

Ausgabe Herbst/Winter 2023
Kostenlos zum Mitnehmen! Nur bei Ihrem HÖREXperten.

HÖREXperten

MAGAZIN

**HÖRGERÄTE-
VERSORGUNG**
Welche Möglichkeiten
bieten Ohrspasstücke?

**SCHWARZWALD-
KÜCHE**
Mehr Abwechslung
mit regionalen Rezepten

**LIFESTYLE UND
BESSER LEBEN**
5 Ideen für einen
gelungenen Tag

**RÄTSEL-
GEWINNSPIEL**

GEWINNEN SIE
EINE REISE IN DIE
SCHÖNSTEN STÄDTE
DEUTSCHLANDS.

IM-OHR-HÖRSYSTEME
MASSGEFERTIGTE MEISTERSTÜCKE



Exzellent hören PLUS X!

Immer maximal organisiert:
Die TELEFUNKEN Komfortklasse
mit Erinnerungsfunktion

Jetzt Probe tragen!

IMMER. MAXIMAL. LEBEN.

telefonken-hoersysteme.de



Exklusiver Vertrieb durch HÖREX Hör-Akustik eG, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal.
TELEFUNKEN und die TELEFUNKEN Logos sind Marken der TELEFUNKEN Licenses GmbH und werden unter Lizenz genutzt.

HÖREN UND GESUNDHEIT

- 4 Im-Ohr-Hörsysteme**
Maßgefertigte Meisterstücke
- 7 Gute Nacht!**
Schlaf und Gehörschutz
- 8 Otoplastik oder Schirmchen?**
Wir klären auf
- 9 Wörterbuch der Hörgesundheit**
Fachbegriffe verständlich erklärt

RÄTSEL

- 10-15** Rätselspaß für Groß und Klein

EINFACH KÖSTLICH

- 16 Schwarzwald-Küche**
Mehr Abwechslung mit regionalen Rezepten

RÄTSEL-GEWINNSPIEL

- 19** Gewinnen Sie eine Reise
in Deutschlands schönste Städte

LEBEN UND GENIEßEN

- 20** 5 Ideen für einen gelungenen Tag

ZUM GUTEN SCHLUSS

- 22** Wussten Sie, dass ...
... die Hörschnecke die zentrale Schnittstelle
unseres Gehörs zum Gehirn ist?

IMPRESSUM

Herausgeber (V.i.S.d.P.):
HÖREX Hör-Akustik eG, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal, www.hoerex.de
Vorstand: Claudia Hellbach, H.-P. Weihmann

Redaktion:
Martina Ostermeier, www.mao-texterei.de

Lektorat:
Patricia Piermaier, kiwitext Übersetzungen + Lektorat, www.kiwitext.de

Konzeption, Realisation, Gestaltung:
Carina Stiehler, HÖREX

Anzeigenpartner:
Oticon, Sivantos, Sonic, TELEFUNKEN, Widex

Fotos/Illustrationen:
milorad kravic/istockphoto.com (S. 1)
HÖREX Hör-Akustik eG, Kreuztal (S. 3)
Bernafon Hörgeräte GmbH, Berlin (S. 4-6)
Deagreez/istockphoto.com (S. 7)
Starkey Laboratories (Germany) GmbH, Hamburg (S. 8)
Tietge GmbH, Offenburg (S. 16-18)
Beurer GmbH, Ulm - www.beurer.com (S. 20)
intek1/istockphoto.com (S. 21)
Waldwipfelweg GmbH, Sankt Englmar - www.waldwipfelweg.de (S. 21)
Gerd Haas Vertriebs GmbH, Ottobrunn - <http://www.haasgmbh.de> (S. 21)
ilusmedical/Shutterstock.com (S. 22)

Erscheinungsweise:
2x jährlich, 3. Jahrgang

Ausgabe:
Herbst/Winter 2023



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

der Wunsch nach kleinen, unauffälligen Hörsystemen ist bei Menschen mit Hörminderung groß. Ebenso der Wunsch, wieder so zu hören wie früher. In all diesen Punkten können Im-Ohr-Hörsysteme ihre Vorteile voll ausspielen – auch wenn das natürliche Hören durch kein Hörgerät zu ersetzen ist. Was Im-Ohr-Hörsysteme ebenfalls auszeichnet: Sie werden wie ein Maßanzug individuell für ihre Trägerinnen und Träger gefertigt. Wie das funktioniert und worauf es ankommt, kann man sich in einer Berliner Manufaktur anschauen. Mehr dazu lesen Sie auf den Seiten 4 bis 6 in diesem Heft.

Wenn Im-Ohr-Hörsysteme besonders klein sind, heißt das im Gegenzug nicht, dass Hinter-dem-Ohr-Hörsysteme besonders auffallen. Auch sie sind dezent, sitzen aber hinter dem Ohr und bieten darüber hinaus höchste Leistung und vollen Funktionsumfang. Die Verbindung zum Gehör erfolgt über eine Otoplastik oder ein Schirmchen. Was genau das ist und was die Unterschiede sind, erfahren Sie auf Seite 8.

Genug gelesen? Dann haben wir wieder verschiedene Rätsel für Sie parat – inklusive Gewinnchance. Oder Sie lassen sich von neun jungen Köchen aus dem Schwarzwald inspirieren und testen ihre Rezepte, die wir für Sie ausgewählt haben.

Viel Spaß dabei!

Ihre Claudia Hellbach und Ihr H.-P. Weihmann
(Vorstandsteam der HÖREX Hör-Akustik eG)

IM-OHR-HÖRSYSTEME

MASSGEFERTIGTE MEISTERSTÜCKE

Sie sind die kleinsten ihrer Art: Hörgeräte, die direkt im Gehörgang sitzen.

Da jedes Ohr anders ist, sind die unauffälligen Im-Ohr-Hörsysteme (IdO) maßgeschneidert. Wie der perfekte Sitz gelingt, lässt sich besonders gut in einer Manufaktur im Süden Berlins beobachten.

Das zweistöckige Gebäude ist ein besonderer Ort. Nirgendwo sonst in Deutschland werden noch Im-Ohr-Hörgeräte hergestellt. Das machen die Mitarbeitenden hier nun schon seit über 40 Jahren – früher unter dem Namen Bosch, heute gehört die Manufaktur zum Schweizer Hörgerätehersteller Bernafon. Was den Ort ebenfalls auszeichnet: Während andernorts die Fertigung von Im-Ohr-Hörgeräten bis zum Druck der Schalen voll digital erfolgt, spielt traditionelle Handwerkskunst in Berlin nach wie vor eine zentrale Rolle.

„In Berlin verbinden wir die Vorteile aus beiden Welten“, erklärt Carsten Braun. Als Leiter der Audiologie unterstützt er mit seinem Team Hörakustikerinnen und Hörakustiker dabei, immer das Maximum aus der Hörgerätetechnologie herauszuholen. Zudem hält der gelernte Hörakustiker praxisorientierte Vorträge zu Im-Ohr-Hörsystemen und ist immer nah dran am Geschehen in der Bernafon-Manufaktur.

Dort beginnt jede Im-Ohr-Hörgeräte-Fertigung mit der Begutachtung der Abformung, die die Hörakustiker vom Ohr des Kunden nehmen. Das geht heute sowohl digital als auch mit dem klassischen Verfahren, bei dem Hörakustiker eine weiche Masse in den Gehörgang und die Ohrmuschel spritzen und nach einer kurzen Aushärtungszeit wieder entnehmen. Auf genau diese Abformung setzt die Manufaktur.

