

# glücksmagazin

Kostenlose Kundenzeitschrift  
von Sachsenlotto

## Maren Gilzer lebt gesund

TV-Star über Ernährung, Alter und Lotto (Seite 3)

**Mittwoch 03.02.2021 (05. VA)**

**LOTTO 6aus49**

Spielseinsatz 27.384.502,80 €  
Gewinnzahlen Superzahl

3 6 10 12 34 47 9

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:  
34 3 12 10 6 47

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	7.814.979,00 €
Klasse 2 (6)	unbesetzt	1.471.055,00 €
Klasse 3 (5+SZ)	38 x	13.420,10 €
Klasse 4 (5)	331 x	4.592,40 €
Klasse 5 (4+SZ)	2.310 x	182,50 €
Klasse 6 (4)	22.975 x	43,50 €
Klasse 7 (3+SZ)	43.405 x	19,60 €
Klasse 8 (3)	436.529 x	9,20 €
Klasse 9 (2+SZ)	305.230 x	6,00 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

06.01.2021	14 21 32 37 38 44	6
13.01.2021	7 23 26 38 40 43	6
20.01.2021	5 6 11 31 35 42	0
27.01.2021	1 4 15 16 44 45	3

**Spiel 77**

Spielseinsatz 5.301.242,50 €

1 4 5 2 6 5 0

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	5.411.444,10 €
Klasse 2 (6 Endz.)	unbes.	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	18 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	161 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	1.535 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	15.550 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	151.648 x	5,00 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

06.01.2021	7 5 2 7 9 1 1
13.01.2021	3 4 4 4 0 2 6
20.01.2021	6 3 7 0 1 8 0
27.01.2021	3 9 1 1 8 0 0

**SUPER 6**

Spielseinsatz 2.248.143,75 €

1 6 0 0 6 7

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	3 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	18 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	159 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	1.855 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	19.964 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	201.638 x	2,50 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

06.01.2021	7 1 6 0 7 6
13.01.2021	2 4 1 9 2 5
20.01.2021	2 9 2 6 1 1
27.01.2021	8 0 3 1 1 1

**Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Mittwoch)**

1	300	2	305	3	327	4	315	5	297	6	339	7	318
8	309	9	311	10	304	11	319	12	300	13	328	14	317
15	308	16	341	17	299	18	319	19	312	20	299	21	272
22	334	23	324	24	312	25	336	26	333	27	319	28	299
29	298	30	307	31	346	32	285	33	325	34	324	35	309
36	306	37	298	38	346	39	316	40	304	41	332	42	312
43	360	44	328	45	303	46	303	47	313	48	298	49	293

Wie oft gezogen? (2.367 Ziehungen seit 4.6.1986)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 03.02.21 gezogen)

**Samstag 06.02.2021 (05. VA)**

**LOTTO 6aus49**

Spielseinsatz 53.888.422,80 €  
Gewinnzahlen Superzahl

8 12 23 38 41 48 9

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:  
48 8 12 38 41 23

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	11.856.610,70 €
Klasse 2 (6)	3 x	1.467.763,20 €
Klasse 3 (5+SZ)	106 x	9.589,60 €
Klasse 4 (5)	885 x	3.423,70 €
Klasse 5 (4+SZ)	4.638 x	181,20 €
Klasse 6 (4)	43.300 x	46,00 €
Klasse 7 (3+SZ)	77.008 x	22,00 €
Klasse 8 (3)	745.350 x	10,70 €
Klasse 9 (2+SZ)	559.058 x	6,00 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

09.01.2021	7 16 19 20 30 41	5
16.01.2021	1 5 15 35 37 45	3
23.01.2021	12 13 16 18 32 49	7
30.01.2021	6 30 33 36 40 43	1

**Spiel 77**

Spielseinsatz 12.332.020,00 €

6 0 8 1 8 9 4

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	6.288.250,70 €
Klasse 2 (6 Endz.)	unbes.	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	33 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	416 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	4.066 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	40.670 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	437.277 x	5,00 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

09.01.2021	8 6 5 7 8 1 8
16.01.2021	8 4 5 0 7 7 2
23.01.2021	4 5 8 4 8 8 8
30.01.2021	7 7 6 4 9 6 2

**SUPER 6**

Spielseinsatz 5.142.350,00 €

6 4 2 0 2 6

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	7 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	35 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	349 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	3.557 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	38.874 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	380.340 x	2,50 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

09.01.2021	4 0 1 3 6 9
16.01.2021	2 7 8 3 8 2
23.01.2021	9 3 4 0 3 0
30.01.2021	3 1 8 6 9 3

**Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Samstag)**

1	435	2	431	3	439	4	417	5	424	6	453	7	417
8	385	9	425	10	408	11	436	12	409	13	345	14	394
15	389	16	403	17	429	18	417	19	417	20	395	21	413
22	420	23	392	24	414	25	426	26	442	27	436	28	390
29	427	30	409	31	432	32	452	33	435	34	393	35	416
36	432	37	423	38	441	39	414	40	415	41	427	42	437
43	417	44	398	45	366	46	398	47	429	48	431	49	468

Wie oft gezogen? (3.409 Ziehungen seit 9.10.1955)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 06.02.21 gezogen)

**Freitag 05.02.2021 (05. VA)**

**EURO JACKPOT**

Spielseinsatz 45.514.632,00 €  
Gewinnzahlen Eurozahlen

2 3 16 33 46 2 10

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:  
33 46 3 16 2 10 2

Klasse 1 (5+2)	1 x	11.023.761,80 €
Klasse 2 (5+1)	6 x	322.395,30 €
Klasse 3 (5+0)	6 x	113.786,50 €
Klasse 4 (4+2)	49 x	4.644,30 €
Klasse 5 (4+1)	790 x	259,20 €
Klasse 6 (4+0)	1.654 x	96,30 €
Klasse 7 (3+2)	2.011 x	67,80 €
Klasse 8 (2+2)	28.731 x	24,50 €
Klasse 9 (3+1)	35.500 x	19,20 €
Klasse 10 (3+0)	66.941 x	14,60 €
Klasse 11 (1+2)	148.682 x	11,90 €
Klasse 12 (2+1)	511.044 x	8,50 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

08.01.2021	8 22 25 38 50	8 9
15.01.2021	10 19 32 36 46	4 6
22.01.2021	38 40 41 46 48	2 6
29.01.2021	16 30 33 36 43	4 8

**Jackpot am 12.02.2021: 10 Mio. €**

**Gewinnzahlen Statistik 5aus50**

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

**Eurozahlen Statistik 2aus10**

1	89	2	90	3	101	4	102	5	107
6	93	7	98	8	113	9	76	10	62

Wie oft gezogen? (nach 464 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen

\* Spielbar seit dem 10.10.2014

Annahmeschluss: Mittwochsziehung LOTTO 6aus49 18:00 Uhr; Samstagsziehung LOTTO 6aus49 19:00 Uhr / Ziehung der Gewinnzahlen auf www.lotto.de: Mittwoch, 18:25 Uhr und Samstag, 19:25 Uhr / Bekanntgabe der Gewinnzahlen: ZDF am Mittwoch, 18:54 Uhr und ARD am Samstag, 19:57 Uhr. Freitagsziehung Eurojackpot 18:45 Uhr / Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf www.lotto.de. Die Ziehung der Gewinnzahlen hängt allein vom Zufall ab. Die statistische Häufigkeit der gezogenen Zahlen hat keinen Einfluss auf die Ziehungswahrscheinlichkeit. Alle Angaben, Ergebnisse und Quoten ohne Gewähr. Spielteilnahme erst ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen. Infos unter kostenloser Hotline 0800/137 27 00 und www.lotto.de.

