

DIE GLÜCKSZAHLEN

Süddeutsche Klassenlotterie

1 Million Euro fiel auf die Losnummer: 1 152 115; Je 100 000 Euro auf die Losnummern: 0 161 503, 0 240 265, 0 609 110, 1 475 505, 1 673 788, 1 739 718, 1 879 521, 2 393 932; Je 50 000 Euro auf die Losnummern: 0 384 168, 0 403 861, 0 465 506, 1 524 529, 1 612 507, 2 077 164, 2 346 974, 2 463 228; Je 25 000 Euro auf die Losnummern: 0 195 699, 0 309 776, 0 395 867, 0 480 164, 0 486 446, 0 569 916, 0 866 103, 0 987 638, 1 729 965, 2 479 560; Je 10 000 Euro auf die Endziffern: 34 914, 74 516, 98 930; Je 5000 Euro auf die Endziffern: 46 513, 77 835, 78 939; Je 1000 Euro auf die Endziffern: 2 053, 2 587, 4661, 8 518; Je 200 Euro auf die Losnummern: 0 457 296, 1 723 125.

Glücksspirale

Wochenziehung: Endziffer 9 gewinnt 10 Euro, 49 gewinnt 20 Euro, 564 gewinnt 50 Euro, 9 766 gewinnt 500 Euro, 28 892 gewinnt 5 000 Euro, 560 655 gewinnt 100 000 Euro, 980 567 gewinnt 100 000 Euro. Prämienziehung: 9 028 181 und 7 277 702 gewinnen 7500 Euro „monatlich als Sofortrente“.

Lotterie „Ein Platz an der Sonne“

Prämienziehung (nur für Mega-Lose): Gewinnzahlen 0 595 791 gewinnt Haus oder 1 000 000 Euro, 789 777 gewinnt 100 000 Euro, 61 426 gewinnt 10 000 Euro, 4 928 gewinnt 1 000 Euro, 76 gewinnt 10 Euro. Wochenziehung: Los-Endziffern 1 005 389 gewinnt Alfa Romeo 147 „Progression“, 0 446 654 gewinnt Alfa Romeo 159 „Sportwagon“, 1 678 327 gewinnt Reise im Nachtzug ins Stubaialtal für 2 Personen, 0 017 755 gewinnt 1 Woche auf der Insel Romo oder im Ostseebad Schönhagen für 2 Personen, 5 730 707 gewinnt 100 000 Euro. Hauptziehung: Gewinnzahl 612148: 612148 gewinnt 1 000 000 Euro, 12148 gewinnt 800 Euro, 2148 gewinnt 500 Euro, 148 gewinnt 200 Euro, 48 gewinnt 10 Euro.

(ohne Gewähr)

Mehr Farbe für das Pausenbrot

Das zweite Frühstück soll gesund sein, aber auch optisch etwas hermachen – Kreativität ist gefragt

Von Claudia Fabian-Bach

Pausenriegel, Snacks und Schnitten sind nur scheinbar ein gutes Pausenfrühstück, auch wenn die Werbung anderes verspricht. Und die Trinkmilch ist als offizielle Empfehlung bei den Kindern meist völlig uncool. Ein gutes und angemessenes Angebot zu machen, ist dagegen gar nicht so schwer. Allerdings etwas unüblich, wie auch andere Bereiche in der Kindererziehung, und nicht so einfach wie Eltern es vielleicht gerne hätten.

Beim gesunden Mix aus verschiedenen Lebensmitteln geht es um das Was und auch darum, wie es präsentiert wird. Denn das selbst zusammengestellte Pausenfrühstück hat viel Konkurrenz und landet oft nicht im Kindermagen.

Machen Sie bunte Experimente.

Das Butterbrot von früher braucht heute eine Scheibe Käse oder Wurst und vor allem mehr Farbe, damit es gegen die bunten Angebote beim Kiosk und Bäcker bestehen kann. Frischkäse als Streichfett kann beispielsweise mal eine gute Alternative für Mayonnaise (das machen vor allem die Bäcker) und Butter/Margarine sein und sichert, dass alles gut zusammenklebt. Ein paar grüne oder blaue Trauben und zwei Cocktailtomaten dazu lassen die Brotbox gleich viel appetitlicher aussehen. Oder dicke Gurkenscheiben, milde Radieschen und ein kleiner Apfel. Apfel-

stücke werden dagegen leicht braun und unansehnlich. Das isst dann keiner mehr gerne.