Klassische Handwerkskunst trifft modernste Fertigung

Nachdem die Ohrabformung per Post in Berlin

eingetroffen ist, geht sie als Erstes durch die prüfenden Hände der Mitarbeitenden. Sie entfernen überschüssiges Material, gleichen feinste Fehlstellen mit einem speziellen Wachs aus und fertigen schließlich eine Negativform an. „Diese besitzt die Elastizität eines Gummibärchens und ist für uns ganz wesentlich“, so Carsten Braun. „Sie ist quasi die Kopie des Kundenohrs, das wir damit während des weiteren Fertigungsprozesses immer an unserer Seite haben.“



Im nächsten Schritt wird die optimierte Abformung gescannt und digital weiterverarbeitet. „Dafür nutzen wir die modernsten Verfahren, die uns derzeit zur Verfügung stehen“, so Carsten Braun. Auch bei diesem Arbeitsschritt geht es um jedes Detail. Die Auflösung des Scans ist so hoch, dass man am 3D-Modell jede Ecke und Kante sieht. Die Techniker planen die einzelnen Bestandteile des Hörgeräts in die spätere Hörgeräteschale ein und berechnen, wie dick die Schalenwand sein darf. „Da darf nirgendwo etwas zu viel oder zu wenig sein. So stellen wir sicher, dass das Hörgerät später perfekt sitzt und so tief wie möglich im Gehörgang platziert werden kann.“

Natürliche Schallaufnahme

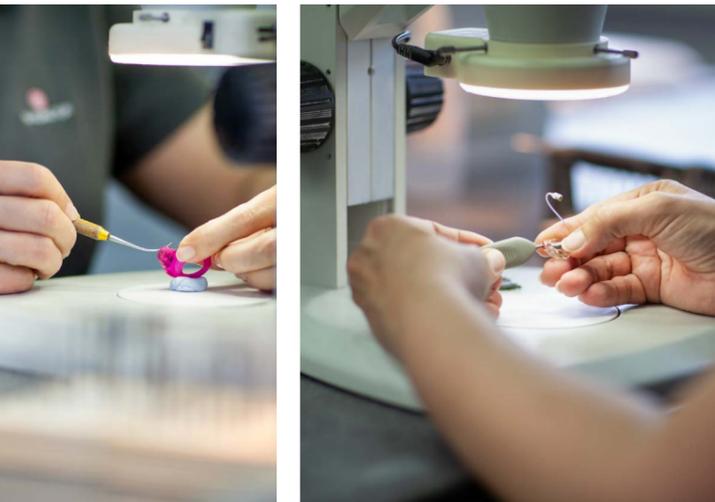
Der perfekte Sitz gewährleistet, dass sich die Hörsysteme im Ohr gut anfühlen. Und je tiefer sie sitzen, umso besser lässt sich einer der größten Kundenwünsche erfüllen: so zu hören wie früher. In diesem Punkt können Im-Ohr-Hörgeräte ihre Vorteile voll ausspielen. „Der prinzipielle Unterschied zwischen Hinter-dem-Ohr- und Im-Ohr-Hörsystemen ist die Schallaufnahme, die über das Mikrofon erfolgt“, erklärt Carsten Braun. Bei Hinter-dem-Ohr-Geräten ist der Sitz – wie die Bezeichnung verrät – hinter dem Ohr. „Die Natur hat es allerdings so eingerichtet, dass unser Trommelfell im Inneren des Ohres liegt, die Ohrmuschel die Funktion eines Trichters übernimmt und so das Richtungshören ermöglicht. Das lernt jeder Mensch von Geburt an. Die natürlichste Art der Hörgeräteversorgung ist daher, dass man so viel wie möglich vom Ohr mitnimmt und die Ohrmuschel in den Verstärkungsprozess integriert. Genau das passiert bei Im-Ohr-Hörgeräten. Unser Ziel ist es, sie immer so tief wie möglich zu positionieren.“

Detailarbeit bis zum Schluss

Zurück in die Manufaktur. Beim digitalen 3D-Modeling werden auch sogenannte Vents berücksichtigt. Das sind winzige Bohrungen, die dafür sorgen, dass das Ohr gut belüftet und die eigene Stimme abgeleitet wird, sodass sie für Hörgeräteträger natürlich klingt. „Da haben wir heute unendlich viele Möglichkeiten. Ein 3D-Drucker druckt schließlich alles, was wir uns ausdenken. Davon konnten wir früher nur träumen, als wir Hörgeräteschalen noch von Hand gegossen haben.“

► Weiter geht es auf der nächsten Seite.





► Hier geht es weiter.

Ist die Schale gedruckt, ist wieder Fingerspitzengefühl gefragt. Das Manufaktur-Team schleift die Schale, fügt die filigranen Einzelteile zusammen und programmiert das Hörgerät. Zu den Bauteilen gehört die sogenannte Faceplate, die das Im-Ohr-Hörgerät nach außen abdeckt und an der sich Technik, Batterieklappe und Bedienelemente befinden. „Man sieht bei diesen Arbeitsschritten besonders gut, wie präzise die Im-Ohr-Fertigung ist. Ohne Mikroskop geht fast nichts. Damit alles passt, kommt es auf jeden Millimeter an“, so Carsten Braun. Immer wieder gleichen die Mitarbeitenden die Schale mit der Negativform ab. „Sie achten dabei zum Beispiel auf den Druck, den Kunden später beim Einsetzen des Hörgeräts aufwenden müssen, und ob er vielleicht zu groß ist“, erklärt Carsten Braun. „Wichtig ist ebenfalls, dass genug Spielraum für Bewegungen beim Kauen und Sprechen vorhanden ist.“ Schließlich wird der überstehende Teil der zunächst kreisrunden Faceplate entfernt, die Oberfläche der Schale feingeschliffen, poliert und am Ende mehrfach lackiert. Bei Bedarf bekommt das Im-Ohr-Hörgerät einen Entnahmefaden, dann fehlt nur noch ein sogenannter Cerumenfilter, der das Hörgerät vor dem Eindringen von Ohrenschmalz schützt. „Zum Schluss prüfen unsere Im-Ohr-Spezialisten noch einmal jedes Gerät auf Passform, technische Funktionalität und Verarbeitung“, so Braun. „Das Ergebnis, das unsere Manufaktur dann in Richtung Hörakustikfachgeschäft und zum Kunden verlässt, ist ein Unikat, das passgenau im Gehörgang sitzt. Dafür garantieren wir.“



**DAMIT SICH DIE MENSCHEN
WIEDER VERSTEHEN:**

WIR BILDEN AUS!

WERDE HÖRAKUSTIKER/-IN!

**DEINE
ZUKUNFT
KLINGT GUT!**

Die Ausbildungs-Initiative
der HÖRExperten

Jetzt checken: hoerex.de/ausbildung

HÖREN UND GESUNDHEIT



GUTE NACHT!

Schlaf ist keine Zeitverschwendung, sondern lebensnotwendig. Leider klappt es nicht immer mit der Nachtruhe. **Doch es gibt Tipps und Tricks, die beim Ein- und Durchschlafen helfen – zum Beispiel Gehörschutz.**

Wenn wir schlafen, kommt unser Körper zur Ruhe: Herzschlag und Blutdruck sinken. Gleichzeitig werden die Stoffwechselprozesse optimiert, Wachstumshormone zur Zellerneuerung gebildet und das Immunsystem wird gestärkt. Außerdem verarbeiten wir das, was wir tagsüber erlebt haben. Kurz: Der Mensch braucht einen gesunden Schlaf, um körperlich und geistig fit zu bleiben.



Leider kann niemand Schlaf erzwingen. Viele Menschen haben Probleme, ein- oder durchzuschlafen – oder gleich beides. Immerhin gibt es einige Dinge, die bei Schlafstörungen helfen können. Dazu gehört, auf regelmäßige Schlafenszeiten zu achten und sich mittags höchstens einen 15-minütigen Power-Nap zu gönnen. Vor dem Zubettgehen ist es außerdem ratsam, auf anregende Substanzen wie Koffein, Nikotin oder Alkohol zu verzichten. Förderlich für den Schlaf sind leichte Kost und sportliche Aktivitäten – sofern wir sie mindestens zwei bis drei Stunden vor dem

Schlafengehen betreiben. Die Bewegung hilft dabei, Anspannungen abzubauen, zugleich sind die Muskeln danach erschöpft und entspannt.

Individueller Gehörschutz für einen ungestörten Schlaf

Häufig stehen auch störende Geräusche einem gesunden Schlaf im Weg, sei es das Schnarchen der Partnerin oder des Partners, Straßenlärm oder die Musik der Nachbarn. Mit speziellem Gehörschutz zum Schlafen lassen sich solche Geräusche dämpfen. Gleichzeitig stellt er sicher, dass weder die Klingel des Weckers noch Warntöne überhört werden. Wichtig ist, dass der Gehörschutz für die Nacht bequem sitzt. Ist das bei Standardlösungen nicht der Fall, empfehlen die HÖRExperten individuelle Maßanfertigungen. Dafür nehmen sie eine Abformung vom Ohr. Diese stellt sicher, dass der Gehörschutz gut hält und gleichzeitig angenehm zu tragen ist. Beste Voraussetzungen für eine gute Nacht.