Gewinnchancen Klasse 1: **LOTTO 6aus49** 1 zu rd. 140 Millionen **Spiel 77** 1 zu 10 Millionen **SUPER 6** 1 zu 1 Million **EURO JACKPOT** 1 zu rd. 95 Millionen

## Maren Gilzer startet als Gesundheitsunternehmerin durch

# „Ich habe kein Problem mit meinem Alter“

**Sie war in den 1980er Jahren ein gefragtes Model, wurde durchs Glücksrad bekannt und flimmerte „In aller Freundschaft“ als Schwester Yvonne über die Bildschirme: Maren Gilzer ist aus dem deutschen Fernsehen nicht wegzudenken. Jetzt startet sie als Gesundheitsunternehmerin durch. Anlass genug, uns mit ihr zum Interview zu verabreden.**

**glüXmagazin:** 15 Jahre als Schwester Yvonne „In aller Freundschaft“ – ist das die Brücke zu Ihrer jetzigen Tätigkeit?

**Maren Gilzer:** Einige medizinische Dinge habe ich da auf jeden Fall gelernt. Aber es hat insgesamt mit meinem Beruf zu tun. Wer selbständig ist, kann es sich nicht leisten, krank zu werden. Und beim Fernsehen muss man sowieso darauf achten, fit und in Form zu bleiben. Im Zweifel fällt bei Krankheit der ganze Dreh aus – das will niemand verantworten. Deshalb habe ich mich immer sehr für gesunde Ernährung interessiert, die mich gesund hält und mir hilft, mein Gewicht zu halten. Denn im Fernsehen sieht man eigentlich immer nach fünf Kilo mehr aus.

**glüXmagazin:** Ist es Ihnen schwer gefallen, Ihr Gewicht zu halten?

**Maren Gilzer:** Das ist mir nie schwer gefallen, bis ich 45 Jahre alt war. Dann habe ich gemerkt, dass ich kontinuierlich ein bisschen zunehme (*lacht*) – die „Urlaubskilos“ wären dann auch nicht mehr von alleine verschwunden.

**glüXmagazin:** Was hat Sie dann veranlasst, Unternehmerin für Gesundheitsprodukte zu werden?

**Maren Gilzer:** Wenn es dann doch mal im Hals gekratzt hat und ich mich in der Apotheke habe beraten lassen, fand ich es sehr frustrierend, dass dann immer gleich die Chemiekeule zum Einsatz kommen sollte. Etwas zur Vorbeugung, natürlich und biologisch, das hat mir in der Apotheke immer gefehlt.

**glüXmagazin:** Sie sind letztes Jahr 60 geworden, hat das etwas mit Ihnen gemacht?

**Maren Gilzer:** Nö. Ich habe meine Geburtstage schon immer gerne gefeiert und ich

habe kein Problem mit meinem Alter. Viele Schauspielerinnen machen aus ihrem Alter ein Geheimnis. Ich gebe offen zu, wie alt ich bin.

**glüXmagazin:** Was ist Glück für Sie?

**Maren Gilzer:** Zufriedenheit im Alltag. Wenn ich es schaffe – und das gelingt mir meistens – mit der Situation, in der ich bin, zufrieden zu sein. Wenn ich gesund bin und mit meinem Mann Zeit verbringe. Wenn alles im Fluss ist und wir zwischendurch auch noch verreisen können.

**glüXmagazin:** Was fällt Ihnen zu Lotto ein?

**Maren Gilzer:** Ich habe ein Abonnement (*lacht*). Meine Oma hat immer Lotto gespielt, sie hatte einen guten Schnitt, sehr regelmäßig drei und vier Richtige.

**glüXmagazin:** Was würden Sie machen, wenn Sie den Jackpot gewinnen würden?

**Maren Gilzer:** Dann würde ich nur noch arbeiten, wozu ich Lust habe. Ich arbeite sehr gerne, aber es ist ein Unterschied, ob man arbeitet, um Geld zu verdienen oder weil man es möchte.

*Das Interview führte Sabine Kohnle*



# Diamantenfieber bei Sachsenlotto

Der Diamant gehört zu den wertvollsten und begehrtesten Edelsteinen der Welt. Jetzt können die edlen Steine auch bei Sachsenlotto zum wertvollen Gewinn führen: Mit der „Diamant 7“, dem hochkarätigen Neuzugang bei den Rubbellosen.

„Der Höchstgewinn von einer Million Euro macht die ‚Diamant 7‘ in Sachsen einzigartig“, sagt Sachsenlotto-Geschäftsführer Frank Schwarz. „Mit ihrer äußerst hochwertigen Gestaltung und dem großen Format ist sie das neue Premium-Los für besondere Momente.“

## Das große Los

Auf dem Los können 20 Diamanten freigerubbelt werden. Erscheint unter einem Rubbelfeld die Glückszahl 7, wird der nebenstehende Betrag gewonnen. Bei einer 77 wird der nebenstehende Betrag doppelt gewonnen. Auf jedem Los gibt es eine EXTRA CHANCE mit einem möglichen Sofortgewinn von 50 Euro. Der Lospreis beträgt 20 Euro.

„Wer ein besonderes Geschenk sucht, ist mit der ‚Diamant 7‘ gut beraten. In den Sachsenlotto-Annahmestellen sind jetzt auch die passenden Geschenkhüllen vorrätig“ empfiehlt Frank Schwarz mit Blick auf den Valentinstag.

### Samstag 06.02.2021 (05. VA)



Spieleinsatz		4.695.183,50 €
Klasse 1:.....9	=	88.710,4 x 10 €
Klasse 2:.....68	=	10.882,6 x 25 €
Klasse 3:.....129	=	1.019,8 x 100 €
Klasse 4:.....7900	=	60,5 x 1.000 €
Klasse 5:.....38639	=	11,4 x 10.000 €
Klasse 6:.....285079	=	3,0 x 100.000 €
.....737065	=	
		Gewinn 2,1 Mio. €
Klasse 7:.....0037805	=	unbes. bzw. 10.000 € monatlich 20 Jahre lang

Annahmeschluss samstags 19:00 Uhr  
Gewinnchance Klasse 7: 1 zu 10 Millionen

In einigen Bundesländern können Anteile an GlücksSpirale-Losen gespielt werden. Anfallende Gewinne werden entsprechend den erworbenen Anteilen ausbezahlt. Daher werden die GlücksSpirale-Gewinne mit einer Stelle nach dem Komma ausgewiesen.