Schön bunt soll es sein, denn das Auge isst mit. Dazu noch was kleines Süßes, zum Beispiel ein paar Gummibärchen und die Trinkflasche mit Saftschorle eins zu zwei gemischt. Die fertig gekaufte Schorle bringt es auf so viel Fruchtzucker wie vergleichsweise neun Stück Würfelzucker. Eine so oder ähnlich gefüllte Brotbox sieht lecker aus und macht Spaß. Und sie bringt den Kindern Energie und Konzentrationsvermögen. Sorgen Sie gelegentlich für Überraschungen: Ein paar Nüsse, etwas Studentenfutter oder eine kleine Nachricht in der Brotbox.

Mit der Frage „Willst du einen Apfel oder ein Brötchen mitnehmen?“, haben die Kinder dagegen zu viel Mitbestimmung. Denn Regie über die Brotbox führen die Eltern. Auch das ist etwas unüblich, denn sie müssen selbst kreativ zusammenstellen. Leichter wird die elterliche Aufgabe durch einen Wochenplan fürs Pausenfrühstück. Lassen Sie Ihr Kind mitentscheiden, welche Sorte es aus den vier Bausteinen Brot/Brötchen,



Probieren Sie ruhig mal etwas Neues aus: Ein so appetitlich buntes Schulbrot wird in der Pause bestimmt gern gegessen. Foto: obs

Wurst/Käse, Obst und rohes Gemüse in der Dose haben will. Jüngere Kinder sind oft froh, wenn Eltern selbst für die Abwechslung sorgen. Aber die Kinder bestimmen, was und wie viel sie dann essen.

Bei größeren Kindern und Jugendlichen wird das Pausenfrühstück von zu Hause zunehmend uncool. Da helfen dann nur Kompromisse wie zwei Mal in der Woche Geld zum Selberkaufen in der Schule. Die Verantwortung für gesundes Pausenfrühstück müssen dann vermehrt die Schulen übernehmen. Und da gibt es noch viel zu tun.

Ein Wechsel der Kfz-Police kann Geld sparen

Stichtag für Kündigung ist der 30. November – Mit der richtigen Police lassen sich Prämien optimieren

afp. Viele Autofahrer könnten bei ihrer Kfz-Versicherung einige hundert Euro im Jahr sparen. Die Policen können zum Jahresende gekündigt werden, wenn das Schreiben bis zum 30. November bei der Gesellschaft eingegangen ist. Noch genug Zeit, um sich einen Überblick darüber zu verschaffen, mit welcher Police sich die eigene Prämie eventuell optimieren lässt:

> Rabattschmelze: Das Dickicht von Rabatten erschwert den Vergleich. Zwar gewähren alle Versicherer Nachlässe für langes unfallfreies Fahren, doch die Bedingungen variieren. Manche geben Rabatte für Zweitwagen, andere für Frauen, Familienväter, Bankangestellte oder Beamte. Einige zeigen sich kulant, wenn bereits die Eltern oder Ehepartner bei der Gesellschaft versichert sind.

> Führerscheineulinge: Sie müssen für die Haftpflicht oft bis zu 230 Prozent des Basissatzes berappen. Deshalb lohnt es sich gerade für sie, Tarife zu vergleichen. Die Unterschiede betragen bis zu mehreren tausend Euro im Jahr. Auf Rabatt kann ebenfalls hoffen, wer bereits einen Motorradführerschein hat.



Ein Vergleich der verschiedenen Kfz-Versicherungen lohnt sich unter Umständen. Foto:dpa

> Rabatte und Normaltarife: Rabatt bedeutet nicht gleich günstig. Manche Unternehmen unterbieten mit ihren normalen Tarifen die Rabattangebote teurer Gesellschaften.

