

Kurz notiert

Gottesdienst an der frischen Luft

ALBACHTEN. Zu einem Open-Air-Gottesdienst laden die Kirchengemeinden Thomas, Johannes und Roxel am Himmelfahrtstag (14. Mai, 11 Uhr) am Matthias-Claudius-Haus, Osthofstraße 6, ein. Eine Radtour dorthin startet um 10 Uhr an der Jakobuskirche, Bonhoefferstraße/Beckstraße 23.

Licht-Vortrag an der Uni

MÜNSTER. Physiker der Uni Münster laden heute (13. Mai) zu der öffentlichen Vortragsreihe im Jahr des Lichts ein. Das Thema: „Einstein und das Licht“. Die Vorlesung findet ab 18.15 Uhr im Hörsaal S2, Schlossplatz 2, statt.

Sie schaffen das!

Mit dem Rauchen aufhören und Abnehmen leicht gemacht

Ungefähr 2500 Euro lässt ein durchschnittlicher Raucher pro Jahr in Rauch aufgehen – was man davon nicht alles kaufen könnte...

MÜNSTER. Das Seminar des aus dem Fernsehen bekannten Nichtrauchercoachs und Hypnotrainers Peter Phillip Koss hilft Rauchern, diese Summe einzusparen – einfach, indem sie ihre Last bekämpfen.

Was bekommen Raucher für fünf Euro, wenn sie ihrer Gewohnheit treu bleiben? 3000 giftige Stoffe, davon sind 70 krebserregend. Immer mehr wollen deshalb ihrem Laster abschwören. Koss kennt den Weg: „Mit der Hypno-Active-Methode, einer Mischung aus verschiedenen Tiefenentspannungs- und Suggestionenverfahren, mit der auch Spitzensportler trainieren, ist es ganz leicht zu schaffen.“

Dank der Hypno-Active-Methode würden bis zu 90 Prozent der Seminarteilnehmer dauerhaft mit dem Rauchen aufhören.

HALLO ist es gelungen, den Trainer für zwei Kurse in der Region zu gewinnen. Das Hypno-Active-Seminar ist kein Vortrag mit gut gemeinten Tipps: Hier findet eine hocheffektive Methode Anwendung, mit der es bereits Millionen Menschen weltweit geschafft haben, ohne großartige Willensanstrengung mit dem Rauchen für immer aufzuhören.

Alle Teilnehmer erhalten zusätzlich eine einmalige Garantie: Wer nach dem Seminar innerhalb eines Jahres mit dem Rauchen wieder anfangen sollte, darf den Kurs bis zum Erfolg kostenlos wiederholen.

Am 10. Juni (Mittwoch) wird Peter Phillip Koss mit seinem Hypno-Active-Seminar

von 18.30 bis 22 Uhr Nichtraucher entwöhnen.

Außerdem bietet er einen Tag später, am 11. Juni, von 18 bis 22 Uhr, ein Abnehmseminar an. Veranstaltungsort ist das A2 am Aasee, Annette-Allee 3.

Anmeldungen zu den Seminaren sind unter 0 88 41/ 6 08 25 99 oder unter info@hypno-active.com möglich. Weitere Infos gibt's unter www.hypno-active.com.



Veredelte Gurken im 19-cm-Topf Gemüse-Jungpflanzen

Stück € 4.-

Stück € 0.20

...ganz in Ihrer Nähe!



ÖFFNUNGSZEITEN Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr Sa. 8.00 - 16.00 Uhr So. 10.00 - 15.00 Uhr Morgen, Christi Himmelfahrt von 10 bis 15 Uhr geöffnet

www.gaertnerei-kemker.de GÄRTNEREI KEMKER

Große Auswahl an Beet- und Balkonpflanzen

<p><b>Sundaville</b> Dipladenia, wüchsige, robuste Schlingpflanze, wetterfest und hitzeverträglich</p> <p>€ 12.90</p> 	<p><b>Sanvitalia</b> im 12-cm-Topf</p> <p>Stück € 1.50</p> 	<p><b>GERANIEN</b> stehend in GÄRTNER-QUALITÄT</p> <p>viele verschiedene Sorten und Farben</p> <p>im 12-cm-Topf</p> <p>Stück € 1.-</p> 	<p><b>Petunien</b> Surfina, Pegasus viele Sorten und Farben, im 12-cm-Topf</p> <p>€ 1.50</p> 	<p><b>Tomaten</b> Spitzensorten im 12-cm-Topf</p> <p>Stück € 2.-</p> 
---	--	---	--	--

Hauptstraße 20 · 48351 Everswinkel / Alverskirchen

„Schön, dass du keine Discoschlampe bist“ – so poetisch drücken „Bakkushan“ ihre Achtung für durchgedrehte Indie-Mädchen aus.