## Die „Diamant 7“ auf einen Blick:

- Spitzengewinn 1 Million Euro (Chance 1 : 750 000)
- 21 Gewinnchancen auf einem Los
- Mehrfachgewinne sind möglich
- Erstes 20 Euro-Los in Sachsen
- Erhältlich in 1 200 Sachsenlotto-Annahmestellen inkl. der Rubbellos-Automaten sowie auf sachsenlotto.de und in der App



Spielteilnahme ab 18 Jahren.  
Glücksspiel kann süchtig machen.  
Nähere Informationen unter [www.lotto.de](http://www.lotto.de)  
Hotline der BZgA: **0800 1 372 700**  
(kostenlos und anonym)

# KENO

Montag, 01.02.2021	2	10	16	17	19
	21	22	23	28	29
	30	31	34	40	42
	49	57	61	65	68

<b>plus 5</b>	3	1	4	5	2
---------------	---	---	---	---	---

Dienstag, 02.02.2021	10	12	26	29	33
	34	37	38	39	40
	42	45	48	49	50
	53	56	59	66	69

<b>plus 5</b>	1	2	7	7	1
---------------	---	---	---	---	---

Mittwoch, 03.02.2021	2	9	13	14	23
	28	31	32	34	41
	44	49	50	56	59
	60	63	64	65	66

<b>plus 5</b>	9	9	9	6	1
---------------	---	---	---	---	---

Donnerstag, 04.02.2021	1	2	3	5	6
	7	10	19	21	24
	27	32	41	43	44
	45	47	64	66	70

<b>plus 5</b>	2	9	8	1	4
---------------	---	---	---	---	---

Freitag, 05.02.2021	1	7	12	14	23
	24	25	26	31	33
	35	38	43	45	47
	59	60	61	64	70

<b>plus 5</b>	5	7	3	2	6
---------------	---	---	---	---	---

Samstag, 06.02.2021	1	4	13	17	18
	19	24	29	30	35
	41	46	47	52	59
	61	62	63	67	69

<b>plus 5</b>	0	6	6	0	6
---------------	---	---	---	---	---

Sonntag, 07.02.2021	3	6	16	17	22
	31	32	34	35	39
	42	44	46	47	48
	50	60	62	63	67

<b>plus 5</b>	6	8	0	9	7
---------------	---	---	---	---	---

### 05. Veranstaltung (01.02. - 07.02.2021)

KENO Spieleinsatz:	3.204.301,00 €
KENO Gewinnsumme:	1.524.656,00 €
plus 5 Spieleinsatz:	243.504,00 €
plus 5 Gewinnsumme:	105.502,00 €

### Ziehungsstatistik

Wie oft gezogen? (Basis 2.2.2004, 5.885 Ziehungen)

11663	21754	31677	41610	51626	61666	71700
81696	91711	101715	111680	121668	131653	141663
151693	161682	171665	181692	191655	201721	211689
221628	231642	241691	251690	261696	271720	281677
291730	301643	311679	321733	331755	341652	351647
361698	371644	381722	391692	401677	411694	421637
431699	441706	451652	461639	471659	481668	491746
501700	511662	521693	531732	541651	551715	561665
571684	581709	591687	601719	611599	621628	631695
641755	651665	661702	671621	681663	691668	701692

Chance auf den Spitzengewinn (Keno-Typ 10) = 1:2.147.181

KENO-Annahmeschluss täglich 18:50 Uhr, KENO-Ziehung täglich 19:10 Uhr live im Internet: [www.keno.de](http://www.keno.de) bzw. [www.sachsenlotto.de](http://www.sachsenlotto.de), Gewinnzahlen im MDR-Video-Text Seite 599.

TV-Tipp: Sonntag, 14. Februar, 20:15 Uhr, Sat.1



# A Star is Born

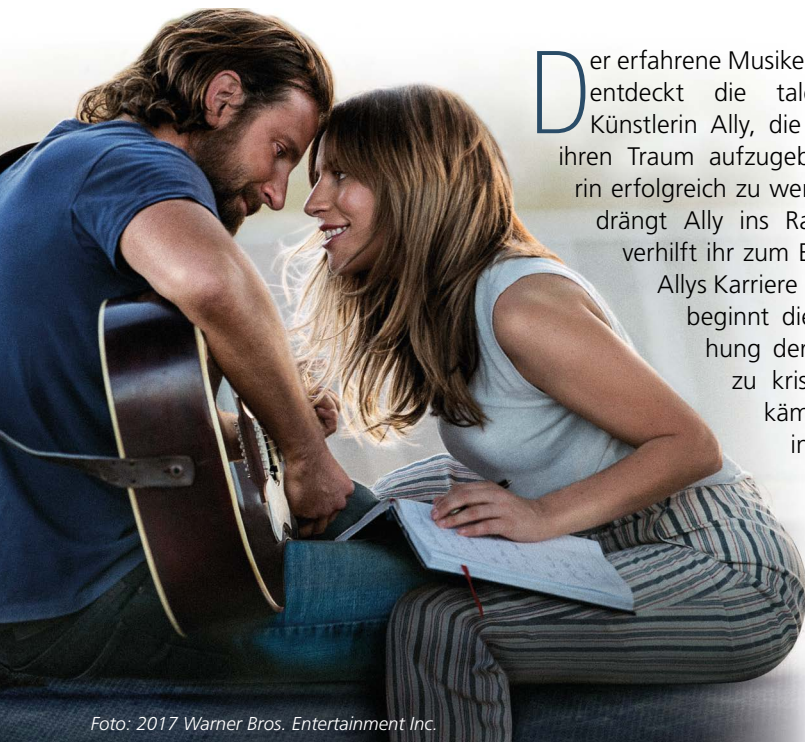


Foto: 2017 Warner Bros. Entertainment Inc.

Der erfahrene Musiker Jackson Maine entdeckt die talentierte junge Künstlerin Ally, die kurz davor ist, ihren Traum aufzugeben, als Sängerin erfolgreich zu werden. Doch Jack drängt Ally ins Rampenlicht und verhilft ihr zum Erfolg. Während Allys Karriere Fahrt aufnimmt, beginnt die private Beziehung der beiden jedoch zu kriseln, denn Jack kämpft gegen innere Dämonen und seine Alkoholsucht.

## Flink und sauber durch die City

Im dichten Stadtverkehr schnell vorankommen und am Ziel kein Problem bei der Parkplatzsuche: Elektroroller sind die umweltfreundliche und praktische Alternative zum Auto auf kurzen und mittellangen Strecken. Ihre Stärken spielen die elektrisch angetriebenen Fahrzeuge aus, wenn man am Samstag in die City möchte, ins Büro oder noch schnell zum Einkaufen. Die SAXXX Escoter E1R und E2R von SFM etwa verfügen über eine Leistung von vier Kilowatt. Bei einer Geschwindigkeit von über 80 Stundenkilometern reichen die Lithium-Ionen-Akkus für Strecken von ca. 100 Kilometern, mit zwei Akkus sind bis zu 150 Kilometer drin. Die Akkus können zu Hause oder im Büro an einer herkömmlichen Steckdose aufgeladen werden.

