

HOROSKOP

**WIDDER 21.3.–20.4.**

Probieren Sie, mehr über die Handhabung einer Sache in Erfahrung zu bringen; vielleicht kommt deren Anwendung tatsächlich auch für Sie infrage.

**WAAGE 24.9.–23.10.**

Ihre etwas unkonventionelle Arbeitsmethode dürfte nicht den gewünschten Anklang finden. In der Partnerschaft klappt es dafr jetzt umso besser.

**STIER 21.4.–20.5.**

Das Leben zeigt sich von der schönsten Seite. Hüten Sie sich jedoch, vorwiegend in gesundheitlicher Hinsicht, davor, zu leichtfertig zu werden.

**SKORPION 24.10.–22.11.**

Sie dürfen jetzt nicht alles glauben, was Ihnen erzählt wird. Vieles ist nur Gerede und könnte so gut wie gar keinen Wahrheitsgehalt aufweisen.

**ZWILLINGE 21.5.–21.6.**

Sie werden mit Ihrer üblichen Leichtigkeit alle Hindernisse geschickt umgehen und sich den angenehmen Dingen des Lebens intensiv widmen können.

**SCHUTZE 23.11.–21.12.**

Ein Streit, der Ihnen auf der Seele liegt, lässt sich nun bereinigen. Nutzen Sie die Zeit gut aus. Sie schaffen mehr, als Sie anfangs vermuten.

**KREBS 22.6.–22.7.**

Eine kleine Krise mobilisiert ungeahnte Kräfte und lässt Sie über sich selbst hinauswachsen. Das entspannt eine berufliche Situation erheblich.

**STEINBOCK 22.12.–20.1.**

Persönliche Probleme sollten besser von einem Außenstehenden ferngehalten werden. Ein kleiner Kassensturz sorgt nun für finanziellen Überblick.

**LÖWE 23.7.–23.8.**

Nur nicht verstimmt reagieren, bemühen Sie sich um mehr Ausgeglichenheit. Der Umwelt sollten Sie lieber zeigen, was noch alles in Ihnen steckt.

**WASSERMANN 21.1.–19.2.**

Der Alltag zerrt am Nervenköstüm. Stellen Sie sich mutig den Herausforderungen. Mit Gelassenheit und Ausdauer lassen sich viele Dinge meistern.

**JUNGFRAU 24.8.–23.9.**

Man hat Ihnen eine ganze Menge Steine in den Weg gelegt. Jetzt nehmen Sie endlich die letzte Hürde und der Weg für das erhoffte Glück ist frei.

**FISCHE 20.2.–20.3.**

Ein Energieschub ist zu erwarten, der Ihr Leistungsvermögen enorm erhöhen wird. Zeigen Sie jetzt auch einmal Mut zu unpopulären Entscheidungen.

GEWINNRÄTSEL

Sternkunde	unsinnig	Teil des Auges	Schluss	kleine Siedlung	Kosewort für Großmutter	deutsche Vorsilbe: schnell	Schlaufe	irisch-kelt. Feuer-gott	unvollständig	populär
			4				Augenblick	9		
Gewürz, Doldengewächs	altindischer Hauptgott			3	Blut-zucker-hormon				8	
		franz., lateinisch: und			Teil der Windmühle			1	chem. Zeichen für Aluminium	
			6							
englisch: eins	Initialen Stallones							Filmlichtempfindlichkeit	Billardstock	weit weg
eiszeitlicher Höhenzug								an der Oberfläche von etwas		
hohe Spielkarte	Lebensgefährtin Lennons (Yoko)	süd-deutsch: Junge	US-Schauspieler (Richard)	Leuchtdiode (Abk.)	englisch, französisch: Luft	französischer unbest. Artikel	Figur bei Fontane (...Briest)	schottischer Namens-teil	sibir. Eichhörnchenfell	deutscher Krimi-autor
Abschnitt eines Gewässers				7			ein Planet			5
bloß			spartanisch						japanische Währung	
außerdem				10						
							1	2	3	4
							5	6	7	8
							9	10		

Länger im Blick bleiben:

Hier Ihre Anzeige buchen auf [www.wochenblaetter.de](http://www.wochenblaetter.de)

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Abgefahrene Roadtrip-Komödie – „Joy Ride – The Trip“ / Die berühmteste Collie-Hündin Lassie begibt sich auf Verbrecherjagd – „Lassie – Ein neues Abenteuer“. Auf eifrige Rätselfreunde warten jeweils 3 mal 1 DVD als Gewinn.

**ACHTUNG:** Jetzt QR-Code scannen und gewinnen! So können Sie gewinnen: Scannen Sie einfach diesen QR-Code, um an unserem Gewinnspiel teilzunehmen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Alle Lösungen, die bis Donnerstag, 14. Dezember, 17 Uhr, eingehen, nehmen teil.