Nachlässe sind auch oft an Bedingungen geknüpft: So darf etwa der Wagen nur vom Halter gefahren werden oder die Kilometerleistung ist begrenzt.

> Risikoabdeckung: Der Preis ist nicht alles – Kunden sollten auch gut überlegen,

welche Risiken sie abdecken wollen. So versichert die Mallorca-Police den Mietwagen im Urlaub zu deutschen Konditionen. Ein erweiterter Wildschaden schließt Schäden durch Pferde, Rinder, Schafe, Ziegen oder Vögel ein.

Wird ein Neuwagen gestohlen oder kommt es zum Totalschaden, erhält der Kunde nur bei der Neuwertentschädigung den Originalpreis des Wagens.

Die beiden wohl wichtigsten Punkte: Die Deckungssumme bei einer Autohaftpflichtversicherung sollte 100 Millionen Euro betragen. Im Kaskovertrag sollte außerdem kein Einwand der groben Fahrlässigkeit stehen.

> Wechseln: Der Kündigungs-Brief sollte erst abgeschickt werden, wenn ein verbindliches Alternativangebot vorliegt. Nach dem Stichtag am 30. November kann nur noch bei einer Prämienhöhung, nach einem Schadensfall oder bei einem Fahrzeugwechsel gekündigt werden.

Mehr Informationen im Internet unter www.bundderversicherten.de, www.financescout24.de, www.einsurance.de oder bei den Verbraucherzentralen.

Fettleibigkeit begünstigt Tumore der Speiseröhre

ap. Fettleibigkeit erhöht das Risiko für einen Tumor der Speiseröhre deutlich. Eine australische Studie zeigt, dass Menschen mit einem Körper-Masse-Index (BMI) ab 40 sechs Mal stärker gefährdet sind als Personen, deren BMI zwischen 18,5 und 25 liegt. Dieses Risiko blieb auch dann bestehen, wenn die Mediziner Risikofaktoren wie etwa Rauchen, Alkoholkonsum oder eine Reflux-Erkrankung berücksichtigten.

Speiseröhrentumore zählt den Medizinern zufolge in etlichen Ländern zu den am stärksten zunehmenden Krebsarten. Die Forscher erklären dies unter anderem damit, dass Fettzellen im Körper bestimmte Hormone bilden, die Entzündungsprozesse im Körper fördern.

ROMAN

In Sachen Signora Brunetti

Roman von Donna Leon

Copyright by Diogenes-Verlag, aus dem Amerikanischen von Monika Elvenspöck

62. Fortsetzung

„Ich habe sie gewählt, weil sie mir die günstigsten Preise anbietet. Wenn ein Mann, der dort absteigt, sich eine Prostituierte mit aufs Zimmer nehmen will, ist das seine Sache.“ Er versuchte vergeblich, seine Wut zu unterdrücken. „Ich verkaufe Pauschalreisen. Ich predige nicht Moral. Ich habe mit meinem Anwalt jedes Wort in unserer Werbung abgesprochen, und es ist nichts darin, was auch nur im entferntesten illegal wäre. Ich verstoße gegen kein Gesetz.“

„Davon bin ich überzeugt“, rutschte es Brunetti heraus.

Plötzlich mochte er sich hier nicht länger aufhalten. Er erhob sich. „Ich fürchte, wir haben Ihre Zeit schon zu sehr in Anspruch genommen, Signor Dorandi. Wir gehen jetzt, aber es kann sein, daß

wir Sie noch einmal sprechen wollen.“

Dorandi gab darauf erst gar keine Antwort. Er stand auch nicht auf, als Brunetti und Vianello das Zimmer verließen.

Als sie über den Campo Manin gingen, wußten sowohl Vianello als auch Brunetti, ohne erst darüber zu sprechen, daß sie jetzt die Witwe aufsuchen mußten, da sie sowieso schon unterwegs waren. Um zu Mitriss Wohnung am Campo del Ghetto Nuovo zu kommen, gingen sie zum Rialto zurück und nahmen das Einserboot in Richtung Bahnhof.