Info: [www.sfm-bikes.de](http://www.sfm-bikes.de)



Foto: djd-mk/SFM

– Anzeige –

Lia Louis

## Jedes Jahr im Juni



Für Emmie ist Lucas die ganz große Liebe – seit dem Tag, als sie einen roten Luftballon mit einem Brief in den Himmel steigen ließ und Lucas ihr antwortete. Emmie weiß, dass er ihr Seelenverwandter ist, und doch hat sie es nie übers Herz gebracht, Lucas ihre Gefühle zu gestehen. Jedes Jahr treffen sich die beiden am selben Ort. Jedes Jahr hat er ein ganz besonderes Geschenk für sie. Und jedes Jahr hofft Emmie aufs Neue, dass Lucas sich auch in sie verlieben wird. Doch dieses Jahr ist alles anders. Denn was Lucas ihr verkündet, lässt Emmies Herz in tausend Stücke zerbrechen. Hat sie ihn damit für immer verloren?



## Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 5 x 1 Buch „Jedes Jahr im Juni“. Wenn Sie gewinnen möchten, beantworten Sie folgende Frage: **Wie heißt Emmies große Liebe?** Die Versandadresse sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 9. Einsendeschluss: 15.02.2021, Kennwort: Buch-Tipp.

## Valentinstag – Feiertag der Verliebten

# Wie wäre es mit Diamanten von Sachsenlotto

Für viele glückliche Paare ist der kommende Sonntag ein Feiertag: Während sich draußen zaghaft der Frühling ankündigt, „erwärmt“ der Valentinstag Herz und Seele der Menschen. Der 14. Februar ist der Tag der Verliebten und das in vielen Ländern auf der ganzen Welt.

Neben Blumen können Sie Ihre oder Ihren Liebste(n) auch mit einem unkonventionellen Glücksgeschenk überraschen, nicht immer müssen es Pralinen sein. Es gibt auch etwas besonders Wertvolles ohne Kalorien aber mit vielen Gewinnchancen.

Die neue „Diamant 7“ ist ein außerordentliches Valentinstagsgeschenk: Das funkelnden 20 Euro-Rubbellos brilliert mit der Chance auf eine Million Euro. Jedes Los der „Diamant 7“ hält 21 Gewinnchancen bereit, sodass Sie sich vielleicht schon bald den nächsten gemeinsamen Liebesträum erfüllen können. Um das Valentinstagspräsent perfekt abzurunden, gibt es in den teilnehmenden Annahmestellen zusätzlich eine passende Geschenkhülle.

Die romantischen Wurzeln des Valentinstages reichen übrigens bis in die Antike zurück. Der Brauch beruht auf dem Gedenktag der römischen Göttin Juno als Schutzherrin der Ehe und Familie. Im Mittelalter wurden solche Traditionen dem christlichen Glauben angepasst. So wurde beim Valentinstag der Todestag des heiligen St. Valentin – des Bischofs von Terni in Italien – gewählt. Er war ein Vertrauter der Verliebten und verband im zweiten Jahrhundert heimlich Liebespaare.



Abb. Gratis-Geschenkhülle

# Rubbellose

Am 14. Februar ist Valentinstag.

Das große Los für die große Liebe.

20€ GEWINNE BIS ZU 1 MILLION €

**DIAMANT**

LOTTO SACHSENLOTTO

Das Glück ist so nah.

Höchstgewinn 1 Mio. €. Es gilt der Gewinnplan 06. Chance auf den Höchstgewinn 1:750.000. Vollständiger Einsatzverlust möglich. Losabbildung nicht maßstabsgetreu.

In allen Annahmestellen, mit der App oder auf [sachsenlotto.de](http://sachsenlotto.de)

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Verantwortungsbewusst spielen. Glücksspiel kann süchtig machen! Nähere Informationen unter: BZgA 0800 1372700 (kostenlos und anonym) und [www.sachsenlotto.de](http://www.sachsenlotto.de)

 **LOTTO<sup>®</sup> 6 aus 49**

**OHNE**  **Spiel 77**  
**FEHLT WAS.**



**Chancen auf  
Extra-Jackpot\*  
mit Spiel 77.**

\* Chance 1:10 Mio.

In allen Annahmestellen, mit der App  
oder auf [sachsenlotto.de](http://sachsenlotto.de)

 **LOTTO<sup>®</sup>**

SACHSENLOTTO

**Das Glück ist so nah.**

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Verantwortungsbewusst spielen. Glücksspiel kann süchtig machen!  
Nähere Informationen unter: BZgA 0800 1372700 (kostenlos und anonym) und [www.sachsenlotto.de](http://www.sachsenlotto.de)





## 1. Preis: Eine PHILIPS „Sonicare 4300 ProtectiveClean“

Sanfte und effektive Zahnreinigung mit der „Sonicare 4300 ProtectiveClean“ im Doppelpack. Sie entfernt bis zu sieben Mal mehr Plaque als eine Handzahnbürste. Eine sanfte Reinigung wird dank Andruckkontrolle gewährleistet. Mit einer Akkulaufzeit von bis zu zwei Wochen ist die Schallzahnbürste stets einsatzbereit. Sie haben ein Reinigungsprogramm zur Verfügung und können aus zwei Intensitäten Ihr individuelles Putzprogramm wählen. Dank der Wechselanzeige wird ein Austausch der Aufsteckbürste (alle drei Monate empfohlen) automatisch signalisiert.

[www.philips.de](http://www.philips.de)



## 2.-6. Preis: Je ein Roman „Das Geheimnis der Themse“



London 1894. Zwei Jahre nach der Hochzeit liegt ein Schatten über dem Glück von Charlotte und Tom Ashdown. Ihre Kinderlosigkeit steht zwischen ihnen. Dann bekommt Tom den Auftrag, einen „Magischen Atlas Londons“ zu verfassen. Er bittet Charlotte, mit ihm die Mythen und Legenden zu erforschen, die sich um die Stadt ranken. Dabei kommen sie sich wieder näher. Doch bei ihren Ermittlungen finden sie an der Themse eine Leiche und geraten in Lebensgefahr.

[www.randomhouse.de](http://www.randomhouse.de)

## 7.-9. Preis:

Je ein Heye-Puzzle „Frida“

Die schönste Frida Kahlo von allen! Der unverwechselbare Malstil von Voka macht aus einer alten Foto-darstellung ein ausdrucksstarkes Puzzle-Motiv mit 1 000 Teilen.



[www.hey-puzzle.de](http://www.hey-puzzle.de)

## 10.-12. Preis:

Je ein Hörbuch „Glückskinder“



München 1945 – auf dem Schwarzmarkt treffen sich alle, die nach Glück und ein wenig Leben suchen. So auch Toni und Griet, zwei junge Frauen, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Durch ein schicksalhaftes Erlebnis erkennen sie, wie wichtig sie füreinander sind. Es ist der Beginn einer tiefen Freundschaft, die schon bald auf eine harte Probe gestellt wird.

[www.random-house-audio.de](http://www.random-house-audio.de)

# Sudoku

## Anleitung:

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jedem 3 x 3-Kästchen, jeder Zeile und jeder Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen.

