

19 Seiten extra
Rätzelteil

Star-News: Franz Beckenbauer Ursula Karven Harald Glööckler

Niederlande € 1,70 / Belgien € 1,70 / Luxemburg € 1,70 / Frankreich € 2,10 / Italien € 2,10 / Spanien € 2,10
Portugal (Cont) € 2,10 / Griechenland € 2,30 / Ungarn ft. 610,- / Slowakei € 2,40 / Slowenien € 2,10

Printed in
Germany

Nr. 51 15. Dezember 2010 Deutschland € 1,50

Österreich € 1,70 / Schweiz sfr. 3,00

**ECHO
DER
FRAU**

**WILLIAM
& KATE**

**Bittere
Demütigung!**

Hält ihre Liebe das aus?

S. 10



THOMAS GOTTSCHALK
Nach dem TV-Drama
Muss er zur Therapie?

S. 8/9

SENSATION!

S. 12/13

Jetzt wird sie Königin!

BORIS & LILLY
zerstört seine
Sucht alles?

S. 15



Kronprinzessin **MARY**
Baby-Alarm
zu Weihnachten S. 4

SYLVIE VAN DER VAART
Hass & Neid! **Sie geht**
durch die Hölle S. 14

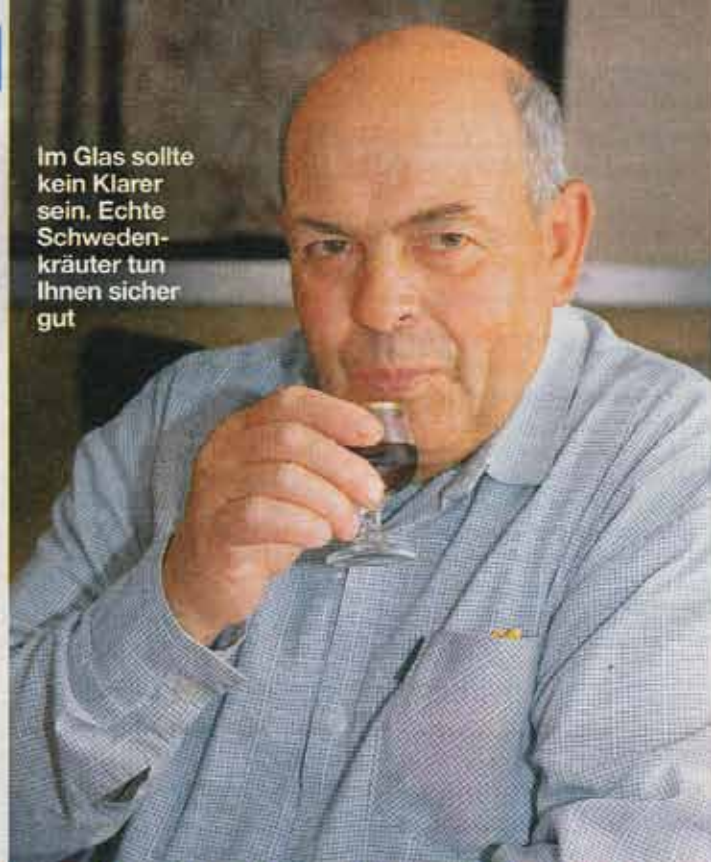


Gerade in ländlichen Gegenden gehört es zu jedem guten Essen, das üppige Mahl mit einem hochprozentigen Schluck abzurunden. Um den Magen aufzuräumen, wie man gern sagt.

Tatsächlich räumt der Alkohol den Magen nicht auf und erleichtert die Verdauung auch in keiner Weise. Solch eine Wirkung besitzen nur ganz spezielle Kräuter, die überdies in einem bestimmten Verhältnis gemischt sein sollten. Dann müssen sie eine Zeit lang in Alkohol ziehen. Der Überlieferung nach stammt das Rezept für die Mischung aus Schweden, die wurde jedoch bereits vor mehr als 300 Jahren in Deutschland als Schwedenbitter oder Schwedenkräuter bekannt.

Darin stecken Aloe, die abführend wirkt, außerdem Angelikawurz gegen Völlegefühl und Blähungen oder Magenkrämpfe. Dann folgen Bitterorange (Pomeranze), ebenfalls gegen Magen-Darmbeschwerden und Silberdistel, die unser Verdauungsorgan stärkt. Weitere natürliche Zutaten sind Enzian und Fenchel, die einer fettreichen Mahlzeit die Schwere nehmen. Galgant aktiviert den Darm, Kampfer gibt dem Kräutermix Geschmack. Lärchenschwamm löst Verstopfung, wie auch Manna. Antiseptisch und entzündungshemmend wirkt Myrrhe. Rhabarber wiederum gehört zu den abführenden Kräutern, wie auch vor allem Sennesblätter, während die beigemischten Safran-

Im Glas sollte kein Klarer sein. Echte Schwedenkräuter tun Ihnen sicher gut



Das alles können Schwedenkräuter

Arzneimittel mit TRADITION



fäden den Geschmack des Kräutertrunks (z. B. Jakobus Schwedenkräuter) abrundet. Den Abschluss bilden Süßholz, das leicht säuerliche Magenbeschwerden lindert, sowie Theriak, das neben einem angenehmen Aroma auch Einfluss auf die Farbe des Heiltrankes hat.

Der schmeckt übrigens ganz und gar

nicht nach Medizin, sondern eher nach einem Genussmittel – sagen Kenner.

Nicht geeignet sind Schwedenkräutermischungen für Kinder und Jugendliche oder Alkoholiker und Personen, mit eindeutigen Leberschäden.

Extratipp: Die umfangreiche Kräutermischung ist nicht allein zur inneren Anwendung gedacht. Heilkundler aus dem Mittelalter verwendeten die Flüssigkeit auch erfolgreich zur Behandlung entzündlicher Hautkrankheiten.

Stark gegen Nagelpilz



Rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Ciclopoli

Patentierter Nagellack mit zuverlässigem Wirkstoff

- + einfach und bequem anzuwenden
- + kein Feilen, kein Nagellackentferner
- + dringt rasch in den Nagel ein
- + beschleunigt das Nagelwachstum
- + praktisch unsichtbar

www.nagelpilz-weg.de

Ciclopoli 8% Nagellack Wirkstoff: Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzinfektionen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die durch Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweise: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Reizwirkungen (z.B. Kontaktdermatitis) möglich. Packungsgrößen: 3,3 ml und 6,6 ml (N1) Stand: Januar 2010. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Taurus Pharma GmbH, 61352 Bad Homburg

Spielerische Bewegung

Mehr SCHWUNG für die ganze Familie



Auf kleinen Karten ist jede Übung erklärt und illustriert

Tests belegen, dass 38 Prozent der Kinder keine zwei Schritte rückwärts balancieren können, ohne zu straukeln. Mit diesem Mangel an Koordinationsfähigkeit stehen sie nicht allein – auch viele

Erwachsene leiden durch stete Fehlhaltung an Gleichgewichtsstörungen. Originelle Mini-Spiele schaffen hier oft Abhilfe. Es gibt schon „Das kleine Fußballspiel“ und „Das kleine Rückenspiel“. Neu ist

„Das kleine Sensomotorikspiel“. Mit diesem Trio vergnügen sich Vierjährige – und lernen dabei spielerisch Bewegung und Haltung – ebenso wie ihre Urgroßeltern. Die Kartenspiele mit genauer, leicht verständlicher Anleitung stecken in Faltschachteln (gut für unterwegs) und kosten knapp 9 Euro. Bezugsquellen unter: post@das-kleine-foerder-spiel.de