OTOPLASTIK ODER SCHIRMCHEN? WIR KLÄREN AUF.

Hinter-dem-Ohr-Systeme bestehen grundsätzlich aus drei Teilen: einem kleinen Gehäuse, einem Schallschlauch und einem Ohrpassstück. Das kann entweder mit einer individuell gefertigten Otoplastik oder einem Schirmchen versehen sein.

Aber was sind die Unterschiede?

Viele Menschen mit Hörminderung tragen Hinter-dem-Ohr-Geräte. Anders als bei Im-Ohr-Hörsystemen befindet sich die Technik nicht im Ohr, sondern wird hinter der Ohrmuschel getragen. Von dort muss der Schall ins Ohr gelangen. Das geschieht bei einem klassischen Hinter-dem-Ohr-Gerät über einen dünnen Kunststoffschlauch. Bei einem kleineren Hinter-dem-Ohr-Hörgerät (RIC-Hörgerät), bei dem der Lautsprecher im Ohrpassstück sitzt, findet die Übertragung über ein dezentes, sehr dünnes Kabel statt. Schlauch oder Kabel münden entweder in eine maßgefertigte Otoplastik oder ein Schirmchen, auch Dome genannt. Beide Varianten sorgen nicht nur für eine gute Schallübertragung, sondern geben den Hörsystemen auch einen guten Halt.

Volle Verstärkung mit individueller Otoplastik

Für eine individuelle Otoplastik nimmt die Hörakustikerin oder der Hörakustiker zunächst einen Ohrabdruck. Daraus entsteht ein maßgefertigtes Ohrpassstück, das präzise im Ohr sitzt. Die Form kann variieren: von

Otoplastiken, die wie ein Stöpsel im Gehörgang sitzen, bis zu Schalen, Spangen und Krallen, die auf unterschiedliche Art in der Ohrmuschel Halt finden. Kleine Bohrungen sorgen unter anderem für eine gute Belüftung. Otoplastiken können so gefertigt

werden, dass der vom Hörgerät verstärkte Schall kaum entweichen kann und fast vollständig am Trommelfell ankommt. Da sie individuell angefertigt werden, passen sie exakt, sodass der Klang stets konsistent ist. Das Leistungsspektrum der Hörgeräte kann ideal ausgeschöpft werden, und Funktionen wie eine Störgeräuschunterdrückung kommen besonders gut zum Tragen. Davon profitieren Menschen mit einem hochgradigen Hörverlust besonders.

Angenehmer Tragekomfort mit Schirmchen

Schirmchen sind in der Regel aus Silikon, sehen aus wie kleine Kegel und haben verschiedene Standardgrößen. Jeder Hersteller bietet zu seinen Hörsystemen verschiedene Schirmchen an. Diese haben unterschiedlich große Öffnungen für die Belüftung. Gerade Menschen, die zum ersten Mal Hörgeräte tragen, empfinden Schirmchen aufgrund des sehr weichen Materials als angenehm, sodass es ihnen leichtfällt, die zunächst ungewohnten Hörsysteme zu akzeptieren. Hörsysteme mit Schirmchen sind außerdem unkompliziert zu reinigen.

Wichtig:

Jedes Ohr ist in seiner Anatomie anders. Welche Art Ohrpassstück für Sie das richtige ist, finden die HÖRExperten gemeinsam mit Ihnen heraus.



Otoplastik



Schirmchen/Dome

WÖRTERBUCH DER HÖRGESUNDHEIT

FACHBEGRIFFE VERSTÄNDLICH ERKLÄRT

Otoplastik, Audiometrie, Pädakustik: Die Sprache der Hörakustik klingt für Laien erst einmal fremd. **Wer sich vor seinem Termin im Hörakustikfachgeschäft im Internet informiert, stößt immer wieder auf Fachbegriffe. Ein digitales Wörterbuch hilft, sie zu verstehen.**

Im „Wörterbuch der Hörakustik“ hat die Bundesinnung der Hörakustiker (biha) Begriffe gesammelt, die Menschen mit Hörminderung häufig begegnen. In ein- bis fünfminütigen Videos erklären Spezialisten der biha einfach und verständlich, was sich hinter den Fachbegriffen verbirgt. **So gibt es zum Beispiel ein Video zum sogenannten Freiburger Sprachtest, mit dessen Hilfe Hörakustikerinnen und Hörakustiker das Sprachverstehen ihrer Kunden zuverlässig ermitteln können.** Wer schon vor seinem Besuch im Hörakustikfachgeschäft wissen möchte, wie der

Freiburger Sprachtest abläuft und warum es bei dem Begriff „Verstehen“ manchmal zu Missverständnissen kommt, findet im „Wörterbuch der Hörakustik“ Antworten. Die gibt's aber natürlich auch beim HÖRExperten vor Ort.



Neugierig geworden? Dann einfach den QR-Code scannen oder die Website der biha besuchen: <https://www.biha.de/pages/filme.php>



OTICON | Real

Reales Hören macht den Unterschied.

Jetzt Oticon Real™ kennenlernen!

Oticon Real bietet eine völlig neue Klangqualität und Komfort.

Die bahnbrechende Innovation gleicht leise und laute plötzliche Geräusche sofort und präzise aus - ebenso wie Geräusche, die durch Wind oder Berührung mit dem Hörsystem entstehen.

BUCHSTABENSALAT

In diesem Buchstabensalat haben sich 19 Wörter versteckt. Gesucht werden darf in alle Richtungen. Finden Sie die Wörter und kreisen Sie sie ein, um den Buchstabensalat zu lösen.

WORTLISTE

- ERBSENSUPPE
- GEMUESEROESTI
- HOLZFAELLERSTEAK
- KALBSSCHNITZEL
- KARTOFFELSUPPE
- KASTANIENSUPPE
- KUERBISRISOTTO
- LINSENEINTOPF
- MAULTASCHEN
- PILZRAGOUT
- PILZRISOTTO
- PILZSTEAK
- QUICHE LORRAINE
- SAUERBRATEN
- SAUERKRAUTPFANNE
- SCHWEINEBRATEN
- SENFEIER
- STEINPILZSUPPE
- ZWIEBELSUPPE

Y	K	W	E	K	H	N	E	H	C	S	A	T	L	U	A	M	H
Y	U	A	F	N	A	Z	S	K	H	T	J	R	Y	V	S	O	N
K	E	Z	R	E	I	S	E	N	F	E	I	E	R	C	L	O	I
A	R	W	P	T	W	A	T	B	B	I	J	X	H	Z	K	T	T
L	B	I	I	A	O	B	R	A	A	N	Y	W	F	C	A	T	S
B	I	E	L	R	J	F	T	R	N	P	E	A	I	S	E	O	E
S	S	B	Z	B	W	E	F	M	O	I	E	D	W	Q	T	S	O
S	R	E	R	R	J	B	K	E	N	L	E	Y	Y	E	S	I	R
C	I	L	A	E	J	X	T	E	L	Z	E	N	P	B	Z	R	E
H	S	S	G	U	E	Z	B	E	U	S	G	H	S	F	L	Z	S
N	O	U	O	A	U	R	R	L	A	U	U	V	C	U	I	L	E
I	T	P	U	S	A	S	Z	Y	P	L	P	W	I	P	I	U	
T	T	P	T	T	H	W	G	H	P	Y	Y	P	B	U	P	M	
Z	O	E	E	E	P	P	U	S	N	E	S	B	R	E	E	Q	E
E	N	N	A	F	P	T	U	A	R	K	R	E	U	A	S	G	G
L	K	K	G	V	F	P	O	T	N	I	E	N	E	S	N	I	L

FEHLERTEUFEL

In der linken Abbildung haben sich zehn kleine Fehler eingeschlichen. Mit etwas Geduld kommen Sie dem Fehlerteufel auf die Schliche. Die Auflösung finden Sie auf der letzten Seite des Hefts.



