

# glüXmagazin

Kostenlose Kundenzeitschrift  
von Sachsenlotto

## Vielfältig

Timisoara ist Europas Kulturhauptstadt 2023 (Seiten 6+7)



sachsenlotto.de



/sachsenlotto

Mittwoch 22.02.2023 (08. VA)

# LOTTO 6aus49

Spieleinsatz 23.937.420,00 €  
Gewinnzahlen Superzahl

4 6 9 27 44 46 8

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

46 9 4 27 6 44

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	12.000.078,90 €
Klasse 2 (6)	1 x	1.268.000,30 €
Klasse 3 (5+SZ)	50 x	8.791,40 €
Klasse 4 (5)	339 x	3.865,00 €
Klasse 5 (4+SZ)	1.941 x	187,20 €
Klasse 6 (4)	18.917 x	45,50 €
Klasse 7 (3+SZ)	38.244 x	19,20 €
Klasse 8 (3)	342.120 x	10,10 €
Klasse 9 (2+SZ)	286.678 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

25.01.2023	6 11 12 20 25 37	2
01.02.2023	6 20 34 36 40 49	5
08.02.2023	8 14 17 21 39 44	9
15.02.2023	19 22 26 33 37 45	6

# Spiel 77

Spieleinsatz 5.001.905,00 €

5 6 0 3 0 6 2

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	1.479.208,60 €
Klasse 2 (6 Endz.)	1 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	16 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	159 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	1.574 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	16.718 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	161.404 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

25.01.2023	9 0 4 0 1 4 3
01.02.2023	2 0 8 1 9 0 5
08.02.2023	1 1 9 4 6 5 8
15.02.2023	8 7 0 6 8 5 0

# SUPER 6

Spieleinsatz 2.190.183,75 €

7 6 1 3 2 6

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	1 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	14 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	168 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	1.726 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	16.045 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	158.471 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

25.01.2023	4 0 4 4 8 5
01.02.2023	5 3 3 6 0 6
08.02.2023	0 5 9 3 7 7
15.02.2023	9 7 7 5 1 3

## Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Mittwoch)

1	323	2	320	3	338	4	330	5	314	6	352	7	332
8	325	9	322	10	324	11	335	12	310	13	338	14	327
15	324	16	361	17	309	18	330	19	326	20	307	21	290
22	347	23	335	24	329	25	351	26	342	27	332	28	308
29	313	30	319	31	359	32	298	33	336	34	335	35	315
36	315	37	312	38	352	39	325	40	317	41	344	42	319
43	372	44	343	45	314	46	322	47	324	48	317	49	312

Wie oft gezogen? (2.674 Ziehungen seit 4.6.1986)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 22.02.23 gezogen)

Samstag 25.02.2023 (08. VA)

# LOTTO 6aus49

Spieleinsatz 47.220.674,40 €  
Gewinnzahlen Superzahl

5 12 23 26 33 48 4

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge:

23 5 48 26 12 33

Klasse 1 (6+SZ)	unbesetzt	15.541.629,40 €
Klasse 2 (6)	2 x	1.244.148,60 €
Klasse 3 (5+SZ)	108 x	7.987,10 €
Klasse 4 (5)	745 x	3.451,30 €
Klasse 5 (4+SZ)	4.670 x	152,70 €
Klasse 6 (4)	41.911 x	40,30 €
Klasse 7 (3+SZ)	79.659 x	18,10 €
Klasse 8 (3)	696.437 x	9,70 €
Klasse 9 (2+SZ)	580.023 x	6,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

28.01.2023	5 14 20 30 38 44	8
04.02.2023	29 31 33 34 35 37	8
11.02.2023	9 11 12 19 28 30	3
18.02.2023	7 28 36 40 43 49	8

# Spiel 77

Spieleinsatz 10.855.512,50 €

0 9 4 3 6 2 4

Klasse 1 (7-st. Gewinnz.)	unbes.	2.251.035,50 €
Klasse 2 (6 Endz.)	6 x	77.777,00 €
Klasse 3 (5 Endz.)	45 x	7.777,00 €
Klasse 4 (4 Endz.)	403 x	777,00 €
Klasse 5 (3 Endz.)	4.135 x	77,00 €
Klasse 6 (2 Endz.)	39.447 x	17,00 €
Klasse 7 (1 Endz.)	381.395 x	5,00 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