Sie blieben draußen stehen, weil sie die Kälte des offenen Decks der feuchten Luft in der Kabine vorzogen. Brunetti wartete, bis sie unter der Brücke hindurch waren, dann fragte er Vianello: „Nun?“

„Der würde für hundert Lire seine ei-

gene Mutter verkaufen, nicht wahr?“ meinte Vianello, ohne seine Verachtung verhehlen zu wollen. Dann schwieg er eine Weile, bevor er fragte: „Meinen Sie, das ist das Fernsehen?“

Brunetti wußte nicht, worauf er hinauswollte. „Was soll das Fernsehen sein?“

„Das uns solchen Abstand zu dem Bösen gibt, das wir tun.“ Er sah, daß er Brunettis Aufmerksamkeit besaß, und fuhr fort: „Ich meine, wenn wir es auf dem Bildschirm sehen, ist es echt, aber doch nicht wirklich, oder? Das heißt, wir bekommen so oft zu sehen, wie Menschen erschossen oder erschlagen werden, und dann sehen wir uns selbst zu ...“ Hier unterbrach er sich, lächelte ein wenig und erklärte: „Ich meine, der Polizei. Wir sehen uns selbst dabei zu, wie wir alle möglichen schrecklichen Dinge aufdecken. Aber die Polizisten sind nicht echt und die Dinge auch nicht. Und wenn wir so viel davon gesehen haben, kommen uns die wirklichen Scheußlichkeiten, die passieren, oder die anderen passieren, auch nicht mehr echt vor.“

Brunetti war von Vianellos Rede etwas verwirrt, aber er glaubte zu verstehen, was er meinte - und war derselben Ansicht -, weshalb er antwortete: „Wie weit sind sie weg, diese Mädchen, von denen er nichts weiß - fünfzehntausend Kilometer? Zwanzigttausend? Ich denke mal, es ist sehr leicht, das, was ihnen widerfährt, nicht als wirklich zu betrachten, oder wenn doch, ist es ihm wahrscheinlich nicht sehr wichtig.“

Vianello nickte. „Sie glauben, das wird immer schlimmer?“

Brunetti hob die Schultern. „Es gibt Tage, an denen ich glaube, es wird alles schlimmer, und dann gibt es Tage, an denen ich das weiß. Aber dann kommt die Sonne heraus, und ich ändere meine Meinung.“

Vianello nickte wieder und machte leise: „Mhm, mhm.“

„Und Sie?“ fragte Brunetti. „Ich denke, es wird schlimmer“, antwortete der Sergeant, ohne zu zögern. „Aber es geht mir wie Ihnen, ich habe Tage, an denen ich alles schön finde.“

Fortsetzung folgt

Leckere Pausensnacks

Gemüse-Brot-Spieße

Zubereitungszeit: ca. 15 Minuten
50 g Gouda am Stück
6 Kirschtomaten
1 kleine Salatgurke
1 kleine Möhre
1 dicke Scheibe Vollkornbrot
1 TL Butter
3-4 Zahnstocher

Den Gouda in etwa zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Tomaten waschen, Gurke waschen, die Möhre putzen, schälen und beides in etwa 1/2 Zentimeter dicke Scheiben schneiden. Das Brot mit Butter bestreichen und in zwei mal zwei Zentimeter große Würfel schneiden. Alle Zutaten abwechselnd auf die Zahnstocher stecken.

Feinschmecker-Teewurstbrot

Zubereitungszeit: ca. 5 Minuten
2 Scheiben Brot nach Wahl (zum Beispiel Roggenmischbrot)
1-2 EL Feine Teewurst
1-2 Essiggurken

Brotstreifen mit der Wurst bestreichen. Essiggurken in dünne Längsscheiben schneiden und eine Brotseite damit belegen. Zusammenklappen und, je nach Größe, halbieren oder vierteln. Gut verpacken. Dazu schmecken auch Kirschtomaten.

Horoskop

WIDDER (21.03.-20.04.)