## Anfänger

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

## Profi

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

## Lösung KW 05/2021

### Anfänger

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

### Profi

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

## Teilnahmebedingungen Kreuzworträtsel:

Senden Sie die Lösung per Postkarte an: **glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**. Sie können die Lösung auch telefonisch durchgeben. Wählen Sie **01805 105 131** (Anbieter: legion, 0,14 €/Minute aus dem Festnetz der DTAG; Mobilfunk max. 0,42 €/Minute). Bitte buchstabieren Sie dabei Ihren Nachnamen und nennen Sie Ihre vollständige Anschrift. Einsendeschluss ist der **15.02.2021**. Es zählt das Datum des Poststempels bzw. bis 18:00 Uhr muss Ihr Anruf registriert sein. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen, als Preise vorhanden sind, entscheidet das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausbezahlt werden (Rechtsweg ausgeschlossen. Teilnahme ab 18 Jahren). Mitarbeiter der Lotto-Gesell-

schaften in der glüXmagazin-Kooperation und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Per E-Mail oder Fax eingesandte Lösungen können nicht berücksichtigt werden. Nur ausreichend frankierte Einsendungen nehmen am Gewinnspiel teil. Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

### Gewinner Kreuzworträtsel, Nr. 04/2021:

Eine WMF Kult X Edition Küchenmaschine geht an eine Gewinnerin aus Frankfurt am Main.

Alle Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

## Allgemeine Teilnahmebedingungen:

Für alle weiteren Gewinnspiele, die Sie in diesem glüXmagazin auf redaktionellen Seiten finden, gilt die nachfolgende Regelung: Schreiben Sie das auf der entsprechenden Seite angegebene Kennwort auf eine Postkarte und schicken Sie diese ausreichend frankiert an die folgende Adresse:

glüXmagazin  
Postfach 30 07 65  
56029 Koblenz

Bitte beachten Sie folgende Teilnahmebedingungen: Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Eine Teilnahme ist nur Personen über 18 Jahren gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Lotto-Mitarbeiter und deren Angehörige.

# Klarer Sieger City?

## 13er Ergebniswette / 6aus45 Auswahlwette

	Spiel	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre			Gastgeber	Gast
1. Bundesliga	1	SO VfL Wolfsburg (3) - Borussia Mönchengladbach (7)	4-3-3	1:1	2:2	2:1	sNUuSSs	nSsUssUn	
	2	SA Borussia Dortmund (6) - TSG 1899 Hoffenheim (12)	*	5-3-2	1:0	3:3	0:4	NsSuNnN	SnNuSsNn
	3	SA Bayer 04 Leverkusen (5) - 1. FSV Mainz 05 (17)		6-3-1	1:0	1:0	1:0	nNuNsnNs	nNnUnsNs
	4	SA SV Werder Bremen (11) - SC Freiburg (8)		3-3-4	1:1	2:1	2:2	nSnUsNsu	sSsNusNs
	5	SA VfB Stuttgart (10) - Hertha BSC (15)		4-4-2	2:0	2:1	-	NnSuNnN	NsNnnNn
	6	SA 1. FC Union Berlin (9) - FC Schalke 04 (18)	*	6-3-1	1:1	-	1:1	sSusNnUn	nNsNnnUn
	7	SO Eintracht Frankfurt (4) - 1. FC Köln (14)		6-2-2	1:1	-	2:4	SsSsUSs	UnNuSnsS
2. Bundesliga	8	SO SV Darmstadt 98 (13) - VfL Osnabrück (15)	*	3-4-3	1:1	-	2:2	sNnNsnUn	nSnNnnNn
	9	SO VfL Bochum 1848 (2) - Eintracht Braunschweig (17)		6-2-2	1:2	-	-	ssSsUSs	nNuUnNn
	10	SO 1. FC Nürnberg (12) - FC St. Pauli (14)		3-4-3	2:2	-	1:1	sNuNnnNs	NuUsSnSs
3. Liga	11	SA SSC Neapel (6) - Juventus Turin (3)		3-4-3	-	1:2	2:1	uSnSsnN	nsSsNsSs
	12	SO SpVgg Unterhaching (17) - 1. FC Saarbrücken (10)		2-3-5	1:2	-	-	NnnUnNnN	NnuNsuNu
1. Liga England	13	SA Manchester City (1) - Tottenham Hotspur (8)		5-3-2	0:2	1:0	2:2	SsssSsSs	UsuSnNns
	14	SA Leicester City (3) - FC Liverpool (4)	**	3-4-3	0:3	1:2	0:4	USsUnSU	UNnSsnN
	15	SA Brighton & Hove Albion (15) - Aston Villa (9)		2-3-5	2:1	-	1:1	NuNsuNsu	UNNsNns
	16	SA Crystal Palace (13) - FC Burnley (17)		4-3-3	0:1	2:0	0:1	NusUNnsS	snNsNnu
	17	SO FC Southampton (12) - Wolverhampton Wanderers (14)	*	4-4-2	1:1	3:1	2:3	UusNnnN	NunnUNsu
	18	SO West Bromwich Albion (19) - Manchester United (2)		1-1-8	0:1	-	-	nnSNnuN	sSUsNusu
	19	SO FC Arsenal (10) - Leeds United (11)		4-3-3	0:0	-	-	SSUsuNn	NsNnSSn
	20	SA FC Turin (17) - CFC Genua 1893 (12)		2-4-4	2:1	2:1	3:0	USuNuUu	SuNsUsSs
	21	SA Spezia Calcio (16) - AC Mailand (1)		1-1-8	0:3	-	-	nnSsUNnS	sSnsSnSs
	22	SO AS Rom (4) - Udinese Calcio (11)		6-2-2	1:0	1:0	0:2	ssSuNssN	NUnNuuSs
1. Liga Italien	23	SO Cagliari Calcio (18) - Atalanta Bergamo (7)		1-3-6	2:5	0:1	0:1	NnnNnNuN	ssSuUSnu
	24	SO Sampdoria Genua (10) - AC Florenz (15)	*	4-3-3	2:1	1:1	1:5	nNnNsNu	SuNsNsUn
	25	SO FC Crotone (20) - Sassuolo Calcio (8)		2-2-6	1:4	-	-	sNnNsnN	SNsNuNUn
	26	SA FC Barcelona (2) - Deportivo Alaves (16)		6-3-1	1:1	3:0	4:1	SuSSSSs	sUnNnnUs
	27	** Celta Vigo - Elche CF **		4-4-2	Das Spiel wurde verlegt. Es gilt das Ergebnis der Ersatzauslosung!				
	28	SO FC Getafe (13) - Real Sociedad San Sebastian (6)		2-4-4	0:3	1:0	2:1	uNnSsnUn	NnSuNuUs
	29	SA FC Granada (8) - Atletico Madrid (1)		1-3-6	1:6	-	1:1	sNnsUNuU	sSsSsSs
	30	SO Real Madrid (3) - FC Valencia (12)		6-2-2	1:4	2:0	3:0	SsUsUSnS	nNuSuNsU
1. Liga Spanien	31	SA Sevilla FC (4) - SD Huesca (20)		7-2-1	1:0	2:1	-	sUsNSsSs	uNnnNuSn
	32	SA ADO Den Haag (17) - PSV Eindhoven (2)		1-1-8	0:4	0:7	0:3	nnSnNuNu	sUnSsNns
	33	SA FC Groningen (6) - PEC Zwolle (13)		5-3-2	-	0:1	2:0	SnUSuNn	SuNnSuUu
	34	SA Sparta Rotterdam (12) - Fortuna Sittard (11)	*	3-4-3	1:0	-	1:1	nSnSnUu	sSnSnSn
	35	SA Heracles Almelo (10) - Ajax Amsterdam (1)		1-2-7	0:5	1:0	1:0	SnsNsUsS	SUUsSsS
	36	SO AZ Alkmaar (4) - SC Heerenveen (8)		5-3-2	3:0	2:3	2:4	UUsSsnN	NnuUnNsUs
	37	SO FC Utrecht (9) - VVV-Venlo (14)	*	4-4-2	1:1	1:1	1:2	SuuNssSu	nNsSuSsN
	38	SO Feyenoord Rotterdam (5) - Willem II Tilburg (16)		7-2-1	4:1	2:3	2:0	NsSsnNn	NuNnUnNs
	39	SA SC Verl (6) - FC Ingolstadt 04 (2)		3-3-4	1:2	-	-	nUuSuusN	sUsNnuSs
	40	SA 1. FC Kaiserslautern (15) - FC Bayern München II (14)	*	3-3-4	0:0	-	1:0	nSuUNnS	SuUnsSUn
3. Liga	41	SA KFC Uerdingen 05 (12) - FSV Zwickau (11)		3-3-4	2:1	1:2	4:2	nUsSnUuS	nsnUsSsU
	42	SA Hallescher FC (9) - MSV Duisburg (18)		5-3-2	0:0	-	1:0	SUnusUuU	sUNsnNns
	43	SA TSV 1860 München (4) - Hansa Rostock (3)	**	4-3-3	1:1	1:2	0:1	sUsSuSn	NnNsSsSs
	44	SA Waldhof Mannheim (8) - SV Wehen Wiesbaden (5)		3-4-3	1:0	-	-	uSUUsSn	NsUuUsS
	45	SO SG Dynamo Dresden (1) - VfB Lübeck (20)		6-2-2	1:0	-	-	uSSNsNS	uNnNnUsN