28.01.2023	7 3 4 0 3 9 0
04.02.2023	1 8 6 9 2 1 5
11.02.2023	3 1 4 3 6 7 0
18.02.2023	9 9 0 8 3 8 5

# SUPER 6

Spieleinsatz 4.646.775,00 €

3 3 3 1 9 9

Klasse 1 (6-stell. Gewinnz.)	5 x	100.000,00 €
Klasse 2 (5 Endz.)	27 x	6.666,00 €
Klasse 3 (4 Endz.)	292 x	666,00 €
Klasse 4 (3 Endz.)	3.063 x	66,00 €
Klasse 5 (2 Endz.)	31.884 x	6,00 €
Klasse 6 (1 Endz.)	316.698 x	2,50 €

Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen

28.01.2023	6 0 1 4 2 8
04.02.2023	5 2 2 5 3 9
11.02.2023	1 9 5 4 5 7
18.02.2023	6 2 2 1 2 7

## Gewinnzahlen Statistik 6aus49 (Samstag)

1	453	2	445	3	452	4	436	5	439	6	468	7	433
8	396	9	439	10	422	11	448	12	420	13	358	14	407
15	406	16	414	17	444	18	427	19	438	20	410	21	420
22	427	23	406	24	428	25	441	26	460	27	446	28	399
29	437	30	419	31	443	32	462	33	445	34	408	35	425
36	444	37	435	38	449	39	423	40	427	41	438	42	451
43	434	44	411	45	381	46	415	47	441	48	442	49	484

Wie oft gezogen? (3.516 Ziehungen seit 9.10.1955)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 25.02.23 gezogen)

**LOTTO 6aus49**



**5x iPhone 14 Pro Max**

Abb. Modellbeispiel

**Gewinner iPhone-Verlosung**

Folgende Endzahlen der Losnummer entsprechend der Teilnahmebedingungen wurden ermittelt:

10281-29418757-23xxxx im Erzgebirgskreis  
10281-59699972-23xxxx in Stadt Chemnitz  
10282-13434884-23xxxx in Stadt Dresden  
10283-20244736-23xxxx im Vogtlandkreis  
10283-20334848-23xxxx im Landkreis Bautzen

Details zur Gewinnauszahlung entnehmen Sie bitte den gültigen Teilnahmebedingungen.

**LOTTO**  
SACHSENLOTTO

Spielteilnahme ab 18 Jahren. Verantwortungsbewusst spielen. Glücksspiel kann süchtig machen! Nähere Informationen unter: BZgA 0800 1372700 (kostenlos und anonym), www.check-dein-spiel.de und www.sachsenlotto.de. Lizenzierter Glücksspielanbieter (Whitelisted GGL)

**LOTTO 6aus49:** Annahmeschluss mittwochs 18:00 Uhr und samstags 19:00 Uhr. Ziehung der Gewinnzahlen auf [www.lotto.de](http://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. 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.

## Superzahl Statistik 6aus49

**Mittwoch:** Wie oft gezogen? (1.421 Ziehungen seit 6.12.1995)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 22.02.23 gezogen)

0	134	1	127	2	134	3	159	4	159
5	150	6	155	7	148	8	128	9	127
	7		9		25		X		2

**Samstag:** Wie oft gezogen? (1.630 Ziehungen seit 7.12.1991)  
Fehlt so viele Wochen (X = am 25.02.23 gezogen)

0	158	1	173	2	162	3	150	4	164
5	167	6	153	7	182	8	163	9	158
	14		18		7		2		X
	22		15		5		1		24

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

## Harmonie und Herzschmerz: 30 Jahre Rosamunde Pilcher

# „Liebe tut allen gut“

**Leidenschaft, Liebe und die wunderschöne Landschaft Cornwalls – seit mittlerweile 30 Jahren begeistern die Rosamunde Pilcher-Filme das ZDF-Publikum. Das Jubiläumsjahr läutet am Sonntag, 5. März, der neueste Film „Liebe ist die beste Therapie“ ein. Lea Louisa Wolfram spielt Pauline Parker, die nach dem Betrug ihres Ehemanns in ein Gefühlschaos stürzt.**

**glüXmagazin:** Wie würden Sie Pauline beschreiben?

**Lea Louisa Wolfram:** Sie ist Innenarchitektin, eine ehrgeizige, aber trotzdem sehr gefühlvolle und leidenschaftliche Person.