SUDOKU

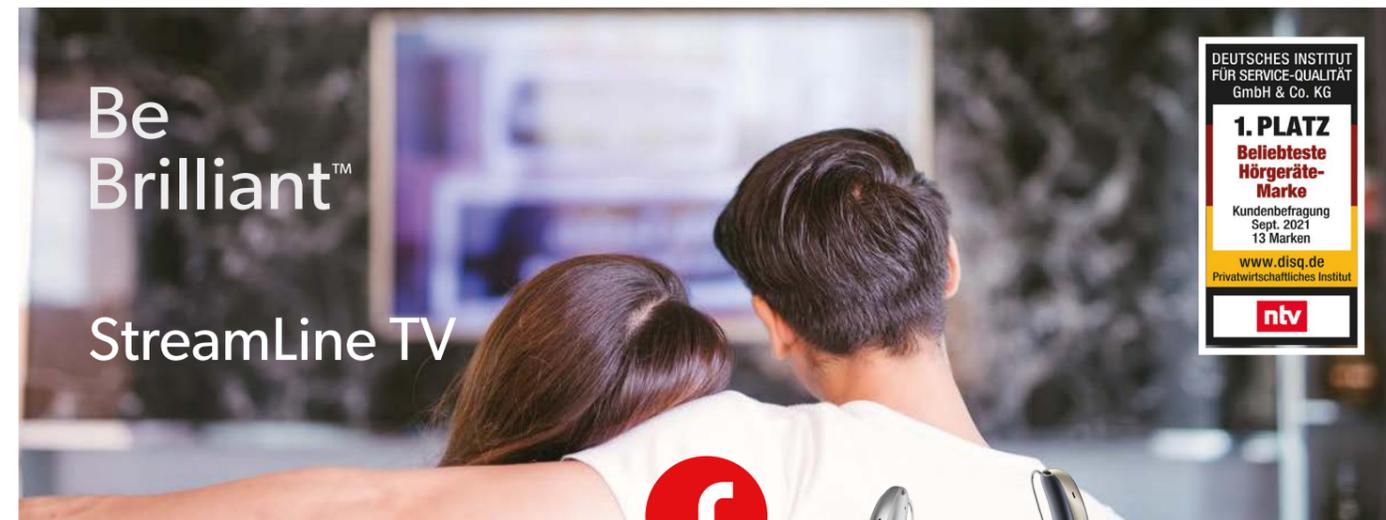
Das Ziel beim Sudoku ist es, die leeren Zellen des Spielfeldes mit den Ziffern 1 bis 9 so auszufüllen, dass in jeder Zeile und in jeder Spalte und in jedem 3x3-Teilquadranten jede dieser Ziffern genau einmal steht. Sonst nichts – das ist die ganze Spielanleitung.

LEICHT

8		2				9	5	
	7							
	1	9	5		7		8	6
	9	7			4		3	
1				6				8
	8		7			5	9	
6	3		2		8	7	4	
							2	
	2	5				8		3

MITTEL

			5	1				8	3
			2	3					
			3			2		5	4
9						1			
7	2			5				1	9
				6					7
5	6			8			7		
						7	8		
2	8					4	1		



DEUTSCHES INSTITUT FÜR SERVICE-QUALITÄT GmbH & Co. KG
1. PLATZ
 Beliebteste Hörgeräte-Marke
 Kundenbefragung Sept. 2021
 13 Marken
 www.disq.de
 Privatwirtschaftliches Institut
 ntv



Fernsehen ohne Umwege.

Mit StreamLine TV übertragen Sie den Ton Ihres Fernsehers direkt in die Hörgeräte – in erstklassiger Dolby Digital Qualität! StreamLine TV ist einfach zu bedienen, auch über die Signia App, und kann mit mehreren Hörgeräten gekoppelt werden. Und das Beste: Sie stellen die Lautstärke direkt im Hörgerät ein – unabhängig vom eigentlichen TV-Ton.

Für individuellen Genuss beim gemeinsamen Fernsehen.



signia.net

Version eines PC-Programms	geistige Sammlung	geländegängiges Motorrad	Wasserpflanze	Kanton d. Schweiz ugs.: Verstand	ans Ufer fahren	Vorname Kokoschkas † 1980	Divisor (Math.)	unbestimmter Artikel	Anstecknadel; Zierschmuck	Taufzeugin	Erbgutträger in den Chromosomen
ugs.: widerwärtiger Mensch			baumarme Ebene								bekanntlich, wie man weiß
Mixgetränk						poet.: kleine Insel			7		
Schluss obenrein			flüssige Speise	mehrlag. Werkstoff (Bodenbelag)							Zeit der Dunkelheit
		4	Sportgerät der Werfer			Staat im Himalaja	unterer Gesichtsteil				
bayer. und österr. Grußwort				Auszeichnung, Medaille	benachbart						
			Knochengerüst	Schmier- vorrichtung				Installation von Software (engl.)	hellster Stern im „Skorpion“		Nachzügler
Stadt in Nevada	unzulängl. Klavierspiel	Vorrichtung am Reitstiefel			Geschäftszimmer	Eisen- legierung					
Riesentintenfisch				spanische Anrede: Herr	Spielzeug für die Wanne						
Stadionwelle: La ...											
		Hinfahrt	Hauptstadt von Südkorea			Spiel- figur	stürzende Schneemasse			Länder Vorderasiens	
Staat in Südeuropa					Kiefernart	Entgegenkommen					
Schreibstift- einlage			Brand	Zubereitetes, Arzneimittel			5				
Wertpapierbestand (Wirtsch.)						Glück verhei- ßend; gesund	Schnee- anhäufung				
	6				mit Du anreden	Buchprüfer					
Bewohner von Venetien	nicht außen	Funktions- verfahren	Antennen- anordnung				Renn- beginn	frostig		Paradies- garten	
Schlitt- schuh- show					Staat in Nahost	kleinere Religions- gemein- schaft					
				Winter- sport- gerät	bringt Skiläu- fer auf den Berg			nett, zärtlich		Zahl- wort	
gerad- linig	Staat u. Fluss in den USA	Ebbe und Flut	buß- fertig			Straße zw. Bäumen	Flüssigk. i. den Adern				
Sprach- rohr				Fach- mann	West- euro- päerin						
			äußerst schöpferischer Mensch	Winter- wetter	3			weibl. Vorname		nur, aus- schließlich, speziell	
Sport- ruder- boot	männl. Vorname	stylen, festigen eh. schwed. Tennissass				Platz im Theater	veraltet: Cousine ital. Insel				
Hieb-, Stich- waffe				US-Mime (Nick) arab.: Vater			Schwur		Schnee- hütte		
griechischer Sagen- held				latei- nisch: im Jahre			unver- heiratet				
Machen- schaften, Ränke					Gruppe von Bergen					2	
Turner- abtei- lung		1		Wahl- zettel- kasten			einer Sache Würde verleihen				
Fluss durch Inns- bruck			LÖSUNG	1	2	3	4	5	6	7	zu Ende

GITERRÄTSEL

Die aufgelisteten Wörter sind so in die Gitterfelder einzutragen, dass sich ein vollständiges Kreuzworträtsel ergibt. Ein Startwort ist bereits vorgegeben.

- 5 BUCHSTABEN:**
CROSS - EISIG -
ELEND - EMILE -
HEISS - KNAPP - LOIPE -
STALL - URTP
- 6 BUCHSTABEN:**
DIENST - ERLASS -
LADUNG - TASCHE -
TRUEBE
- 7 BUCHSTABEN:**
BREMSE - CHICAGO -
NIEMALS - SKEPSIS
- 8 BUCHSTABEN:**
ABPLAGEN - BLIZZARD -
ENTEISEN - INDIZIEN -
SCHRULLE - SKIJACKE
- 9 BUCHSTABEN:**
GNADENLOS -
STEIGFELL -
ZWEIERBOB

BINOXXO

Füllen Sie die leeren Kästchen mit O und X. Es dürfen nicht mehr als zwei aufeinanderfolgende X oder O in einer Reihe oder Spalte erscheinen. In jeder Reihe und in jeder Spalte müssen X und O gleich oft vorkommen.

LEICHT

		X						
	O	O		X	X		X	
	O	X			O	X		
O				O		X	X	
		X	X					
O				O	X		X	
	X			X				
	X					X	O	O
			X	X				
X	O				O			O

MITTEL

			X		O	O		X
O								
O					O	O		
					O			X
	X			X			O	
		X					X	O
O	X							O
		O					X	
	X	X						



DAVID GARRETT
STAR-VIOLINIST UND BOTSCHAFTER
FÜR DEN GUTEN KLANG VON WIDEX

Als Botschafter für den guten Klang motiviert David Garrett Menschen, alle Facetten der Lebensklänge auszukosten und keine Grenzen zu akzeptieren: „Das Thema Hören ist so facettenreich und all die unterschiedlichen Klänge haben einen großen Einfluss auf unser Wohlbefinden.“

Moderne Hörgeräte von Widex eröffnen uneingeschränkten Zugang zur Welt der Klänge. Erleben Sie natürliches Hören, klares Sprachverstehen und Musikgenuss in voller Klangdynamik.