\* = remisverdächtig \*\* = stark remisverdächtig \*\*\* = Das Spiel 27 wurde verlegt. Für dieses Spiel gilt daher das Ergebnis der Ersatzauslosung.

Manchester City ist seit 14 Liga-Spielen in Folge ungeschlagen. Bisher gehen nur zwei Saisonniederlagen auf das Konto des Tabellenführers, unter anderem gegen Tottenham. Die Spurs treten am Samstag, 13. Februar, beim Team von Pep Guardiola an (im TOTO-Programm die Spielnummer 13). Kann die Mannschaft von José Mourinho wie im Hinspiel gewinnen oder ist City der klare Favorit? Die Bilanz spricht gegen die Gäste: In zehn Begegnungen bei „The Citizens“ gewann Tottenham nur einmal. Kleines Trostpflaster: 2019 schied City im Viertelfinale der Champions League gegen Tottenham aus. Heung-Ming Son (Foto) netzte damals doppelt.



## TOTO-Ergebnisse vom 06./07.02.2021

	Ergebnis	Typ
1	Bayer 04 Leverkusen - VfB Stuttgart	5:2 1
2	SC Freiburg - Borussia Dortmund	2:1 1
3	FC Schalke 04 - RB Leipzig	0:3 2
4	1. FSV Mainz 05 - 1. FC Union Berlin	1:0 1
5	FC Augsburg - VfL Wolfsburg	0:2 2
6	Borussia Mönchengladbach - 1. FC Köln	1:2 2
7	TSG 1899 Hoffenheim - Eintracht Frankfurt	1:3 2
8	DSC Arminia Bielefeld - SV Werder Bremen	1:0E 1
9	SC Paderborn 07 - 1. FC Heidenheim 1846	0:0E* 0
10	SpVgg Greuther Fürth - FC Würzburger Kickers	4:1 1
11	Karlsruher SC - SSV Jahn Regensburg	0:0 0
12	Juventus Turin - AS Rom	2:0 1
13	FC Liverpool - Manchester City	1:4 2

14	1:0	21	2:1	28	4:1	35	3:0	42	2:2
15	1:1	22	1:1	29	1:1	36	3:4	43	0:1
16	0:0E	23	2:0	30	1:0	37	1:0	44	0:1
17	3:2	24	0:3	31	3:0	38	0:2	45	3:1
18	0:0	25	2:2	32	0:0	39	3:2		
19	0:0	26	2:2	33	2:1	40	0:0E		
20	1:2	27	3:0	34	4:2	41	2:1		

grün = Gewinnspiele Auswahlwette 6aus45, \* = Zusatzspiel, E = Ersatzauslosung

## Wichtig für den TOTO-Wettbewerb vom 13./14.02.2021

Spiele 1-13 = 13er Ergebniswette  
 Spiele 1-45 = 6aus45 Auswahlwette  
 Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele  
 Spiele 1-7 = 1. Bundesliga  
 Spiele 8-10 = 2. Bundesliga  
 Spiele 11 + 20-25 = 1. Liga Italien  
 Spiele 12 + 39-45 = 3. Liga  
 Spiele 13-19 = 1. Liga England  
 Spiele 26-31 = 1. Liga Spanien  
 Spiele 32-38 = 1. Liga Niederlande

Form: s/S = Sieg, u/U = Unentschieden, n/N = Niederlage, kleine Buchstaben = Heimspiel, große Buchstaben = Auswärtsspiel, (F) = Frauen. Wertung nach der regulären Spielzeit (Verlängerungen werden nicht berücksichtigt). Zahlen in Klammern = Tabellenstand.

## Wettrunde vom 06./07.02.2021 (05. VA)

**TOTO 13er Ergebniswette** Jackpot in Klasse 1: rund 300.000 Euro

Spieleinsatz 693.957,00 €  
 Gewinnreihe **1 1 2 1 2 2 2 1 0 1 0 1 2**

Klasse 1 (13 Richtige)	unbesetzt	145.730,90 €
Klasse 2 (12 Richtige)	31 x	2.686,20 €
Klasse 3 (11 Richtige)	540 x	154,20 €
Klasse 4 (10 Richtige)	4.987 x	20,80 €

Chance auf den Höchstgewinn: 1:1.594.323

## TOTO 6aus45 Auswahlwette

Jackpot in Klasse 1: rund 300.000 Euro

Spieleinsatz 206.445,20 €  
 Gewinnspiele Zusatzspiel **9**

15	22	25	26	29	42
Klasse 1 (6)	unbesetzt	238.548,80 €			
Klasse 2 (5+ZS)	unbesetzt	14.395,00 €			
Klasse 3 (5)	11 x	703,70 €			
Klasse 4 (4)	653 x	23,70 €			
Klasse 5 (3+ZS)	970 x	7,90 €			
Klasse 6 (3)	7.882 x	3,20 €			

Chance auf den Höchstgewinn: 1:8.145.060





# Briegels TOTO-Tipp

„Die Walz von der Pfalz“ spielte in der Fußball-Bundesliga für den 1. FC Kaiserslautern und in Italien für Hellas Verona und Sampdoria Genua. Für uns tippt er die Begegnungen der Woche.