**glüXmagazin:** Warum wollten Sie die Rolle unbedingt spielen?

**Lea Louisa Wolfram:** Pauline ist wie ich ein Einzelkind, das bei der Mutter aufgewachsen ist. Ich würde mich ebenfalls als eine sehr leidenschaftliche Person bezeichnen, aber es gibt natürlich auch jede Menge Unterschiede, das war eine schöne Herausforderung.

**glüXmagazin:** Es dauert keine fünf Minuten im Film, da bricht das große Liebesdrama schon los...

**Lea Louisa Wolfram:** (lacht) Ja! Natürlich überschlagen sich da die Ereignisse: Der Ehemann hat eine Affäre, es gibt einen Familien-Konflikt mit Paulines Mutter und dann taucht ein neuer, interessanter Mann auf, der für Herzklopfen sorgt. Das Spannende in diesen 90 Minuten Film ist die Reise, die Charakterentwicklung.

**glüXmagazin:** Und das vor einer Traumkulisse. Wo haben Sie gedreht?

**Lea Louisa Wolfram:** Wir waren in Newquay in Cornwall. Die Gegend hatte ich vorher mehr mit Regen und Kälte verbunden, aber es war unfassbar schön. Wir haben im Juni gedreht und hatten viel Glück mit dem Wetter. Aber auch mit ein bisschen Regen sehen das Meer, die Küste und die Blumenfelder einfach wunderschön aus.

**glüXmagazin:** Gab es ein Highlight für Sie während der Dreharbeiten?

**Lea Louisa Wolfram:** Mitten in einem Dreh kam plötzlich eine Herde Wildpferde durchs Bild gelaufen, das war beeindruckend.

Und ich habe meinen 30. Geburtstag in Cornwall mit dem Team feiern können. Es ist schön, wenn man ins neue Lebensjahr starten kann, wo man auch bleiben möchte, nämlich vor der Kamera.

**glüXmagazin:** 30 Jahre Rosamunde Pilcher im ZDF. Warum liebt das Publikum in Deutschland die Geschichten so?

**Lea Louisa Wolfram:** Auf der Welt passiert ganz schön viel Schlimmes. Pilcher ist der Beweis, dass es für die Menschen einfach auch wichtig ist, ein Format zu haben, das einem die Möglichkeit gibt, sich in schönen und hoffnungsvollen Geschichten zu verlieren. Das ist kein Wegschauen von dem, was passiert, sondern ein Ausgleich. Und Liebe ist ein Thema, das wird nie alt und tut allen gut.

*Deborah Wirth hat das Interview zum Film geführt*



*Wird bei Pauline Parker (Lea Louisa Wolfram) und Erik Cameron (Joscha Kiefer) aus Schicksal Liebe?*

Foto: ZDF / Jon Ailes



Der neue Rosamunde Pilcher-Film **„Liebe ist die beste Therapie“** läuft am Sonntag, 5. März, um 20:15 Uhr im ZDF.

**Dienstag 21.02.2023 (08. VA)**



Spieleinsatz 21.339.124,00 €  
 Gewinnzahlen Eurozahlen  
**13 20 34 38 43** **3 6**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:  
 34 20 38 43 13 6 3

Klasse 1 (5+2)	1	x	10.000.000,00 €
Klasse 2 (5+1)	3	x	305.860,70 €
Klasse 3 (5+0)	4	x	129.368,40 €
Klasse 4 (4+2)	20	x	4.267,80 €
Klasse 5 (4+1)	347	x	307,40 €
Klasse 6 (3+2)	918	x	127,80 €
Klasse 7 (4+0)	782	x	109,10 €
Klasse 8 (2+2)	12.632	x	21,50 €
Klasse 9 (3+1)	15.998	x	19,00 €
Klasse 10 (3+0)	32.663	x	17,60 €
Klasse 11 (1+2)	67.421	x	10,60 €
Klasse 12 (2+1)	227.339	x	9,50 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

