1690,-
Indoor Whirlpools ab 990,-
www.beta-wellness.com