

HOROSKOP

WIDDER 21.3.–20.4.
Wer Ihnen schmeichelt, könnte das mit einigen Hintergedanken tun. Lassen Sie daher Vorsicht walten, damit Sie nicht hinterher das Nachsehen haben.

STIER 21.4.–20.5.
Die Gerüchteküche brodelt. Begegnen Sie dem Menschen, der etwas über Sie in Umlauf gebracht hat, mit Gelassenheit und gehen Sie auf Distanz.

ZWILLINGE 21.5.–21.6.
Singles hatten lange nicht so gute Chancen, einen Partner kennenzulernen oder die alte Beziehung aufzufrischen. In Sachen Liebe ist alles möglich.

KREBS 22.6.–22.7.
Sie sind ein Workaholic und bleiben es auch. Sie haben einiges zu tun und dürfen nicht ungeduldig werden. Überschätzen Sie aber Ihre Kräfte nicht.

LÖWE 23.7.–23.8.
Die Durchsetzungskraft der Löwe-Geborenen ist bemerkenswert. Sie wissen genau, wem Vertrauen geschenkt und wie Ihr Ziel erreicht werden kann.

JUNGFRAU 24.8.–23.9.
Mancher wirkt etwas zerstreut und scheint mit seinen Gedanken ständig über den Wolken zu schweben. Urlaub antreten oder auf die Erde zurückkehren!

WAAGE 24.9.–23.10.
Für ein Vorhaben werden Sie viel Fingerspitzengefühl brauchen. Auch ein kleiner Zwist in der Familie ließe sich dadurch schnell wieder bereinigen.

SKORPION 24.10.–22.11.
Wenn Sie auf die Erfolge anderer schielen, statt sich der eigenen Qualitäten klar zu werden, führt das in eine Sackgasse. Ihre Kräfte reichen aus.

SCHUTZE 23.11.–21.12.
Es muss nicht jede freie Minute mit dem Partner verbracht werden. Eine gute Beziehung lebt auch davon, dass man sich gegenseitigen Freiraum lässt.

STEINBOCK 22.12.–20.1.
Sie beurteilen einen Menschen falsch und lassen ihn Ihr Misstrauen auch fühlen. Gehen Sie nicht zu weit, Sie könnten es sonst später sehr bereuen.

WASSERMANN 21.1.–19.2.
Man überrascht Sie mit einer Reaktion, auf die Sie nicht gefasst sind. Beweisen Sie, dass Sie wirklich so tolerant sind, wie Sie zu sein vorgeben.

FISCHE 20.2.–20.3.
Starten Sie neue Projekte und halten Sie Ihre Ideen nicht länger zurück. Noch nicht einmal das kleinste Wölkchen ist am Liebeshimmel zu entdecken.

GEWINNRÄTSEL

politi- sche Werbung	eigen- ständig	durch- sichtig		intelli- gent		Zeit- ungs- bezugs- art (Kw.)		Winter- sport- gerät	Treffer beim Fußball	großes Segel- schiff		Männer- name	Haupt- schlag- ader		zwecks
▶	▼					▼			▼	Kicher- laut		▼	Naum- burger Dom- figur		▼
hart- näckig, ver- bissen		Lehrling (Kw.)	▶					ein- gängige Melodie		↻ ₁					
▶	↻ ₅			altjapa- nisches Brett- spiel			Kohlen- handels- form					↻ ₄		italie- nisch: ja	▼
▶															
Metro- pole am Tiber		eine Berliner Uni (Abk.)	▼									Tier- kadaver	nacht- aktiver Halbaffe		
englisch: von, aus												Wende- ruf beim Segeln			vorher
▶															▼
Lauf- vogel	Gebirgs- nische	nach Art von (franz.)	▼	Ort in Tirol	franzö- sisch: Straße	Pas- sions- spielort in Tirol	Initialen von Sänger Marshall	▼	Qua- drille- figur	franzö- sisches Adels- prädikat	▼	per- sische Teppich- art	ital. Dra- matiker (Nobel- Preis)		
zeitkrit. Klein- kunst- bühne						↻ ₆			zer- streut, unge- ordnet					↻ ₂	
schwä- bischer Höhen- zug				Norm- längen- maß						↻ ₃		Ge- meinde, Dorf			
grobe Feile							1	2	3	4	5	6			