EIN KLANGWUNDER ERWARTET SIE!

Tragen Sie Widex Moment Sheer jetzt bei Ihrem HÖRExperten gratis und unverbindlich Probe.



SILBENRÄTSEL

Aus den Silben sind neun Wörter mit den unten stehenden Bedeutungen zu bilden.

bar - cd - chen - dop - ent - er - ess - geg - hir -
hy - in - keit - keit - kinn - nig - not - nung - ober -
pel - play - po - sa - spiel - te - thek - wehr

1 _____
Speckfalte am Kopf

2 _____
Ausdruck tiefsten Gefühls

3 _____
Genießbarkeit

4 _____
Dinge zur Kinderbespaßung

5 _____
Gerät zum Abspielen von „Silberlingen“

6 _____
Pfundrecht an einem Grundstück

7 _____
Bischof, Papst

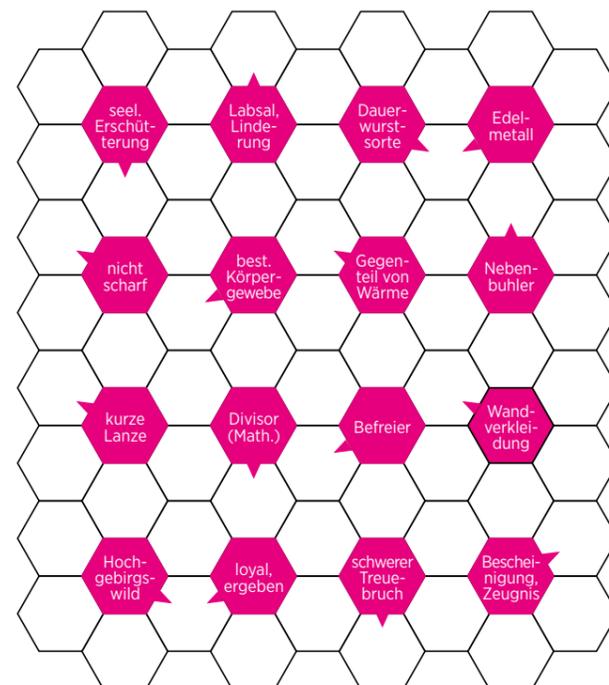
8 _____
Erwiderung

9 _____
Verteidigung in einer Zwangslage

Die ersten und fünften Buchstaben – jeweils von oben nach unten gelesen – ergeben eine Operette des österreichischen Komponisten Franz von Suppé (1819–1895).

WABENRÄTSEL

Die gesuchten Lösungen haben sechs Buchstaben und müssen um die Waben herum im Uhrzeigersinn, beginnend beim jeweiligen Pfeil, eingetragen werden.



ZAHLENRÄTSEL

Wandeln Sie die Zahlen in Buchstaben um. Gleiche Zahlen bedeuten gleiche Buchstaben im Rätsel und im Lösungstreifen. Die bereits eingetragenen Wörter erleichtern Ihnen den Beginn! Auf geht's ...

9	15	15	13		13	11	2	5		13	6	9	22	15	9		20	6	3	6
14	5	13	15	12	14		1	6	3	2	18	2	6		15	5	11	13	6	20
4	22	14	20		1	6	4	4		1	15	20	3	6	13		14	13	13	6
22	6	12	14	18	6	11		9	6	6	20		6	10	10	2	22	2	8	
	8		22	20	11	10	14	6	11		10	6	20	20	14		13	6	14	1
6	14	20	15	14		2	20	20	4	2	1	1		14	20	19	2	1		14
18		15		6	8	15	1		22		14	1	1	4		6		21	15	4
18	11	4	11	5	2		22	2	20	6	1	6		4	14	13	13	14	20	4
6	12	14	1		14	20	14	3	2	22		13	11	14	21	5	14		6	
	13		4	14	13	6		3	6	7	13	14	1		5	2	19	6	1	15
3	2	4	14		14	18	20	15		14	2	1	5	15	20	1		12		20
15		9	20	6	7	6		18	14	1	1		6		14	12	15	2	4	22
15	3	6		13	14	22	22	2	1		10	6	4	2	12		10	14	3	15
4	2	14	1	6		22	14	13	14	12	14	1		13	6	22	14	20	6	13
	21	7	6	20	13	14	4		20		20	6	22	22	13	14		14	20	6
22	7	14	20	3	14		13	6	12	11	1	14		2		7	2	1	6	1
20	6	1	5		15	16	6	20	2	3		3	11	4	5	14	13		12	
6	14		15	20	1	14		12	14	18	14	2	1		15	20	14	6	10	14
14	13	2	4		15	7	2	15		6	3	14	20	2	5	6		1		13
1		1	14	14	20		4	22	6	11	18		6		6	1	6	13	15	12
14	1	22		13	14	4	14		1		13	15	22	22	2		10	14	5	6
	14	20	2	4		9	20	11	4	22	14	1		11	1	19	14	2	22	
15	20	2	12	6	3	2		22	6	11	3	14	13	1		14	13	22	14	20
13	6	12	15	4		5	13	6	12	14		12	14	2	14	20		14	22	14
3		14	20	4	22	14		7	14	20	17	6	4	4		22	6	1	22	14
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13								
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26					Q	Q	Q	Q

EINFACH KÖSTLICH

EIN HOCH AUF DEN SCHWARZWALD

Der Schwarzwald hat mehr zu bieten als Kirschtorte und Schinken. Das beweisen neun junge (und jung gebliebene) Köche aus dem Hochschwarzwald. In ihrem Werk „Heimatküche“ bringt die Next Generation – so bezeichnen sich die Freunde selbst – Schwarzwälder Traditionen in eine neue Zeit: kreativ, pfiffig, weltoffen.



„HEIMATKÜCHE“ bekommen Sie im Buchhandel oder im Internet. (Zum Shop gelangen Sie, indem Sie den QR-Code scannen!)



CHAMPIGNON-CAPPUCCINO MIT HEIDELBEERSTAUB

GERICHT FÜR 4 PERSONEN
ZUBEREITUNG: 30 MINUTEN + 12 STUNDEN DÖRRZEIT

- 1 Für den **Heidelbeerstaub** frische Heidelbeeren auf einem Backblech bei 80 Grad im Backofen trocknen. Die trockenen Beeren vom Blech kratzen und in einen Mixer geben. Der so entstehende Beerenstaub kann – durch ein Teesieb zerstäubt – die verschiedensten Gerichte bereichern.
- 2 Für den **Champignon-Cappuccino** die Zwiebel würfeln und mit den Champignons in Butter anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, dann mit Brühe und Sahne auffüllen. Die Champignons 5 Minuten weich kochen und mit dem Pürierstab mixen. Mit Salz, Pfeffer und frischem Gartenthymian abschmecken.
- 3 Für die **Leinsaat-Cracker** Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen und dann mit Eiweiß und etwas Salz mixen, bis eine kleisterartige Masse entsteht. Die Leinsaat in die Masse unterrühren und diese dann hauchdünn auf eine Backmatte streichen. Bei 180 Grad im vorgeheizten Ofen bei Ober-/Unterhitze ausbacken. Nach 5–10 Minuten sind die Cracker fertig und können ausgekühlt serviert werden.
- 4 Die Creme-Suppe in einer Cappuccinotasse mit etwas Milchschaum darauf anrichten und mit Heidelbeerstaub bestäuben. Dazu den Leinsaat-Cracker servieren.