LEBENSHILFE

Drogenberatungsstelle	70 14 60	Selbsthilfegruppen (Kontaktstelle)	66 65 67
Drogenberatung Neues Land	33 61 17 30	Krisenberatung Mädchenhaus zwei 13	3 00 58 72
Alkohol- u. Medikamentenabhängige	70 03 10 90	Frauenhaus Hannover	66 44 77
Anonyme Alkoholiker	9 80 55 14	Frauen- und Kinderschutzhau	69 86 46
Hannöversche Aids-Hilfe	(07 00) 44 53 35 11	Sorgentelefon Kinder und Jugendliche	(08 00) 1 11 03 33
Telefonseelsorge	(08 00) 1 11 01 11	Hörgeschädigtenberatung	8 38 65 32
Epilepsie-Beratung	8 56 50 25	Sehgeschädigtenberatung	5 10 42 18

APOTHEKEN

**SONNABEND 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:**

**Annen-Apotheke,** Tel. 701878, An der Lutherkirche 19  
**Lotus-Apotheke,** Tel. 9887397, Geibelstr. 31  
**Rathaus-Apotheke,** Tel. 440305, Falkenstr. 29  
**EMPELDE: Apotheke am Wohnpark,** Tel. 462940, Berliner Str. 23

**SONNTAG 8.30 BIS MON-TAG 8.30 UHR**

**Apotheke zur Kugel,** Tel. 669944, Bödekerstr. 69  
**Burg-Apotheke,** Tel. 580900, Waldstr. 1  
**Helios-Apotheke,** Tel. 407363, Geveker Kamp 58  
**Rosen-Apotheke,** Tel. 327274, Lavesstr. 6

So gelingen feste Nägel

Apotheker empfehlen eine spezielle Nährstoffkombination.



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und mindern unser Selbstbewusstsein. Dabei handelt es sich bei dem Problem viel häufiger um ein Ungleichgewicht im Nährstoff-Haushalt als um mangelnde Pflege...

Wer zu spröden oder brüchigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken. So berichtet eine Betroffene: „Viele glauben, ich kaue an den Nägeln. Das habe ich noch nie gemacht. Sie reißen einfach von allein ein.“

Tatsache ist: Während die eigene Pflege (z. B. Maniküre) natürlich einen wichtigen Baustein für feste Nägel darstellt, ist es damit oft trotzdem noch nicht getan. Denn hinter brüchigen Nägeln können letztendlich zahlreiche andere äußere Einflüsse stecken. Hierzu zählt etwa häufiges Händewaschen

oder -desinfizieren sowie der Kontakt mit Putzmitteln. Die Nägel werden dadurch spröde, können in Folge weniger Wasser binden und brechen ab oder reißen ein. Auch künstliche Fingernägel können langfristig die Hornschicht schädigen und die echten Nägel darunter in Mitleidenschaft ziehen.

**EIN NÄHRSTOFF-PROBLEM?**

Meist liegt die Ursache für brüchige Fingernägel aber nicht außerhalb, sondern innerhalb unseres Körpers. Und zwar in Form eines Ungleichgewichtes im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt. In diesen Fällen brauchen die Nägel statt äußerlichen Maßnahmen eine optimierte Versorgung von innen.

**DAS PROBLEM AN DER WURZEL PACKEN**

Fragt man österreichische Apotheker, so ist deren klare Empfehlung Dr. Böhm® Haut Haare

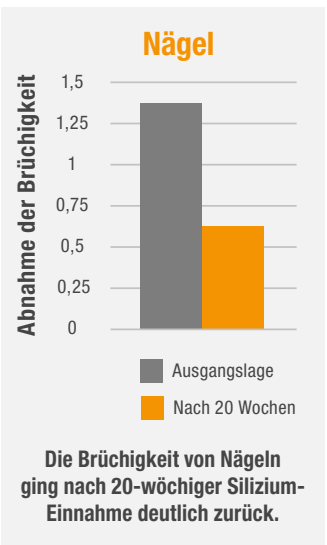
Nägel Tabletten.\* Diese sind nun auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und haben bereits viele Anwender überzeugt. Sie setzen mit wissenschaftlich belegten Mikronährstoffen genau dort an, wo äußerliche Pflege nicht hinkommt: direkt an der Nagelwurzel.

**SILIZIUM REDUZIERT BRÜCHIGKEIT**

Bei den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten ist besonders der hohe Anteil an Goldhirse hervorzuheben. Dabei handelt es sich um einen pflanzlichen Silizium-Lieferanten, der bereits im Mittelalter nicht ohne Grund unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt war. Das darin enthaltene Silizium sorgt dafür, dass die Nägel mehr Feuchtigkeit speichern können, wodurch sie weniger schnell austrocknen und spröde werden.

Eine aktuelle Studie untermauert dies eindrücklich: Nach mehrwöchiger Einnahme von

Silizium erhöhte sich die Bruchfestigkeit der Nägel deutlich.\*\*



Weitere Inhaltsstoffe sind etwa MSM (ein natürlicher Schwefel) für Bruchfestigkeit sowie das „Schönheitsvitamin“ Biotin. Letzteres erhöht den Keratin-Anteil im Körper, der die Nägel festigt.

Apotheken-Tipp bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sichtbare Ergebnisse

Dr. Böhm® - höchste Qualität aus der Apotheke



Bei Dr. Böhm® kombiniert man seit über 50 Jahren erfolgreich traditionelles Heilwissen mit aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und höchsten Arzneimittel-Standards. Das Ergebnis: Optimal dosierte, effektive und gut verträgliche Präparate. [drboehm-info.de](http://drboehm-info.de)



**Aktion 2+1 GRATIS**  
3 x 60 Stk. Packung zum Preis von 2 Packungen.

**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur**  
Für Ihren Apotheker. 180 Stk.  
**PZN 18851135**