Foto: Imago

Nr.	Begegnung	Tipp
-----	-----------	------

**Analyse zu Spiel 1:**  
 VfL Wolfsburg  
 –  
 Borussia M'gladbach

Der VfL Wolfsburg ist aktuell da, wo Mönchengladbach hin möchte: unter die ersten Vier. Allerdings sind die Niedersachsen derzeit in Topform und sechs Punkte vor den „Fohlen“. Die „Wölfe“ sind stark in der Defensive, nicht ein Gegentor hat der VfL in den letzten fünf Pflichtspielen kassiert. Die Borussia legte einen starken Jahresstart hin, zuletzt sorgte die Derby-Pleite gegen Köln für einen gehörigen Dämpfer. Eine weitere Niederlage würde die Champions-League-Träume vorerst begraben.

**Analyse zu Spiel 6:**  
 1. FC Union Berlin  
 –  
 FC Schalke 04

Gegen die Top-Teams der Liga zeigt sich Union Berlin immer von der besten Seite. Gegen Mannschaften aus dem oberen Tabellendrittel wird regelmäßig gepunktet. Doch zuletzt folgten Niederlagen gegen Augsburg und Mainz – ein gutes Omen für Schalke 04? Den Fans der Königsblauen wäre es zu wünschen. Die Knappen rangieren abgeschlagen auf dem letzten Platz der Bundesliga. Bereits neun Punkte fehlen zum Relegationsplatz. Nur die größten Optimisten glauben noch an ein Wunder.

**Analyse zu Spiel 11:**  
 SSC Neapel  
 –  
 Juventus Turin

In der zweiten Saisonhälfte kommt die „Alte Dame“ endlich in Tritt. Vor Weihnachten trennten Juventus Turin und Spitzenreiter AC Mailand noch zehn Punkte. Aktuell sind es zwar noch sieben Zähler, allerdings bei einem Spiel weniger. Juve stellt die beste Abwehr der Liga, nur 18 Gegentore ließ man in 20 Spielen zu. Neapel taumelt hingegen derzeit etwas durch die Liga. Zuletzt gab es eine Niederlage gegen das Mittelfeldteam Sampdoria Genua. Trainer Genaro Gattuso scheint angezählt.

1	<b>Mein Tipp:</b> 2:1	1
2	Borussia Dortmund – TSG 1899 Hoffenheim	1
3	Bayer 04 Leverkusen – 1. FSV Mainz 05	0
4	SV Werder Bremen – SC Freiburg	2
5	VfB Stuttgart – Hertha BSC	0

6	<b>Mein Tipp:</b> 2:1	1
7	Eintracht Frankfurt – 1. FC Köln	1
8	SV Darmstadt 98 – VfL Osnabrück	1
9	VfL Bochum 1848 – Eintracht Braunschweig	1
10	1. FC Nürnberg – FC St. Pauli	0

11	<b>Mein Tipp:</b> 1:2	2
12	SpVgg Unterhaching – 1. FC Saarbrücken	1
13	Manchester City – Tottenham Hotspur	1

Der verbindliche Annahmeschluss für die TOTO 13er-Ergebniswette ist am Samstag, 13. Februar 2021, um 15:00 Uhr.

# Rezept der Woche

## Sauerkraut-Salat mit gratiniertem Ziegenkäse

### Zutaten (für 4 Personen)

1 Dose	mildes Weinsauerkraut (850 ml)	2-3 EL	Weißweinessig
je 1	rote und gelbe Paprika	1-2 TL	Honig
4 EL	Olivenöl		Salz
200 g	Zuckerschoten		frisch gemahlener Pfeffer
4 Stücke	Ziegenkäse (Camembert, à 100 g)	1 EL	Sonnenblumenkerne

### So wird's gemacht

Paprikaschoten halbieren, putzen, waschen, in Streifen schneiden und mit dem Sauerkraut rund fünf Minuten in zwei Esslöffel Öl dünsten. Zuckerschoten waschen, putzen und halbieren oder in Scheiben schneiden. Ziegenkäse in eine Gratinform legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Gas: Stufe 4, Umluft 180 Grad) ca. fünf bis zehn Minuten überbacken. Essig, restliches Öl und Honig verrühren sowie mit Salz und Pfeffer würzen. Dressing mit Sauerkrautmischung und Zuckerschoten mischen, danach auf den Tellern anrichten. Ziegenkäse darauf geben, mit Sonnenblumenkernen bestreuen und servieren. Dazu schmeckt frisches Brot.

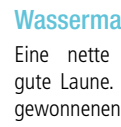


## Ihr Wochen-Horoskop



**Steinbock** 22.12.–20.01.

Seien Sie nicht traurig, wenn ein Versprechen nicht eingehalten wird. Es gibt immer Licht am Horizont.



**Wassermann** 21.01.–19.02.

Eine nette Begegnung sorgt für gute Laune. Nutzen Sie die dadurch gewonnenen positiven Energien.



**Fische** 20.02.–20.03.

Sie haben ein großes Bedürfnis nach Freiheit. Verständlich. Achten Sie aber dennoch auf Ihre Mitmenschen!

**Widder** 21.03.–20.04.

Schwierigkeiten, die sich im Berufsleben ergaben, werden sich in nächster Zeit lösen lassen.



**Stier** 21.04.–20.05.

Behalten Sie Ihre Pläne noch für sich, in Kürze können Sie damit einen größeren Erfolg erzielen.

**Zwillinge** 21.05.–21.06.

Das Vertrauen Ihres Partners sollten Sie nicht auf eine allzu harte Probe stellen.



**Krebs** 22.06.–22.07.

Es treten neue Menschen in Ihr Leben und geben Ihnen privaten Dingen einen erfreulichen Aufschwung.

**Löwe** 23.07.–23.08.

Seien Sie heiter und humorvoll, dann wird es Ihnen nicht an neuer Energie mangeln.



**Jungfrau** 24.08.–23.09.

Sie sind gut im Training, aber übertreiben Sie es nicht. Auch ein gemütlicher Spaziergang sorgt für Wohlbefinden.

**Waage** 24.09.–23.10.

Für Sie beginnt eine Zeit, in der Sie die Früchte ernten können, die Sie in den letzten Wochen gesät haben.



**Skorpion** 24.10.–22.11.

Reagieren Sie nicht negativ auf gutgemeinte Kritik. Man will Ihnen damit wirklich helfen.

**Schütze** 23.11.–21.12.

Für Menschen mit schöpferischen Talenten ist jetzt eine gute Zeit. Halten Sie aber Maß!