ZUTATEN

HEIDELBEERSTAUB	LEINSAAT-CRACKER
250 g Heidelbeeren	100 g Kartoffeln
CHAMPIGNON-CAPPUCCINO	1 Eiweiß
50 g Zwiebel	etwas Salz
250 g Champignons	50 g Leinsaat
10 g Butter	Milch zum Schäumen
100 ml Weißwein	
1200 ml Brühe	
100 ml Sahne	
Salz, Pfeffer, frischer Gartenthymian	

REZEPT VON ALEXANDER MAIER
FLEISCH

TODTMOOSER RINDSROULADE MIT GEMÜSE UND SERVIETTENKNÖDELN

GERICHT FÜR 4 PERSONEN
ZUBEREITUNG: 2 STUNDEN UND 30 MINUTEN

ZUTATEN

SCHMORGEMÜSE	6	Speckscheiben
2 Karotten	1 TL	Tomatenmark
1 Sellerie	50 g	Speck
1 Pastinake oder Petersilienwurzel	1500 ml	Rotwein
		(optional)
RINDSROULADE		etwas Mehl oder Speisestärke
6 Scheiben Rinderoberschale		SERVIETTENKNÖDEL
etwas Salz, Pfeffer, Piment, Majoran	500 g	Brot vom Vortag
1 Zwiebel	100 ml	warme Milch
1/2 Karotte	2	Eier
6 TL Senf		Salz, Pfeffer
3 Essiggurken		Muskatnuss

- 1 Für das **Schmorgemüse** die Karotten, den Sellerie und die Pastinake oder Petersilienwurzel waschen, schälen und in 1 mal 1 cm große Würfel schneiden. Die Schalen aufbewahren.
- 2 Für die **Rindsrouladen** das Fleisch grob parieren, also Sehnen, Fett und Silberhaut entfernen. Mit Salz, Pfeffer, etwas Piment und Majoran würzen. Zwiebel und Karotte schälen und in feine Streifen schneiden. Die Rinderscheiben mit je 1 TL Senf, etwas Zwiebel und Karotte, einer halben Essiggurke sowie einer Scheibe Speck belegen. Dann jede Rouladenscheibe eng aufrollen und mit einer Nadel oder einer Schnur befestigen.
- 3 Scharf in einem Topf von allen Seiten anbraten. Herausnehmen, die Gemüseschalen hineingeben und das Tomatenmark sowie den Speck hinzufügen. Warten, bis sich am Topfboden ein brauner Satz bildet, und diesen dann nach der Zugabe eines großzügigen Schlucks guten Rotweins abkratzen. Noch einmal wiederholen, sodass der Satz am Topfboden komplett in Rotwein aufgelöst wird. Die fertige Grundsauce (falls vorhanden) oder alternativ Wasser hinzugeben.



- Die Rindsrouladen hineinlegen und etwa 90 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch weich ist.
- 4 In der Zwischenzeit die **Serviettenknödel** zubereiten. Dafür das Brot in 2 mal 2 cm große Würfel schneiden. Die warme Milch über das Brot gießen und 10 Minuten quellen lassen. Eier, Salz, Pfeffer und Muskatnuss hinzugeben. Das Ganze vermengen, jedoch nicht zu stark kneten, da ansonsten die Luftigkeit verloren geht. Die Masse in 2 Stoffservietten zu etwa 5 cm starken Würsten wickeln. Gut verschließen und in leicht siedendem Wasser 25 Minuten garen. Auskühlen lassen und in etwa 0,5 cm dicke Scheiben schneiden. Bei 170 Grad knusprig frittieren.
- 5 Die Rindsrouladen aus dem Topf nehmen. Die Sauce durch ein Sieb passieren und vor dem Anrichten mit Mehl oder Speisestärke eindicken. Das Schmorgemüse in einem Wassertopf in etwa 20 Minuten weich kochen.

Die Rindsrouladen zusammen mit dem Schmorgemüse und der Sauce anrichten. Mit den Serviettenknödeln servieren.

MITMACHEN UND GEWINNEN

ZUTATEN

KARAMELL-MEERSALZ-EIS

- 85 g Zucker
- 300 ml Milch
- 50 ml Sahne
- 1 TL Meersalz
- 5 Eigelb
- MÜRBETEIG
- 200 g Butter, kalt
- 100 g Zucker
- 1 Ei
- Salz
- 300 g Mehl

EIERSAHNE ROYAL

- 125 ml Sahne
- 2 Eier
- 50 g Zucker
- 1 TL Stärke
- 1 Zitrone, Abrieb
- 1 Vanilleschote, Mark

ÄPFEL

- 4 Topaz-Äpfel

ZITRONEN-CRUMBLE

- 100 g Mehl
- 50 g Butter, kalt
- 50 g Zucker
- 1 Zitrone, Abrieb
- Karamellsauce

APFELTARTE MIT ZITRONEN-CRUMBLE UND KARAMELL-MEERSALZ-EIS

GERICHT FÜR 2-3 PERSONEN

ZUBEREITUNG: 90 MINUTEN + KÜHL- UND GEFRIERZEIT

- Für das **Karamell-Meersalz-Eis** 60 g Zucker in einem Topf karamellisieren lassen. Währenddessen Milch und Sahne in einem separaten Topf aufkochen. Gemeinsam mit dem Salz zum Karamell geben. Die Eigelbe zusammen mit dem restlichen Zucker mit einem Schneebesen schaumig schlagen. Die Karamellmasse auf das schaumige Eigelb-Zucker-Gemisch gießen und gut verrühren. Gut auskühlen lassen, am besten über Nacht im Kühlschrank. In die Eismaschine geben und zu einer schön cremigen Masse gefrieren lassen.
- Die kalte Butter in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Den Zucker hinzugeben und mit dem Knethaken des Mixers durchkneten. Ei und Salz dazugeben und das Mehl untermengen. Den **Mürbeteig** zu zwei bis drei Kugeln formen, in Klarsichtfolie einwickeln und mindestens 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen.

- Währenddessen für die **Eiersahne Royal** alle Zutaten mit dem Stabmixer vermengen. Mit Zitronenabrieb und Vanillemark verfeinern.
- Die Äpfel waschen, schälen und in etwa 5 mm große Würfel schneiden.
- Den Mürbeteig dünn ausrollen und in eingefettete kleine Tarteformen auslegen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad etwa 12-15 Minuten blindbacken. Herausnehmen und den Ofen bei gleicher Temperatur von Ober-/Unterhitze auf Umluft umstellen. Die Tartes bis zur Oberkante mit Apfelwürfeln befüllen, mit der Royal-Masse begießen und sofort wieder in den Ofen geben. In etwa 20 Minuten goldbraun backen.
- In der Zwischenzeit für den Zitronen-Crumble alle Zutaten zu einem bröseligen Teig verarbeiten. Auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen und ebenfalls bei 180 Grad Umluft für etwa 15 Minuten backen.

Die Tartes mit dem Karamell-Meersalz-Eis anrichten, mit dem Zitronen-Crumble bestreuen und nach Belieben mit etwas Karamellsauce garnieren.



Deutschland beeindruckt durch einzigartige Kultur, pulsierende Städte und wunderschöne Naturerlebnisse. Lassen Sie sich verzaubern von der Vielfalt unseres schönen Landes.

Gewinnen Sie einen Gutschein für eine Reise in Deutschland. Der Gewinn umfasst zwei Übernachtungen für zwei Personen in einem von 130 Partnerhotels von Urlaubsbox® (die Auswahl des Hotels obliegt dem Gewinner) inkl. Frühstücksbuffet und 80 Euro Wertgutschein für individuelle Hotelleistungen.

Wir wünschen viel Glück!

weiße Obstbaumpracht	Opernlied	nord. Nutztier	Notlage	Bürde	Wandverzierungsstreifen	Zeichen für Europa	Sitz ohne Lehne	Stadt im Kanton Bern	Schmetterling, Nachtfalter	Koseform v. Katharina	sich für etwas einsetzen	1	ein Insekt
Stadt in der Emilia-Romagna				Festival									glorreiche Phase
entlastendes Urteil							11	6	aus tiefstem Herzen				
vor langer Zeit				5	Krach, Radau	Teil des Beschlags (Pferd)	14						
		Schmiedeblock	platzieren					Gärfutterbereitung	früherer türkischer Titel				
spanischer Ausruf	Stadt in Nordfrankreich					4	dt. Strom zur Nordsee	kokeln, brennen, schwelen					8
				engl.: EDV-Anwender	eh. islam. Minister	gr. Kunstgöttin				griech. Göttin, Zeus-Gemahlin			Wiederkäuer
ein Nordbelgier	13	fertig gekocht	Kinderbuchfigur	Vorsilbe: gleich...				leichter, offener Einspanner	Spielkartenfarbe	12			
Selbstsuch, Eigenliebe						3	Kunstsammlung, -handlung		7				
Trinkgefäß	2			wunschlos glücklich					Kurzform von Renate				
			10				geschickt, smart					9	s1712-4
Beliefter	LÖSUNG:												

Schreiben Sie einfach das Lösungswort, Ihre Anschrift und den **Namen Ihres HÖREX Akustikers** auf eine ausreichend frankierte Postkarte und schicken Sie diese an: HÖREX Hör-Akustik eG, Stichwort: „Preisrätsel HÖREXperten Magazin“, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal. Einsendeschluss ist der 29. Februar 2024. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung.

