

Das tägliche HOROSKOP

WIDDER (21.3.-20.4.)

Widmen Sie Ihrer Körperpflege etwas mehr Aufmerksamkeit. Gönnen Sie sich bald eine Rundumverwöhnung mit allem Drum und Dran. Danach fühlen Sie sich wie neu geboren!

STIER (21.4.-20.5.)

Ihre schönste Charaktereigenschaft ist Ihre Großzügigkeit. Wird sie manchmal ausgenutzt, sei's drum. Ärgern Sie sich nicht, sondern bleiben Sie, wie Sie sind.

ZWILLINGE (21.5.-21.6.)

Viele Dinge geschehen ohne unser Zutun. Folglich sind wir nicht daran schuld. Das sollten Sie sich klarmachen, wenn Sie jetzt der große Weltjammer überkommt.

KREBS (22.6.-22.7.)

Jeder Mensch hat seine kleinen Schwächen. Doch übertreiben Sie es nicht! Ob sich eine liebe Gewohnheit zu einem Suchtproblem auswächst, kommt auf die Dosis an.

LÖWE (23.7.-23.8.)

Wann waren Sie zuletzt in einem Schwimmbad? Wäre es nicht schön, im warmen Wasser zu planschen? Nichts hindert Sie, bei nächster Gelegenheit schwimmen zu gehen.

JUNGFRAU (24.8.-23.9.)

Sie dürfen sich in diesen Tagen ruhig einmal wieder verwöhnen. Tun Sie etwas, was Sie sonst nie tun würden. Was das sein könnte, wissen Sie selbst am besten.

WAAGE (24.9.-23.10.)

Ihre Garderobe könnte noch ausgebaut werden. Haben Sie ruhig etwas mehr Mut zur Farbe! Immer nur die gedeckten Erdtöne sind auf die Dauer doch langweilig und fade.

SKORPION (24.10.-22.11.)

Das Geld sitzt Ihnen zurzeit sehr locker. Es ist gut, wenn Sie sich etwas gönnen, aber Sie sollten es nicht übertreiben. Ihr Kontostand wird es Ihnen danken.

SCHÜTZE (23.11.-21.12.)

Jemand möchte Ihnen zusätzliche Arbeit aufladen. Lassen Sie das nicht zu! Indem Sie ruhig und höflich auf Ihr eigenes Pensum hinweisen, setzen Sie neue Grenzen.

STEINBOCK (22.12.-20.1.)

Jemand, an den Sie schon lange nicht mehr gedacht haben, wird sich bei Ihnen melden. Seien Sie vorsichtig! Ein Treffen könnte sich durchaus als Fehler erweisen.

WASSERMANN (21.1.-19.2.)

Die Sorgen des Alltags lasten derzeit schwer auf Ihren Schultern. Schaffen Sie einen Ausgleich. Gönnen Sie sich etwas Besonderes und lassen Sie die Seele baumeln.

FISCHE (20.2.-20.3.)

Jeden Morgen erwarten Sie unzählige Aufgaben und Bürden. Setzen Sie Prioritäten. Erledigen Sie erst die wichtigen Dinge. Manches kann auch einfach liegen bleiben.

Die täglichen RÄTSEL

Himmelsgewölbe	aus tiefem Herzen	Eintracht	Binnenmeer in Kasachstan	Tongeschlecht	Witzfigur, Gauner	Vogelbrutstätten	herrenloser Straßenhund
chem. Zeichen für Nickel		Cowboyshow					
Himalajabewohner							
ländliche Lebensfreude					Gehalt der Soldaten		
deutsche Vorsilbe		nichts Gutes		stehendes Gewässer			
med.: Atemstillstand	Vesperbild	vorher					süddeutsch: Brötchen
				spanportug. Prinzentitel		deutsche Vorsilbe: schnell	
Kanton der Schweiz		Hundstern	plötzlicher Einfall				
					muslimischer Name für „Jesus“		
TV-Produktion							
				ein Rauschgift		Vulkan auf Hawaii	
ein Planet	Haltevorrichtung		Explosionsgeräusch				
Unterwasser- Tafelberg					inhaltslos		Stamm-mutter der jüd. Könige
			orientalische Rohrflöte		Gibbonart		
lateinisch: Kunst		individ. Bezeichnung				Jupitermond	
Ungebundenheit							
filigran				ungekocht			