Tagestendenz: ***
Heute brauchen Sie sich keinem unnötigen Stress aussetzen, denn die beruflichen Anforderungen halten sich in Grenzen. So lässt sich ausnahmsweise mal alles in Ruhe erledigen. Im Übrigen dürfen private Interessen größer geschrieben werden.

STIER (21.04.-21.05.)

Tagestendenz: ****
Sie stecken heute voller Power und sind sehr leistungsstark. Auch das Stimmungsbarmeter steht auf „heiter“. So dürfte dieser Tag Ihnen gehören, obgleich keine kosmischen Wunder vorprogrammiert sind.

ZWILLINGE (22.05.-21.06.)

Tagestendenz: ***
Heute erwartet Sie ein aspektfreier Tag, d. h. die Sterne werden Sie kaum in Atem halten. Lediglich der Mond könnte ein wenig auf die Stimmung drücken. Da sollten Sie nach Möglichkeit zeitig Feierabend machen.

KREBS (22.06.-22.07.)

Tagestendenz: ****
Der heutige Tag sollte im Zeichen der Liebe und Geselligkeit stehen. Ihr Charme sprüht nur so und Ihre Unternehmungs- und Flirtlust kennt keine Grenzen. Da passt es Ihnen gar nicht in den Kram, dass der Chef auch noch Extra-Aufgaben verteilt.

LÖWE (23.07.-23.08.)

Tagestendenz: ***
Ihr Hang zum Überfluss ist heute recht stark ausgeprägt. Vor allem finanziell schöpfen Sie gern aus dem Vollen, was in geschäftlichen wie auch partnerschaftlichen Beziehungen ein Streitpunkt sein könnte.

JUNGFRAU (24.08.-23.09.)

Tagestendenz: ****
Manche Kollegen könnten geneigt sein, etwas Arbeit auf Sie abzuschieben. Dem sollten Sie freundlich, aber konsequent entgegenwirken. Sie haben schon genug mit Ihren Aufgaben zu tun und sollten diese so perfekt wie möglich erledigen.

WAAGE (24.09.-23.10.)

Tagestendenz: ***
Heute tut sich nicht sonderlich viel an der kosmischen Front. Im Gegenteil. In der Ruhe liegt die Kraft. Teilen Sie sich alles schön systematisch ein. Dann bewältigen Sie ein bemerkenswertes Pensum ohne sich zu verausgaben.

SKORPION (24.10.-22.11.)

Tagestendenz: ****
Nette Aussichten! Vor allem in Sachen Liebe werden Sie heute voll und ganz auf Ihre Kosten kommen. Dafür sorgen Mond und Venus mit vereinten Kräften. Tiefe Gefühle und prickelnde Erotik bestimmen das amouröse Geschehen.

SCHÜTZE (23.11.-21.12.)

Tagestendenz: **
Auf Stress und Hektik reagieren Sie heute mit peinlichen Flüchtigkeitsfehlern, die gar nicht sein müssten, wenn Sie etwas konzentrierter und systematischer aus berufliche Werk gehen würden. Sehen Sie also zu, dass Sie den roten Faden nicht verlieren.

STEINBOCK (22.12.-20.01.)

Tagestendenz: ****
Momentan stehen berufliche Angelegenheiten unter Erfolg versprechenden Sternen. Was all Ihren geschäftlichen Vorhaben ein stabiles Fundament verleiht. So werden Sie nicht im Vorübergehen überzeugen und Gewinne einstreichen, doch langfristig schon.

WASSERMANN (21.01.-19.02.)

Tagestendenz: ***
Dem heutigen Tag können Sie entspannt und gelassen entgegensehen bzw. begegnen. Das heißt natürlich nicht, dass Sie verträumt und blauäugig durch die Landschaft laufen sollen, schon gar nicht durch die berufliche.

FISCHE (20.02.-20.03.)

Tagestendenz: ****
Sie sehnen sich nach romantischem Gefühlsaustausch, überlassen aber alles Ihrem Schatz. Tun Sie heute den ersten Schritt. Auch am Arbeitsplatz könnte etwas mehr Aktivität in mitmenschlichen Belangen nur von Vorteil sein.

Weitere Infos unter www.questico.de

