

Frühling kann kommen

MÖBEL EGGER, ESCHENBACH LÄDT MIT FRÜHLINGSRABATTEN ZUM STÖBERN EIN



Am Frühlingsfest von Möbel Egger wartet ein grosses Angebot an trendigen Gartenmöbel.

FOTO ZVG

Der Frühling naht, und der Wunsch nach einer frischen neuen Einrichtung wächst. Das Frühlingsfest von Möbel Egger verspricht Inspiration.

Perfekte Einstimmung auf den Frühling: Das bietet Möbel Egger mit der attraktivsten und grössten Gartenmöbelausstellung der Region. Ob wetterfeste Lounge, wunderschöner Holztisch oder Strandkorb, Gartenenthusiasten finden bei Möbel Egger schlicht alles, was das Herz begehrt.

Gartenmöbel und Sonnenschirme

Am Frühlingsfest vom Samstag, 10. März, 9 bis 16 Uhr, und Sonntag, 11. März, von 10 bis 17 Uhr, können sich Kundinnen und Kunden in aller Ruhe auf 1500 m² Gartenausstellung und im schönen Einrichtungshaus inspirieren lassen. Geboten werden zusätzlich zehn Prozent Frühlingsrabatt auf Gartenmöbel und Sonnenschirme sowie zusätzlich zehn Prozent auf fast das ganze Möbel-Sortiment. Kunden werden mit einem gratis Frühlingsdrink an

der Egger-Bar verwöhnt und sehen an der grossen E-Bike-Show nicht nur die neuesten Modelle, sondern können die Bikes auch Probe fahren.

Die Grillpräsentation und Gratisdegustation feiner Köstlichkeiten mit der Schweizermeisterin im Grillieren ist eine weitere Attraktivität. Und für die jüngsten Gäste gibt es ein betreutes Kinderbasteln. Ein Besuch lohnt sich jetzt ganz besonders, denn mit etwas Glück kann man einen tollen Wettbewerbspreis gewinnen. PD

Vernünftig heizen

FISCHER WÄRMETECHNIK AG, SURSEE INFO-ANLASS



Fachreferent Adrian Altenburger (links) und Geschäftsführer Beat Fischer.

FOTO ZVG

«Wärmeerzeugung heute und in der Zukunft» lautete das Thema einer Infoveranstaltung für Wohneigentümer.

Wie kann ich energieeffizient heizen? Mit dieser Frage beschäftigten sich die Fachreferenten Adrian Altenburger und der Geschäftsführer von Fischer Wärmetechnik, Beat Fischer. «Wer wissen will, wie die Vorschriften für Heizung und Warmwassererzeugung morgen aussehen, hat es schwer», sagte Altenburger und meinte das neue kantonale Energiegesetz.

Dieses sieht vor, dass bei einem Ersatz des Boilers oder der Heizung ein Teil der notwendigen Wärme aus erneuerbaren Quellen stammen muss. Altenburger führte aus, dass es auch bei der Steuerung der Heizung Verbesserungspotenzial gäbe. Beat Fischer schloss sich dem an: «Erneuerbare Energien spielen eine immer grössere Rolle – mit oder ohne neue Vorschriften. Wer seine alte Ölheizung beispielsweise mit einer Wärmepumpe ersetzt, tut etwas für die Umwelt und auch für seinen Geldbeutel.» PD

Kantiluft schnuppern Mit Teamwork zum Wunschresultat

KANTONSSCHULE WILLISAU LÄDT ZU BESUCHSTAGEN

Die Kantonsschule Willisau öffnet im Rahmen der Besuchstage ihre Türen. Das vielfältige Programm bietet Gelegenheit, Unterrichtslektionen miterleben, Schülerkonzerte zu geniessen und die diesjährigen Abschlussarbeiten kennenzulernen.