Länger im Blick bleiben:
Hier Ihre Anzeige buchen auf www.wochenblaetter.de

Kinoerlebnis für die heimischen vier Wände: Eine gehörige Portion Selbstironie und ganz viel Witz – „Alter weißer Mann“ / Das Monster seiner Kindheit ist zurück – „Bagman“. 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, 27. März, 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 Kinderschutzhause	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

SAMSTAG 8.30 BIS SONNTAG 8.30 UHR:

Dr. Mohi – Deine Apotheke am Ring, Tel. 664730, Isernhagener Str. 109
ALTWARMBÜCHEN:
Apotheke im A2 Center, Tel. 616890, Opelstr. 3-5
LAATZEN: Hermes-Apotheke, Tel. 864380, Hildesheimer Str. 52

SONNTAG 8.30 BIS MONTAG 8.30 UHR:

Apotheke am Fasanenkrug, Tel. 905940, Burgwedeler Str. 31
Limmer Apotheke, Tel. 6002770, Färberstr. 1
Nordstadt-Apotheke, Tel. 1615253, Bodestr. 2-6
Wilhelm-Apotheke, Tel. 851532, Marienstr. 70

Gesundheit

ANZEIGE

„Hilfe, ich werde meinen Blähbauch nicht los!“

Tipp aus der Forschung: So kommt der Darm in Schwung

Stress, wenig Bewegung oder eine ballaststoffarme Ernährung führen häufig zu einer reduzierten Darmaktivität. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert dann deutlich länger und die Verdauung gerät ins Stocken – unregelmäßiger Stuhlgang oder sogar Verstopfung sind die Folge. Noch dazu tritt häufig ein unangenehmer Blähbauch auf.

Darmpassage erleichtern, gesunden Darm erhalten

Forscher haben jetzt ein Produkt entwickelt, das den Darm in seiner natürlichen Funktion unterstützt (Kijimea Regularis PLUS, Apotheke). Es enthält Methylcellulose und Psyllium, welches hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten¹. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener

Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich² – planbar und zuverlässig. In der Folge können auch die Gase im Darm reduziert werden, wodurch der Blähbauch zurückgeht. Außerdem enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für Ihren Darm.

Ganz einfach zum neuen Darmgefühl

Kijimea Regularis PLUS lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: ein- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken.³ Der Darm wird wie durch ein sanftes Training von innen heraus zur Bewegung animiert und der Bauch fühlt sich daraufhin angenehm leicht an. Es wirkt dabei rein physikalisch und führt selbst bei langfristiger Einnahme zu keinem Gewöhnungseffekt. Auch Neben- und Wechselwirkungen sind nicht bekannt.



Für Ihre Apotheke:

Kijimea Regularis PLUS
(PZN 18598802)



www.kijimea.de

^{1,2}Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • ³Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten. • Abbildung Betroffenen nachempfunden.



AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Schmerzen in der Hüfte? Oder im Knie?

So bekämpfen auch Sie Ihre Gelenkschmerzen!



Das am häufigsten von Schmerzen betroffene Gelenk ist das Kniegelenk. Kein Wunder, trägt es doch jeden Tag unser gesamtes Körpergewicht! Aber auch die Hüfte oder die Schultern machen häufig Probleme. Betroffene haben meist nur einen Wunsch: endlich Schmerzlinderung! Die gute Nachricht: Forscher entdeckten in Nord- und Südamerika einen speziellen Arzneistoff, der genau hier wirksame Hilfe leistet (in Rubaxx, Apotheke).

Spezieller Arzneistoff überzeugt

Das Besondere an diesem Arzneistoff (Rhus toxicodendron): Er ist heute gut erforscht und wird wegen seiner schmerzlindernden Wirkung bei rheumatischen Schmerzen besonders geschätzt. Aber auch bei Folgen von Verletzungen und Über-

anstrengung verschafft er Linderung.

Wirkung ohne Umwege, individuell dosierbar

Mit modernsten Methoden wird der Wirkstoff in Deutschland zu den Arzneitropfen Rubaxx aufbereitet. Dank der Tropfenform wird der Wirkstoff direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Zudem lässt sich Rubaxx individuell dosieren. Die Arzneitropfen wirken 100 % natürlich und sind auch zur Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx
(PZN 13588561)



Abbildung Betroffenen nachempfunden
RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Enthält 51 Vol.-% Alkohol • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGF GmbH, 82166 Gräfelfing