## Teil 3 der vierteiligen Ratgeber-Verlosung

# Der Pflegeassistent

**Fundiertes Expertenwissen, praktisches DIN A4-Format und rechtssichere Vorlagen – mit einer neuen Ratgeber-Reihe hilft die Akademische Arbeitsgemeinschaft (AAV) praxisnah rund um die Themen Erbschaft, Pflege, Vermietung und Vereine. Diese Woche verlosen wir den Ratgeber „Der Pflegeassistent“.**

Menschen, die ihren Alltag aufgrund von Krankheit, Behinderung und/oder Alter nicht mehr allein bewältigen können, gelten als pflegebedürftig. In Deutschland betrifft das rund zweieinhalb Millionen Menschen und noch mehr Angehörige, die sich Tag für Tag um die Pflegebedürftigen kümmern müssen oder auf kostenintensive Unterstützung, beispielsweise von Pflegediensten, angewiesen sind. Zur Entlastung aller Beteiligten ist es wichtig, die Möglichkeiten im Hinblick auf Versicherungsschutz, Sozialleistungen und die eigenen Ansprüche zu kennen. Hierbei hilft „Der Pflegeassistent“ die für Angehörige und Betroffene ohnehin schon belastende Situation zu verbessern und sich im Dschungel von Behörden, Institutionen und Versicherungen zurechtzufinden.


Zunächst einmal geht es in der Regel um die Feststellung der Pflegebedürftigkeit von Eltern, Großeltern oder anderen Betroffenen. Welche Faktoren spielen bei der Einstufung eine Rolle? Wie stellt man einen Antrag? Und was kann man tun, wenn die Einstufung nicht den eigenen Vorstellungen entspricht?

Sobald die Pflegestufe feststeht, geht es in einem nächsten Schritt darum, die Pflege zu organisieren. Hier stellt sich beispielsweise die Frage, ob der/die Betroffene zuhause oder in einer Einrichtung betreut werden soll – um dann die Auswahl für den geeigneten Pflegedienst, eine ausländische 24-Stunden-Pflegekraft oder das optimale Heim zu treffen. In allen Fällen stehen den zu Pflegenden beziehungsweise deren Angehörige bestimmte Leistungen zu, die dabei helfen sollen, für eine finan-

zielle Entlastung zu sorgen. So gibt es sowohl bei häuslicher als auch bei Pflege im Heim unterschiedliche Zuschüsse, Sachleistungen und Gelder, die allerdings erst einmal ordnungsgemäß beantragt werden müssen. Auch über die gesetzliche Krankenversicherung können Leistungen wie Kurzzeitpflege und Haushaltshilfe in Anspruch genommen werden.

Diejenigen, die sich ganz bewusst dazu entscheiden, Pflegebedürftige zu Hause und – zumindest zu Teilen – in Eigenregie zu betreuen, erhalten ebenfalls Hilfe. Dies betrifft unter anderem eine kurzzeitige Arbeitsverhinderung oder eine längerfristige Freistellung. Darüber hinaus kann man Pflegeunterstützungsgeld sowie ein zinsfreies Darlehen beim Bundesamt für Familie und zivilgesellschaftliche Aufgaben beantragen.

„Der Pflegeassistent“ gibt nicht nur Einblicke in die vielfältigen Möglichkeiten, sondern liefert auch zahlreiche vorformulierte Anträge und Praxisbeispiele.

 Mehr Infos auch unter [www.steuertipps.de/assistentenreihe](http://www.steuertipps.de/assistentenreihe)

Text: Sina Ternis



### Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 5 x 1 Ratgeber „Der Pflegeassistent“. Wenn Sie gewinnen möchten, beantworten Sie folgende Frage: **Wie viele Menschen sind in Deutschland pflegebedürftig?** Die Versandadresse sowie die Teilnahmebedingungen finden Sie auf Seite 9. Einsendeschluss: 15.02.2021, Kennwort: Pflege.



# Tipps zur Zahngesundheit

**Gesunde Zähne und ein strahlendes Lächeln – das wünschen sich die meisten. Welche Tipps neben dem regelmäßigen Besuch beim Zahnarzt dabei helfen können, haben wir für Sie zusammengestellt.**

Für viele ist der Gang zum Zahnarzt zumindest mit einem flauen Gefühl im Magen verbunden. Soviel vorweg: Der regelmäßige Praxisbesuch ist unerlässlich. Aber wer seine Zähne hegt und pflegt, sorgt dafür, dass die Mundflora im Gleichgewicht bleibt und so, kann der Besuch beim Zahnarzt sicherlich deutlich entspannter angetreten werden. So können Sie selbst aktiv etwas für Ihre Zahngesundheit tun:

### 1. „Schlechte“ Lebensmittel in Maßen genießen

Tatsächlich spielt die Ernährung für die Zahngesundheit eine sehr große Rolle. Dabei kommt es auf was, wie und wann gleichermaßen an. So muss man beispielsweise nicht ganz auf Schokolade, Kuchen und zuckerhaltige Speisen verzichten, sollte sie aber möglichst komprimiert zu sich nehmen. Denn Zucker dient den Bakterien zur Bildung von Säure und diese greift wiederum Zähne und Zahnfleisch an. Ebenfalls mit Vorsicht zu genießen: säurehaltige Nahrungsmittel wie Säfte. Deswegen ist es wichtig, die Zähne rund eine halbe Stunde nach dem Verzehr gründlich zu putzen und bei Bedarf Zahnseide zu verwenden.

### 2. „Gute“ Lebensmittel lange genießen

Milchprodukte wie Joghurt, Käse und Quark schützen die Zähne. Das liegt an der

Kombination aus Kasein, Kalzium und Phosphat, die dafür sorgt, dass der Zahnschmelz gestärkt und sogar aufgebaut wird. Rohkost und Vollkornprodukte sind nicht nur für die Gesamtgesundheit gut; dadurch, dass sie länger und intensiver gekaut werden müssen, regen sie den Speichelfluss im Mund an, wodurch wiederum die Säure im Mund neutralisiert wird.

### 3. Zähneputzen allein reicht nicht aus

Zweimal täglich für rund drei Minuten Zähne putzen, diesen Grundsatz haben die meisten verinnerlicht. Allerdings werden mit der Zahnbürste nur rund 70 Prozent des Zahnbelages entfernt, der Rest befindet sich in den Zahnzwischenräumen und wird mit der Bürste nicht erreicht. Deswegen sollte man einmal täglich – am besten abends vor dem Zähneputzen – zu Zahnseide oder Interdentalbürste greifen, um mögliche Rückstände und Essensreste zu entfernen. Auch empfehlenswert: mindestens einmal jährlich eine professionelle Zahnreinigung beim Zahnarzt.

Text: Sina Ternis

*Regelmäßiges Zähneputzen ist in jungen Jahren bereits der Grundstein für eine gute Zahngesundheit.*



# Rubbellose

Am 14. Februar  
ist Valentinstag.



Das große Los für  
die große Liebe.

Höchstgewinn 1 Mio. €. Es gilt der Gewinnplan 06. Chance auf den Höchstgewinn  
1 : 750 000. Vollständiger Einsatzverlust möglich. Losabbildung nicht maßstabsgetreu.

 **LOTTO**<sup>®</sup>

SACHSENLOTTO

In allen Annahmestellen, mit der App  
oder auf [sachsenlotto.de](http://sachsenlotto.de)

Das Glück ist so nah.

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Verantwortungsbewusst spielen. Glücksspiel kann süchtig machen!  
Nähere Informationen unter: BZgA 0800 1372700 (kostenlos und anonym) und [www.sachsenlotto.de](http://www.sachsenlotto.de)