24.01.2023	9	16	17	27	31	1	9
31.01.2023	20	21	30	41	43	10	11
07.02.2023	10	15	25	37	46	7	12
14.02.2023	1	2	6	14	45	2	7

**Gewinnzahlen Statistik 5aus50**

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

**Eurozahlen Statistik 2aus12**

1	5	2	8	3	11	4	12	5	11
6	3	7	9	8	8	9	9	10	8
11	**	6	**	6	**	12	**	6	2

Wie oft gezogen? (nach 48 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen  
 \* Spielbar seit 10.10.2014 \*\* Spielbar seit 25.03.2022

**Eurojackpot:** Annahmeschluss dienstags und freitags 18:45 Uhr. Bekanntgabe der Gewinnzahlen auf www.lotto.de.  
 Chance Kl. 1: 1 zu rd. 140 Millionen

**Samstag 25.02.2023 (08. VA)**



Spieleinsatz 4.182.952,50 €

Klasse 1:.....3	=	85.856,2	x	10 €
Klasse 2:.....72	=	8.104,1	x	25 €
Klasse 3:.....610	=	689,8	x	100 €
Klasse 4:.....5533	=	83,7	x	1.000 €
Klasse 5:.....50152	=	5,4	x	10.000 €
Klasse 6:.....483337	=	1,0	x	100.000 €
.....003474	=	unbes.		2,1 Mio. €
Klasse 7:..0660717	=	unbes.		bzw. 10.000 €

Gewinn 2,1 Mio. € monatlich 20 Jahre lang

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

**Freitag 24.02.2023 (08. VA)**



Spieleinsatz 36.944.520,00 €  
 Gewinnzahlen Eurozahlen  
**1 5 12 18 20** **6 7**

Gewinnzahlen in gezogener Reihenfolge: Eurozahlen:  
 1 5 18 20 12 7 6

Klasse 1 (5+2)	unbesetzt	10.000.000,00 €	
Klasse 2 (5+1)	8	x	198.576,70 €
Klasse 3 (5+0)	9	x	99.544,90 €
Klasse 4 (4+2)	51	x	2.897,60 €
Klasse 5 (4+1)	1.002	x	184,30 €
Klasse 6 (3+2)	1.588	x	127,90 €
Klasse 7 (4+0)	1.920	x	76,90 €
Klasse 8 (2+2)	21.585	x	21,80 €
Klasse 9 (3+1)	35.339	x	14,80 €
Klasse 10 (3+0)	69.091	x	14,40 €
Klasse 11 (1+2)	101.755	x	12,20 €
Klasse 12 (2+1)	447.393	x	8,30 €

**Gewinnzahlen der letzten 4 Wochen**

27.01.2023	4	9	29	34	37	3	12
03.02.2023	1	7	17	44	50	2	10
10.02.2023	3	10	20	36	42	8	10
17.02.2023	5	12	15	21	39	3	4

**Gewinnzahlen Statistik 5aus50**

1	60	2	50	3	54	4	59	5	58
6	58	7	63	8	59	9	61	10	54
11	55	12	x	13	55	14	62	15	62
16	58	17	59	18	63	19	66	20	66
21	60	22	56	23	53	24	55	25	58
26	50	27	45	28	51	29	54	30	56
31	53	32	58	33	58	34	64	35	65
36	47	37	50	38	61	39	58	40	56
41	62	42	55	43	59	44	58	45	50
46	61	47	56	48	43	49	72	50	50

**Eurozahlen Statistik 2aus12**

1	106	2	104	3	120	4	120	5	125
6	111	7	122	8	135	9	96	10	81
11	**	9	**	13	4	**	9	**	8

Wie oft gezogen? (nach 571 Ziehungen) Fehlt so viele Wochen  
 \* Spielbar seit 10.10.2014 \*\* Spielbar seit 25.03.2022



Spielteilnahme ab 18 Jahren.  
 Glücksspiel kann süchtig machen.  
 Nähere Informationen unter  
**www.check-dein-spiel.de**  
 oder der kostenlosen Rufnummer  
**0800 1 37 27 00.**

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.

