



5.730 Schüler wurden in ganz Kärnten im Fach Mathematik getestet

Foto: KK

Schüler wurden in Mathe getestet

Die Bildungsstandard-Testungen im Fach Mathematik der 8. Schulstufen wurden erfolgreich bei 87 Schulen und damit 5.730 Kärntner Schülern durchgeführt. Die Ergebnisse werden im Dezember erwartet, die Rückmeldung erfolgt umfassend und involviert alle Schulpartner sowie die Schulaufsicht. „Sie werden genutzt, um Feedback-Gespräche zu führen und auf allen Ebenen Schulentwicklung zu unterstützen“, sagt Landesschulratspräsident Walter Ebner.

Rauchfrei in drei Stunden!

Peter P. Koss hilft Rauchern, sich von ihrem Laster zu befreien – mit Mentaltraining.

(vp). „In drei Stunden Nichtraucher“. Mit diesem unglaublichen Seminartitel gastiert der aus TV-Sendungen bekannte deutsche Trainer und Mentalcoach Peter Philipp Koss fast pünktlich zum Weltnichtrauchertag in Kärnten. Die WOCHE fragte nach, warum sich Raucher so schwer tun, aufzuhören, wenn es doch ganz einfach in drei Stunden geht ...

WOCHE: Nichtraucher in drei Stunden. Wie kann das funktionieren?

KOSS: Ich arbeite mit der Hypno-Active-Tiefenentspannung. Dabei wird ganz natürlich das Unterbewusstsein aktiviert. Es ist

eine sanfte und hochwirksame Methode, bei der das Unterbewusstsein zuerst zum Nichtraucher wird, dann folgt der bewusste Verstand automatisch. **Kann man die Tiefenentspannungsmethode mit Hypnose vergleichen?**

Nein. Ich mache ein Mentaltraining. Beim Seminar gibt es zuerst einen Vortrag. Anschließend wird nach einem Ritual dann die letzte Zigarette geraucht, um sich innerlich gut zu verabschieden. Dann beginnt die Hypnoanwendung. Untermalt von Musik helfe ich den Teilnehmern durch gezielte Botschaften, ihr Unterbewusstsein selbst zu aktivieren und mit richtigen Anweisungen zu versorgen, um mit dem Rauchen für immer aufzuhören. Man bleibt während der ganzen Zeit Herr seiner Sinne.

Wie hält es sich mit der



Peter P. Koss, bekannt aus dem TV, hilft Rauchern beim Aufhören – in nur drei Stunden

F: TCAG

Erfolgsquote?

Die liegt bei 80 bis 90 Prozent. Der gleiche Prozentsatz der Leute hat auch keine Entzugserscheinungen, weil das Unterbewusstsein ganz natürlich beeinflusst wird. Es kommt auch zu keiner großartigen Gewichtszunahme – davor haben ja viele Angst. Mit Hilfe einer

Stunden!

eigenen Tiefenentspannungs-CD vertieft man anschließend die erwünschten Inhalte und festigt das neue Verhalten.

Funktioniert die Methode bei jedem Menschen oder gibt es welche, die quasi „immun“ sind?

Immun würde ich nicht sagen. Aber gegen den eigenen Willen geht gar nichts. Sonst muss ein Teilnehmer keine Voraussetzungen mitbringen. Wir schließen aber Menschen aus, die psychische Beschwerden haben oder in psychologischer Behandlung sind.

In welchen Bereichen außer der Raucherentwöhnung erzielt man Erfolge mit der Methode?

Beim Abnehmen zum Beispiel. Hier aktiviert man im Unterbewusstsein die Features für natürliche Essgewohnheiten, wie wir sie von Geburt an hatten, jedoch im Laufe unseres Lebens wieder durch Stress oder

Sorgen verloren haben. Oder etwa auch bei Lernproblemen, Stresstörungen und generell zur Aktivierung der eigenen Motivation.

Haben Sie sich durch die Methode selbst schon einmal von einem „Laster“ befreit?

Ich war starker Raucher und habe mit der Methode erfolgreich aufgehört, und ich hatte auch Übergewicht, das ich leicht verloren habe.

ZUR SACHE – SEMINAR

Termin: Sonntag, 3. Juni, 15 bis 19 Uhr, Schlosshotel Velden. Infos und Buchung unter 05576/77 828 30 oder nichtraucher@tcag.at.

Koss garantiert: „Sollte man nach dem Seminar nicht vollständiger Nichtraucher sein, darf man es bis zum Erfolg kostenlos wiederholen.“

Großzügige Spende nach karitativer Kroatien-Reise

Im Rahmen der Benefizveranstaltung „Ein Herz für Kinder“, welche wieder mit großem Engagement von Viktor Plank organisiert wurde, konnte Gerhard Seiner vom Reisebüro Seiner der Reinerlös der Reisetombola „Karitative Reise 2012 Porec“ übergeben. Das waren 6.000 Euro.



Herz für Kinder: Gerhard Seiner (li.) übergab Viktor Plank einen 6.000 Euro-Scheck

LEEB Alubalkone
Pflegeleicht dank ALU COMFORT®



Leeb
BALKONE • ZÄUNE

Das Original mit



0800 2020 13
office@leeb.at
www.leeb.at



meine WOCHE Spittal

meine WOCHE – Geschäftsstelle Spittal
Bernhardtgasse 6, T 04762/42979, spittal@woche.at

woche.at



Geht als Favorit ins Rennen um den Bürgermeistersessel: Hans Werner Rindler (FLR)



Er möchte Rindler in der Stichwahl noch überholen: Kurt Felicetti (SPÖ)

Wer gewinnt Stichwahl in der Gemeinde Reißbeck?

Am 3. Juni fällt die Entscheidung, wer in der Gemeinde Reißbeck Bürgermeister wird. Bei der Stichwahl matchen sich der amtsführende Bürgermeister Hans Werner Rindler (FLR) und Gemeindevorstand Kurt Felicetti (SPÖ). Rindler erhielt bei der Wahl am 20. Mai 40,72 Prozent der Wählerstimmen, Felicetti 33,04. Beide Kandidaten haben eine langjährige Erfahrung in der kommunalen Politik.

Der dritte Kandidat, Michael Gradnitzer (FPK), hat bei der Wahl am 20. Mai 26,22 Prozent erreicht.

„Mein Kindersitz ist vom ÖAMTC!“



Die **Sicherheit** Ihres Kindes liegt uns am Herzen!

Kostenlose Beratung und Überprüfung von gebrauchten Kindersitzen in Ihrem ÖAMTC-Stützpunkt

Jetzt -20% auf alle Kindersitze

Mit gutem Gewissen unterwegs.