Impressum

Tageblatt

44, rue du Canal,
L-4050 Esch-sur-Alzette
Boîte postale 147,
L-4002 Esch-sur-Alzette
Téléphone: +352 54 71 31-1
Fax: +352 54 71 30
E-Mail: redaktion@tageblatt.lu
Editeur:
Editpress Luxembourg S.A.
Directrice générale:
Danièle Fonck
RÉDACTION EN CHEF:
Rédacteurs en chef:
Danièle Fonck (D.F.)
Dhiraj Sabharwal (sab.)
Rédacteur en chef adjoint:
Chris Schleimer (cs)
Secrétaire général de rédaction:
Philip Michel (P.M.)
Secrétaire général adjoint de rédaction:
Christelle Diederich (chd)

o Auflösung des Rätsels der vorigen Ausgabe

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

Chessuku

SPIELREGELN:
Füllen Sie die fehlenden Felder nach dem Prinzip der Springerbewegung (Pferd) im Schach. So ergibt sich die Zahlenreihenfolge von 1 bis 64. Der Zug des Springers (Pferd) erfolgt von seinem Ausgangsfeld immer zwei Felder geradeaus und dann ein Feld nach links oder rechts. Haben sie keinen Fehler begangen, dann muss die Matrix in der Springerbewegung von 1 bis 64 zu durchlaufen sein.

Donnerstag, 1. März 2018 – Nr. 67 – schwer

		17	40				46
	41		11			36	9
	16	43	52	39	34	45	32
	19		1	48			37
	2	53	60		38	31	
20	55	22	49		61		7
3			54		26		
		4	25				

Fragen und Kommentare zum Spiel: chessuku@tageblatt.lu
Erhältlich als App im App-Store (iPhone) und im Play-Store (Android) unter „Chessuku“
Informatik: contact@chessuku.fr

Mittwoch, 28. Februar 2018 – Nr. 66 – schwer

26	5	24	59	28	7	32	53
23	40	27	6	51	54	29	8
4	25	58	39	60	31	52	33
57	22	41	48	55	50	9	30
18	3	56	61	38	47	34	45
21	62	19	42	49	44	13	10
2	17	64	37	12	15	46	35
63	20	1	16	43	36	11	14

Das tägliche GEWINNSPIEL

Bis Samstag: Mutter-, Baby- & Kind-Ratgeber-Tage Heute: Essen & Trinken in der Stillzeit

Wir verlosen vier Ratgeber

Praxisnah, fundiert, unabhängig und empfohlen von Experten sowie von Eltern sind die Ratgeber „Essen & Trinken“ von Ernährungswissenschaftlerin Ingeborg Hanreich, die ich bereits am Montag (Schwangerschaft) bzw. Dienstag (Säuglingsalter) vorgestellt habe und die ich Ihnen noch bis einschließlich Samstag näherbringen werde. Heute: **Essen & Trinken direkt nach der Geburt im Wochenbett bis zum Abnehmen nach der Stillzeit.** „In der Stillzeit bleibt meist wenig Zeit, um sich zu informieren. Deshalb greife ich in meinem Buch das Wichtigste heraus, wie z.B. eine ausgewogene Ernährung, bei Bedarf sofort etwas zu trinken oder eine nahrhafte Energiequelle bereitzuhalten. Damit Sie nicht ungesund essen, hat die Autorin sieben Lebensmittelgruppen, die eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung gewährleisten, sowie einen Tagesspeiseplan zusammengestellt. Besonders interessant: die stärkende „Kraftsuppe nach der Geburt“ und die „Energiekugeln“ mit Eisen, Selen, Kalzium, Magnesium. Auch gibt der Ratgeber Tipps dazu, wie man sich verhalten soll, wenn das Kind Muttermilch abzulehnen scheint sowie Blähungen und einen wunden Po hat. Wie man nach der Stillzeit abnimmt, erfährt man ebenfalls. Bei persönliche Fragen können Sie die Autorin unter folgender Nummer erreichen: (+0043) 1 504 28 29.



Mag. Ingeborg Hanreich, Essen & Trinken in der Stillzeit, Hanreich-Verlag, 48 S., ca. 4,90 Euro. Im Handel sowie über bestellung@hanreich-verlag.at erhältlich.

Schicken Sie, so oft Sie möchten, bis zum **2.3.2018** eine SMS (1 Euro pro SMS + Gebühr) an die **Nr. 64646** mit: **STILLZEIT + Name + vollständiger Adresse.** Editpress-Mitarbeiter dürfen nicht teilnehmen. Rechtsweg ausgeschlossen. Die Ratgeber werden den Gewinnern zugestellt.

Denny Dura

Morgen: „Rezepte & Tipps für Babys Beikost“ (Ratgeber 3)



SUDOKU

SPIELREGELN:
Füllen Sie die Matrix mit Zahlen von 1 bis 9. In jeder der neun Spalten und Zeilen darf jede Ziffer nur einmal vorkommen. Zudem muss jede Zahl in jedem der 3x3-Felder vorkommen. Dopplungen sind nicht erlaubt.
Fragen und Kommentare zum Spiel: sudoku@tageblatt.lu
Lösungen und Tipps gibt es auf: www.sudoku.com

Mittwoch, 28. Februar 2018 – Nr. 45 – schwer

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

Donnerstag, 1. März 2018 – Nr. 46 – schwer

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