



Kristen Stewart, Ella Balinska und Naomi Scott sind Charlie's Angels.

KINOTIPP

Drei Engel für Charlie

Schon seit jeher sind Charlies Engel mit ihren Fähigkeiten in Sachen Sicherheit und Ermittlungsarbeit für private Klienten im Einsatz. Mit der Expansion der Townsend Agency sind die smartesten, furchtlosesten und bestens ausgebildeten Frauen nun auf internationaler Ebene unterwegs. Mehrere Engel-Teams, die von verschiedenen Vermittlern geleitet werden, übernehmen weltweit

die härtesten Jobs. Als ein junger Systemingenieur Details über eine gefährliche Technologie preisgibt, müssen sich die Engel auf eine Mission begeben, bei der sie sogar ihr eigenes Leben aufs Spiel setzen müssen, um uns alle zu beschützen. ■ Anzeige

„Drei Engel für Charlie“
Ab 2. Jänner bei Star Movie
www.starmovie.at



TIERHEIM LINZ

Wer will mich?

Tier-
artikel

LINZ. Damit die Schützlinge des Linzer Tierheimes auch im neuen Jahr weiterhin mit gutem Futter, Medikamenten und warmen Decken versorgt werden können, hofft das Pflegepersonal auf die Mithilfe vieler Tierfreunde. „Ein großes Dankeschön an alle Menschen, die Tieren etwas Gutes tun. Sei es, ein verletztes oder verirrtes Tier zu bergen, oder eine Sach- oder Geldspende zu bringen, damit die Versorgung dieser herrenlosen

Tiere gesichert ist“, bedankt sich Tierheimreferentin Lydia Just. Lobo, der 13-jährige Spanielmischling, wünscht sich eine eigene Familie im neuen Jahr. „Wir halten ihm alle die Daumen, dass dieser Wunsch in Erfüllung geht.“ ■

www.tierheim-linz.at

Mostnystraße 16, 4040 Linz

0732/247887 • office@tierheim-linz.at



Spanielmischling Lobo wartet auf ein neues Zuhause.

Foto: Tierheim Linz

ADIPOSITASTHERAPIE

„Medikal war für mich ein Neustart“

LINZ. „Ein Leben mit 148 Kilo Körpergewicht ist nur noch mühsam“, erinnert sich Sonja Pilgerstorfer mit Schaudern ein Jahr zurück. Hilfe fand sie bei Medikal, dem Zentrum für ambulante Adipositas-therapie der Elisabethinen in Linz.



Sonja Pilgerstorfer vor einem Jahr...

Mit einem Bodymass-Index von 51,6 kg/m² kann sich die Lebenserwartung um bis zu zehn Jahre verkürzen. „Ich wollte aber länger leben“, erzählt Pilgerstorfer. „Es war klar, dass ich Hilfe brauche.“ Gefunden hat sie diese bei Medikal, dem Zentrum für ambulante Adipositas-therapie der Elisabethinen in Linz. „Ich habe mich für das Programm angemeldet und ein neues Leben begonnen.“

Nach zwölf Wochen hatte Pilgerstorfer bereits 29 Kilo ver-

loren und kontinuierlich weiter abgenommen. Das schafft man nur mit Konsequenz, Ehrlichkeit zu sich selbst und natürlich Sport. Sechs bis zu sieben Mal in der Woche stand Bewegung auf dem Plan. Auch die Umstellung auf normale Kost war für sie kein Problem. „Vielleicht weil ich mich nie angelogen habe, auch nicht, wenn ich einmal mehr ge-



...und heute

Fotos: Pilgerstorfer

essen hatte als geplant“, so Pilgerstorfer. Sie hatte zuvor schon andere Programme versucht, war aber immer am Jo-Jo-Effekt gescheitert. Warum gerade das Medikal-Programm bei ihr so erfolgreich war, kann sie erklären: „Mir hat vor allem der Austausch in der Gruppe geholfen. Und natürlich das Therapeutenteam, zu dem man eine echte Beziehung

aufbaut. Durch das Medikalprogramm habe ich Sport und Bewegung zu einem festen Bestandteil meines Lebens gemacht. Ich fahre kurze Strecken nicht mehr mit dem Auto, sondern mit dem Rad oder gehe zu Fuß und habe zwei Bewegungstermine pro Woche fix eingeplant. Medikal war für mich wie ein Neustart“, freut sich die Engerwitzdorferin, die ihr Gewicht von 148,2 auf 73 Kilo halbieren konnte. Mit ihrem Bodymass-Index von nunmehr 25,5 kg/m² hat sie ihre Chance auf ein langes Leben erheblich verbessert. ■ Anzeige

Nächster Programmstart:

Freitag, 24. Jänner 2020

Info: Medikal Zentrum für

ambulante Adipositas-therapie

+43(0)732 / 7676 5793

office@medikal.at