**STEINFURT.** Die Mannheimer Deutschrocker dürften damit genauso „aktuell, brisant und überraschend“ sein, wie es die Organisatoren des Steinfurter Campus-Fests für ihr Event versprechen.

Das steigt am kommenden Mittwoch, 27. Mai, an der auf dem FH-Gelände an der Stegerwaldstraße und lockt mit Musik von der Open Air-Bühne, einer Campus-Challenge mit Menschenkicker, Gokart-Rennen und Brückenbau-Contest, Musik vom Plattenteller mit DJ Moewe so-

wie – wie es sich für eine Hochschule gehört – Vorträgen im Hörsaal H1:

„Energieeffiziente Beleuchtung mit LED“, „Hackerangriffe und Cyber-Security“, „Fracking – was soll ich davon halten?“ und „Campo Bahia: Vom Fischerdorf zum WM-Camp“ lauten die Überschriften. Und das alles nicht nur für Studenten, sondern für jedermann. Und natürlich jederfrau.

Beginn ist um 15 Uhr, Anmeldungen von Teams mit mindestens sechs Personen für die Challenge sind noch bis heute per E-Mail an [h.dietrich@fh-muenster.de](mailto:h.dietrich@fh-muenster.de) möglich.

# Nix für Discoschlampen

„Bakkushan“ beim Campus-Fest



Anzeige

## Garantiert ohne Jo-Jo

Abnehmen mit Hypnose / Jetzt anmelden



Zu viel, zu fettig und zu süß – durch falsche Ernährung nimmt das durchschnittliche Gewicht der Menschen kontinuierlich zu. Das führt zu großen gesundheitlichen Problemen, denn viele chronische Erkrankungen, wie Herzkrankheiten, Bluthochdruck oder Diabetes werden durch Übergewicht begünstigt.

Bereits bei einer Gewichtsverminderung von zehn Prozent sind Gesundheitsvorteile messbar. Der Cholesterinspiegel sinkt, wodurch Herzkrankheiten, erhöhtem Blutdruck und Arterienverkalkungen vorgebeugt wird.

Langfristigen Erfolg bringen allerdings nur durchgehende Diäten und eine Ernährungsumstellung. Einziger Erfolg von Crashdiäten ist oft der Jo-Jo Effekt. Nach einer Blitzabnahme folgt eine noch stärkere Zunahme.

Das schwierigste an einer Diät ist es das Gewicht zu halten. Nur wer bereit ist seine

Ernährung und seine Lebensweise anzupassen erreicht sein Ziel. Auch Hypno-Active kann der Schlüssel zum Erfolg sein.

Der aus Fernsehsendungen bekannte Mentaltrainer Peter Philipp Koss wird am 11. Juni (Donnerstag) in Münster ein Seminar zum Abnehmen halten.

Mit der Hypno-Activ-Methode, einer Mischung aus Tiefenentspannungs- und Suggestionenverfahren, ist es laut Peter Philipp Koss ganz einfach. Die Erfolgsquote liegt bei 90 Prozent. Denn anders als bei Diäten tritt der gefürch-

tete Jo-Jo-Effekt nicht ein. Stattdessen können die Seminar-Teilnehmer sich darauf freuen, dauerhaft schlank zu sein – und das ganz ohne Stress und Hungern.

Am 11. Juni (Donnerstag) wird Koss Abnehmwillige entspannt zu ihrem Wunschgewicht führen. Veranstaltungsort ist das A2 am Aasee in Münster.

Eine Anmeldung ist unter ☎ 0 88 41/ 6 08 25 99 oder per E-mail an [info@hypno-active.com](mailto:info@hypno-active.com) möglich.

 [www.hypno-active.com](http://www.hypno-active.com)

**in 3 stunden**  
**nicht raucher**



Mi., 10. Juni · 18.30 - 22 Uhr  
A2 am See in Münster

\*Sollten Sie nach dem Seminar nicht komplett rauchfrei sein oder nochmals zu rauchen anfangen, können Sie innerhalb von 12 Monaten das Seminar bis zum endgültigen Erfolg kostenlos wiederholen.



**hypnoactive**  
damit schaffst du es

**wunsch gewicht**  
**leicht erreicht!**



Do., 11. Juni · 18 - 22 Uhr  
A2 am See in Münster

\*Sollten Sie wider Erwarten nicht genügend abnehmen oder zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal zunehmen, können Sie - bis zur endgültigen Zufriedenheit - das Seminar innerhalb eines Jahres kostenlos wiederholen.

powered by:



information und anmeldung unter:  
**08841-6082599**  
[www.hypno-active.com](http://www.hypno-active.com)