

Erste Hilfe wird bei Leeb in Gnesau gelebt



WE GO WILD

www.we-go-wild.com
facebook.com/wegowild
meinbezirk.at/wocheblogger

Fit in den Sommer starten – Lauftipps

Endlich geht's Richtung Sommer – die perfekte Zeit, um mit dem Laufen zu starten. Lauf-Anfängern raten wir langsam und mit kurzen Distanzen zu beginnen. Anfangs geht's nicht darum weit zu laufen, sondern in Bewegung zu bleiben. Laufen anfangen kann sehr anstrengend sein, wird aber besser. Wenn es zu anstrengend wird, drossle das Tempo und wechsele zwischen laufen und gehen. Der perfekte Energiespender vor dem Lauf ist eine Banane. Wer mit einem Lauf in den Tag startet, fühlt sich den ganzen Tag energiegeladener.

Erste Hilfe Kurs bei Leeb in Gnesau: Elf Mitarbeiter haben ihre Kenntnisse wieder aufgefrischt.

GNESAU (fri). Die Firma Leeb Balkone in Gnesau ist ein aufstrebender Betrieb mit derzeit rund 250 Mitarbeitern. Auch in Sachen Unfallverhütung und Erster Hilfe wird hier ständig geschult und aufgefrischt. In diesem Betrieb ist auch ein Defibrillator für Notfälle angeschafft und zentral erreichbar angebracht worden. Bernhard Huber hat einen Erste-Hilfe-Auffrischkurs abgehalten, bei welchem elf Mitarbeiter der Firma Leeb teilgenommen haben. Beim Erste-Hilfe-Auffrischkurs wer-



Richtige Ersthilfe kann unter Umständen Menschenleben retten. Die Johanniter Patergassen bieten Kurse und Schulungen an KK

den theoretisch und praktisch verschiedene Szenarien geübt, besprochen und wiederholt. Man weiß, die meisten Notfälle passieren zu Hause, da muss der Ersthelfer die ersten Minuten bis Rettung oder Notarzt kommen mit seinem Wissen und Können in Erster Hilfe überbrücken und unter Umständen das Leben des in

Not geratenen Menschen retten. Die Bevölkerung soll dazu aufgefordert werden in regelmäßigen Abständen Erste-Hilfe-Kurse zu absolvieren. Denn auch die Lehrmeinung für Erste Hilfe verändert sich von Zeit zu Zeit. Die Johanniter in Patergassen bieten im Frühjahr und im Herbst sowie auf Vereinbarung Erste-Hilfe-Kurse an.

DAS KOMPLETTBAD VON REGENFELDER



Wir bieten:
Abbruch · Entsorgung · Neuinstallation · Verfliesen · Komplettieren
Alles aus einer Hand, **exklusiv und preiswert!**
Wir beraten Sie gerne unter 04215 / 2525

www.badundco.at



... sowieso!

Installationen - Heizung - Bäder
Solar - Erdwärme - Biomasse
BJR
BERNHARD
REGENFELDER
www.regenfelder.at
A-9550 Leobenitz · Ossiacher Bundesstraße 6
Tel. 04215 / 25 25 · Mobil: 0664 / 35 73 112



Die erfolgreiche Mannschaft mit Markus Lederer, Tobias Blasge, Miriam Lederer, Fedir Maksymiuk mit Betreuer Peter Lederer KK

Vizemeister-Titel für die Schachspieler vom BRG

FELDKIRCHEN. Bei ihrer erstmaligen Teilnahme beim Schulschach-Turnier konnten sich die Schüler des BRG Feldkirchen gleich am Siegespodest platzieren. Punktegleich mit dem Sieger – das waren die Schüler der NMS Hermagor – landeten sie auf dem 2. Platz.

Die direkte Begegnung mit dem Sieger endete schließlich unentschieden. Die erfolgreiche Schach-Mannschaft bestand aus den Schülern Markus Lederer, Tobias Blasge, Miriam Lederer, Fedir Maksymiuk und dem Betreuer Peter Lederer.