Wir gratulieren der Gewinnerin des letzten Preisrätsels: Renate Laus. Das Lösungswort der letzten Ausgabe lautete: SOMMERSTERNENNACHT.

Gewinnspielveranstalter für alle teilnehmenden HÖREX Mitgliedsunternehmen ist die HÖREX Hör-Akustik eG, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal. **Teilnahmeberechtigt** sind natürliche Personen ab einem Mindestalter von 18 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind alle Mitarbeiter und Berater der HÖREX Hör-Akustik eG und der HÖREX Mitgliedsunternehmen sowie deren Angehörige. Weitere Informationen unter www.ihre-hoerexperten.de/hoerexperten-magazin-gewinnspiel.

NEUES ENTDECKEN, GEMÜTLICHKEIT GENIESSEN

Was braucht der Mensch für einen gelungenen Tag? Darauf mag jede und jeder eine andere Antwort haben. **Gegen einen tollen Ausflug, ein leckeres Essen und einen gemütlichen Abend gibt's jedoch selten Einwände.** Fünf Ideen, wie man sich den Tag verschönern kann.

SCHLUSS MIT KALTEN FÜSSEN

Raus aus den Schuhen, rauf aufs Sofa, Zeit für Gemütlichkeit. **Das Einzige, was stört, sind die kalten Füße, die einfach nicht warm werden wollen. Was ziemlich sicher hilft, ist ein kuscheliger Fußwärmer.** Besonders wohltuend wird's, wenn der Fußwärmer mit einer Massagefunktion ausgestattet ist. Die Vibrationen regen die Durchblutung an und sorgen für zusätzliche Wärme.

www.beurer-shop.de



DEUTSCHLAND NEU ENTDECKEN

Glücksburg, Pirna, Wuppertal, Schwäbisch Hall: Städte, deren Namen die meisten Menschen kennen, die sie aber noch nie besucht haben. Der Bildband „More Secret Citys Deutschland“ macht Lust, all diese Orte zu entdecken. Das Buch nimmt seine Leser mit auf eine Reise vom Norden in den Süden, vom Westen in den Osten und porträtiert auf diesem Weg „50 charmante Städte abseits des Trubels“, wie es auf dem Cover heißt. Es gibt Einblicke in die Geschichte der jeweiligen Orte, stellt ihre architektonischen und kulinarischen Besonderheiten vor und verweist auf einzigartige Naturdenkmäler. Wer Deutschland neu erkunden möchte – sei es für einen Tag, ein Wochenende oder länger – findet in diesem Bildband viel Inspiration.

www.bruckmann-verlag.de



LEBEN UND GENIESSEN

GUTE AUSSICHTEN

Ein Spaziergang mit Abenteuer: **Das erwartet Naturliebhaber auf diversen Baumwipfelpfaden in ganz Deutschland.** Da gibt es zum Beispiel den 1.200 Meter langen Waldwipfelweg Sankt Englmar im Bayerischen Wald, der auch mit Kinderwagen oder Rollstuhl gut befahrbar ist. Von der Aussichtsplattform in 52 Metern Höhe kann man eine Rundumsicht auf den Bayerischen Wald genießen, je nach Wetterlage scheinen die Alpen zum Greifen nah. Hoch hinauf geht es auch auf dem barrierefreien Baumkronenpfad Ivenacker Eichen in Mecklenburg-Vorpommern. Er ist umgeben von den ältesten Eichen Deutschlands. Einen Überblick über die schönsten Baumwipfelpfade finden Sie online zum Beispiel hier:

www.adac.de/reise-freizeit/reiseplanung/inspirationen/deutschland/baumwipfelpfade/

PIZZA GEHT IMMER

Essen wie beim Italiener – und das, ohne vor die Tür zu müssen oder das Pizzataxi zu bestellen. Mit einem Pizzaofen für zu Hause gelingt das italienische Nationalgericht, wie es im Idealfall sein sollte: dünn, außen knusprig und innen weich. Die Auswahl an Öfen für den Heimgebrauch ist inzwischen groß. Besonders praktisch kommt der „Delizia“ von G3Ferrari daher: Er backt nicht nur Pizza, sondern auch andere Leckereien wie Focaccia, Flammkuchen oder Brot. Gibt's im gut sortierten Fachhandel oder online z.B. auf www.otto.de.

Mehr Infos hier: www.pizzaofen-g3ferrari.de



PIZZA IN NUR
3-5 MINUTEN: THOMAS
ZEIGT, WIE'S GEHT!



AB IN DIE PILZE

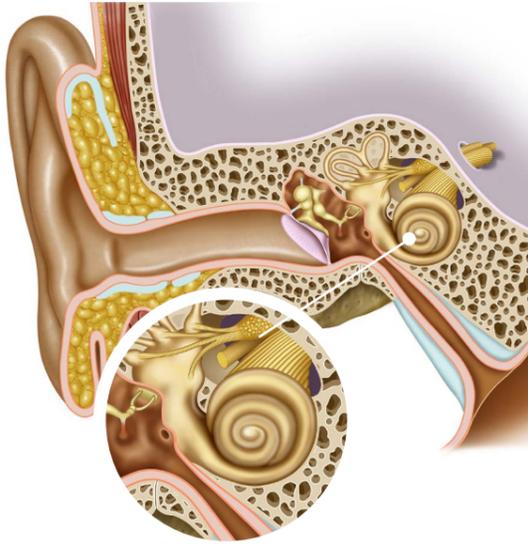
Im Spätsommer beginnt die Pilzsaison. Eine gute Gelegenheit, sich selbst auf die Suche zu machen. Man kann so nicht nur für eine leckere Mahlzeit sorgen, sondern gleichzeitig die Natur genießen. Aber Achtung: Da nicht alle Pilze genießbar sind, sollten sich Sammlerinnen und Sammler vorab gut informieren. Eine Bestimmungshilfe – ob in Buch- oder App-Form – sollte immer dabei sein, genauso wie ein kleines Küchenmesser und ein Korb oder Eimer. Experten raten, immer auf Nummer sicher zu gehen und mit den gesammelten Pilzen eine Pilzberatungsstelle aufzusuchen. Adressen gibt es bei Gemeindeverwaltungen und Gesundheitsämtern. Alternativ bietet sich eine begleitete Pilzwanderungen an oder der Kontakt zu einem Pilzsachverständigen. Eine Liste gibt es unter: www.dgfm-ev.de



ZUM GUTEN SCHLUSS

WUSSTEN SIE, DASS ...

... DIE HÖRSCHNECKE DIE ZENTRALE SCHNITTSTELLE UNSERES GEHÖRS ZUM GEHIRN IST?



Dass die Hörschnecke so heißt, wie sie heißt, ist kein Zufall. Es handelt sich dabei nämlich um einen schneckenförmig gewundenen Hohlraum. Das lateinische Wort für die Hörschnecke lautet „Cochlea“. Zusammen mit dem Gleichgewichtsorgan bildet die Cochlea das Innenohr. **Die Hörschnecke ist bei Erwachsenen zwar nur in etwa so groß wie eine Erbse, leistet aber Gewaltiges.** In der Cochlea befinden sich tausende winzige Härchen, die eingehende Schallwellen in Nervenimpulse umwandeln und über den Hörnerv an das Gehirn weiterleiten. **Damit ist die Hörschnecke die zentrale Schnittstelle unseres Gehörs zum Gehirn. Werden die Härchen in der Cochlea beschädigt, funktioniert auch unser Gehör nicht mehr einwandfrei.** Das kann zum Beispiel durch zu viel Lärm passieren. Und je älter wir werden, desto stärker werden auch die Härchen in der Hörschnecke in Mitleidenschaft gezogen. Die Folge: Wir hören schlechter. **Was in aller Regel hilft, sind Hörsysteme.**

www.initiative-hoergesundheit.de/eurotrak

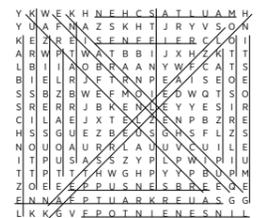


Wie Sie sehen, sehen Sie nichts.