Die Besuchstage vom Freitag 16. und Samstag 17. März sind eine ideale Möglichkeit, um sich selber ein Bild zu machen, was und wie an der Kanti in Willisau gelehrt und gelernt wird. Am Freitag sind alle Gäste herzlich eingeladen, in den regulären Unterricht hineinzuschauen, sei dies in obligatorischen Fächern oder Freifächern. Zudem wartet das Schülerkonzert am Abend mit einigen musikalischen Leckerbissen auf. Der Samstag steht dann ganz im

Zeichen der Abschlussarbeiten: Die sechs besten Arbeiten werden von ihren jeweiligen Verfassern vorgestellt. Die Auswahl umfasst medizinische, technische, wirtschaftliche, politische, aber auch künstlerische Arbeiten. Übrigens: Alle diesjährigen Matura- bzw. Projektarbeiten sind an beiden Tagen ausgestellt und frei zugänglich. Die Arbeiten zeigen, wie vielfältig die Interessen der Lernenden sind und wie hart und erfolgreich diese sich für die Abschlussarbeit eingesetzt haben. Zudem nutzt die fünfte Klasse der Wirtschaftsmittelschule die Besuchstage, um an speziellen Ständen die Produkte ihrer selbstgegründeten Miniunternehmen vorzustellen. PD

Programm unter: www.kswillisau.lu.ch.



Die Ausstellung der Abschlussarbeiten weckt stets reges Interesse.

FOTO ZVG

PARAMEDIFORM, SURSEE ZU DRITT FIEL DER FAMILIE MEIER DIE UMSTELLUNG LEICHT

Die Paramediform-Coaches Anita und Tanja Peterhans verhelfen ihren Kunden mit einer individuellen Ernährungsumstellung zu ihrem Wunschgewicht.

Die Paramediform-Methode hat schon vielen Frauen, Männern und Jugendlichen geholfen, schlank zu werden und es zu bleiben. Gemeinsam mit Tanja oder Anita Peterhans werden Ziele gesetzt, welche erreichbar sind, ohne dass der Spass am Essen verloren geht. Es handelt sich nicht um eine Diät, vielmehr um eine auf jeden Menschen angepasste Ernährungsumstellung. Paramediform lässt sich problemlos in den Familien-Speiseplan einbauen. Man muss nichts abwägen, keine Kalorien zählen, und es sind keine Diättricks oder Medikamente nötig. Das gesunde Mass und die richtige Zusammenstellung führen zum Erfolg. Auf diesem Weg ist man mit einem der beiden Coaches bestens begleitet. «Ich selbst habe mit Paramediform vor vier Jahren 40 Kilo verloren», so Tanja Peterhans. Ebenso hat Anita Peterhans zehn Kilo abgenommen. Sie wissen, wovon sie sprechen und geben ihr Wissen gerne weiter. Das erste Gespräch bei ist kostenlos und unverbindlich.

Markus Meier, wieso haben Sie sich damals für Paramediform entschieden?

Für mich war klar, dass ich meine Kilos loswerden wollte mit einer Methode, die gut mit der Familie vereinbar ist. Da Paramediform mit «normalen» Lebensmitteln arbeitet und ohne Shakes machbar ist, war für mich klar, das ist der richtige Weg. Nach Absprache mit meiner Familie habe ich mich, gemeinsam mit meiner Frau und meiner Tochter, für die Ernährungsumstellung entschlossen.

Wie sieht es mit den anderen beiden Familienmitgliedern aus?

Nach anfänglicher Verwunderung über

das viele Gemüse gab es keine grossen Reaktionen. Fleisch, Gemüse, Salat und Beilagen standen vorher schon immer auf dem Tisch. Was sich verändert hat, sind die Menge und das Verhältnis.

Wie fühlen sie sich seither?

Ich fühle mich gut. Da ich viel Zeit auf dem Fussballfeld verbringe, merke ich natürlich, wie vital ich geworden bin.

Die Feedbacks meiner Kollegen bestärkten mich natürlich auch.

Wie konnten Sie Ihre Motivation während des Programms aufrechterhalten?

Für mich war es natürlich sehr hilfreich, dass ich es mit meiner Frau und meiner Tochter durchziehen konnte. Somit konnten wir uns immer gegenseitig motivieren weiter zu machen. PD



Markus Meier aus Egolzwil verlor ganze 22 Kilogramm mit Paramediform.

FOTO ZVG