RÄTSELAUFLÖSUNG

Buchstabensalat I S. 10



Giterrätsel I S. 13

TASCHE SCHRULLE
R E C H I C A G O S T A L L
U C H I C A G O S T A L L
E S S Y A
B R E M S E R S K E P S I S
E L I N T S
E S K I J A C K E
B N I P I E
L A D U N G A B P L A G E N
I I O O F T
Z W E I E R B O B I E E
Z M M B P L I
A I A G N A D E N L O S
R L L H
D I E N S T I N D I Z I E N

Sudoku I S. 10

leicht	8 6 2 1 4 3 9 5 7	mittel	4 7 5 1 9 6 2 8 3
	5 7 3 9 8 6 4 1 2		8 9 2 3 4 5 6 7 1
	4 1 9 5 2 7 3 8 6		6 1 3 7 8 2 9 5 4
	2 9 7 8 5 4 6 3 1		9 3 4 2 7 1 5 6 8
	1 5 4 3 6 9 2 7 8		7 2 6 4 5 8 3 1 9
	3 8 6 7 1 2 5 9 4		1 5 8 6 3 9 4 2 7
	6 3 1 2 9 8 7 4 5		5 6 9 8 1 3 7 4 2
	7 4 8 6 3 5 1 2 9		3 4 1 5 2 7 8 9 6
	9 2 5 4 7 1 8 6 3		2 8 7 9 6 4 1 3 5

Zahlenrätsel I S. 15

POOL LUIK LAPTOP RAMA
EKLOGE NAMIBIA OKULAR
STER NASS NORMAL LELLA
TAGEBAU PAAR ADDITIV
VTRUDEAU DARRE LAEN
AEROE IRRSINN ERWINNE
BO AVONT ENNS AACOS
BUSUKI TIRANA SELLERS
AGEN EREMIT LUECKE A
LSELA MAHLENKI WANO
MISEBROE INKORN GR
OPRAHA BENNA REGOIST
OMALETTIN DASI GDEMO
SIENA TELEGEN LATERAL
CHARLES RRRATTLE ERA
THERME LAGUNE I HINAN
RANK OFARI MMUSKEL LG
AEMORNE GEBE INOREADE
ELIS OHIO AMERIKA NN
NNEER STAUB A ANALOG
ENTLESEN LOTTI DEKA
ERIS PRUSTEN UNWEIT
ORIGAMI TAUMELN ELTER
LAGOS KLAGE GE I ERTER
MERSTE HERZASS TANT

Kreuzwort-Zahlenrätsel
1=N, 2=I, 3=M, 4=S, 5=K, 6=A, 7=H, 8=V,
9=P, 10=D, 11=U, 12=G, 13=L, 14=E, 15=O,
16=F, 17=Z, 18=B, 19=W, 20=R, 21=C, 22=T

Schwedenrätsel I S. 12

R A U O G
EKELGRASSTEPPE
LONGDRINKEILAND
ENDEI LAMINATE
DAZUSPEER LKINN
SERVUS GNEBANAN
RENO P OELER T C
TSPORN P STAHL
KRAKE D BADEENTE
OLAE SE OUL T T
ITALIEN E KULANZ
MINE N PRAEPARAT
PORTFOLIO GWEHE
VENETER N REVISOR
RI I U D I P O L N S
E I S R E V U E S S E K T E
L I N E A R Z L I F T A D
N D R E U I G A L L E E
M E G A F O N B R I T I N
E I N E R D K A E L T E N N
S Z G E L E N U B A S E
S A E B E L N O L T E N N I
O R I O N A N N O L E D I G
U M T R I E B E G E B I R G E
R I E G E U R N E A D E L N
I N N A U S

Fehlerteufel I S. 11



Binoxxo I S. 13

leicht	x o x x o x o x o x	mittel	x o o x x o o x x o
	x o o x o x o x o x		x o x o o x o x o x
	x o x o o x o x o x		x o x o o x o x o x
	x o x x o o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x
	x o x o x o x o x o		x o x o o x o x o x

Wabenrätsel I S. 14

1 Trauma, 2 Balsam, 3 Salami, 4 Silber, 5 stumpf, 6 Muskel, 7 Kaelte, 8 Rivale, 9 Spiess, 10 Teiler, 11 Retter, 12 Tapete, 13 Gaemse, 14 getreu, 15 Verrat, 16 Testat

Silberrätsel I S. 14

1 Doppelkinn, 2 Innigkeit, 3 Essbarkeit, 4 Spielsachen, 5 CD-Player, 6 Hypothek, 7 Oberhirte, 8 Entgegnung, 9 Notwehr - Die schoene Galathee

Jetzt fast unsichtbare
Im-Ohr-Hörgeräte testen!

Ganz nach dem Motto: gutes Hören muss man nicht sehen. Testen Sie jetzt selbstverständlich kostenfrei die winzigen Im-Ohr-Hörgeräte von Sonic.

Exklusiv bei den
HÖRExperten
ihre-hoerexperten.de

SONIC
Everyday Sounds Better
www.sonici.de

LEISTUNGEN UND SERVICES IHRES HÖREXperten

Als HÖREXperte legen wir größten Wert darauf, unsere Kunden kompetent, freundlich und individuell vor Ort zu beraten. Regional verwurzelt und bekannt zu sein, für innovative Lösungen und engagierten Service geschätzt zu werden – all das ist für uns elementar wichtig. Deshalb bieten wir Ihnen nicht nur eine optimale Beratung und Versorgung, die genau zu Ihren Wünschen und Vorstellungen passt, sondern auch viele Serviceleistungen, die sich für Sie lohnen:

- **Qualitätsanbieter aller Marken:**

Neben dem Exklusivvertrieb von TELEFUNKEN und Sonic führen wir stets eine attraktive Produktpalette mit den neuesten Hörgeräten aller namhaften Hersteller.

- **Großes Zubehör-Sortiment:**

Bei Ihrem HÖREXperten erhalten Sie alles, was Sie zum guten Hören benötigen: Batterien, Reinigungs- und Pflegeprodukte, Signalanlagen, Telefone, TV-Zubehör und vieles mehr.

- **Gehörschutz:**

Um Ihre Ohren und Ihren Hörsinn zu schützen, bieten wir individuellen Gehörschutz für Freizeit und Beruf oder Spritzwasserschutz zum Schwimmen.

- **Kompetente Beratung:**

Eine umfassende und verständliche Hörberatung zu allen Fragen des guten Hörens und zu den Leistungen der Krankenkassen ist für uns selbstverständlich.

- **Selbstverständlich kostenloser professioneller Hörtest:**

Unser selbstverständlich kostenloser Hörtest verschafft Klarheit, ob Ihnen eventuell feine Nuancen beim Hören entgehen.

- **Kostenloses Probetragen:**

Um ganz sicher zu sein, dass Sie die richtige Hörlösung gefunden haben, können Sie die angepassten Hörgeräte ausleihen und in aller Ruhe testen, ob sie perfekt zu Ihnen und Ihrem Lebensstil passen.

- **Kostenloser Hörgeräte-Funktionstest:**

Bei einem umfassenden Funktionstest überprüfen wir kostenlos das Gehäuse, den Sitz und die Beschaffenheit – und ob Ihre Geräte einwandfrei funktionieren.

- **Kostenlose Leihgeräte:**

Falls Ihre Geräte einmal zum Service müssen, erhalten Sie für die Zeit der Reparatur kostenfrei ein gleichwertiges Ersatzgerät – bis Ihr eigenes Gerät wieder verfügbar ist.

- **Markenübergreifender Reparaturservice:**

Im Reparaturfall sind Sie bei uns in den besten Händen – denn jeder HÖREXperte bietet für Hörgeräte aller Marken den entsprechenden Reparaturservice an.

- **Reinigungs- und Wartungsservice:**

Eine fachmännische Reinigung und Wartung der Hörgeräte gewährleistet eine optimale Funktion – ein Service, für den Sie bei uns stets an der richtigen Adresse sind.

- **Kostenlose Garantieabwicklung:**

Bei einer Reparatur während der Garantiezeit leiten wir gerne alles Erforderliche in die Wege, um Ihre Garantieansprüche beim Hersteller zu sichern.

Wir sind

HÖREXPERTEN

ihre-hoerexperten.de