**KENO**

Montag, 20.02.2023

1	2	3	6	10
14	15	18	23	31
33	35	41	43	48
50	53	61	64	66

**plus 5** **3 4 7 1 7**

Dienstag, 21.02.2023

1	3	7	8	16
21	22	25	27	30
32	36	41	47	48
49	54	57	64	68

**plus 5** **4 5 8 0 1**

Mittwoch, 22.02.2023

2	7	9	10	15
19	20	23	26	32
33	36	38	39	54
58	59	62	69	70

**plus 5** **0 0 0 8 1**

Donnerstag, 23.02.2023

11	12	19	22	23
34	38	39	42	43
46	47	49	52	53
57	58	61	62	67

**plus 5** **3 7 5 2 7**

Freitag, 24.02.2023

3	6	10	15	18
21	25	29	34	43
44	45	46	47	53
63	66	68	69	70

**plus 5** **6 6 5 9 4**

Samstag, 25.02.2023

1	2	5	7	8
10	17	18	19	23
32	33	39	42	46
47	54	62	67	68

**plus 5** **0 3 0 7 5**

Sonntag, 26.02.2023

3	9	10	20	22
23	24	29	32	36
37	40	42	43	45
50	55	58	67	70

**plus 5** **3 6 0 6 2**

**08. Veranstaltung (20.02. - 26.02.23)**

KENO Spieleinsatz:	2.469.712,00 €
KENO Gewinnsumme:	1.290.986,00 €
plus 5 Spieleinsatz:	191.817,00 €
plus 5 Gewinnsumme:	105.382,00 €

**Ziehungsstatistik**

Wie oft gezogen? (Basis 2.2.2004, 6.634 Ziehungen)

11871	21963	31895	41820	51849	61864	71914
81900	91951	101945	111884	121885	131857	141868
151888	161882	171864	181895	191855	201944	211914
221823	231860	241928	251891	261907	271949	281888
291928	301853	311886	321949	331965	341872	351858
361929	371850	381922	391915	401889	411902	421868
431915	441929	451857	461856	471875	481872	491983
501901	511865	521911	531942	541854	551933	561876
571920	581911	591908	601933	611830	621838	631910
641978	651886	661936	671844	681871	691892	701914

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 bzw. www.sachsenlotto.de, Gewinnzahlen im MDR-Videotext Seite 599.

TV-Tipp: Ab Montag, 6. März, 20:15 Uhr, ZDF

# Der Schwarm

Was passiert, wenn die Natur zurückschlägt? In verschiedenen Regionen der Welt scheint vom Meer plötzlich eine unbestimmte Gefahr auszugehen. Eine Handvoll internationaler Wissenschaftler erkennt einen größeren Zusammenhang zwischen den Ereignissen und stellt eine These auf, die an den Grundfesten der menschlichen Zivilisation rüttelt: Da draußen, in großer Tiefe, gibt es intelligentes Leben, das älter und mächtiger als die Menschheit ist und das sich nun zu wehren beginnt... Am Montag, 6. März, startet die achtteilige Thriller-Serie im ZDF. Von da an werden täglich um 20:15 Uhr zwei Folgen der internationalen ZDF-Koproduktion ausgestrahlt.



## Titelbild des Jahres 2022

52 tolle Motive haben im vergangenen Jahr den Titel unserer Kundenzeitschrift geziert. Vor fünf Wochen fragten wir die Leserinnen und Leser, welches Titelbild ihr Favorit ist – und nun stehen die Gewinner fest.

Den dritten Platz, mit insgesamt 5,4 Prozent aller Stimmen, belegt das Valentinstagsmotiv aus der Ausgabe Nr. 6/2022. Weihnachtlich geht es auf den ersten beiden Plätzen weiter. Nur 0,9 Prozent aller abgegebenen Stimmen trennen den Sie-

ger vom Zweitplatzierten. Denn Titelbild des Jahres wurde das Motiv der Ausgabe 49/2022 zum Thema „Winter-Wunderland“ mit 10,8 Prozent, dicht gefolgt vom Weihnachtsmarktmotiv aus Ausgabe 48/2022 mit 9,9 Prozent der Stimmen.

Wir bedanken uns bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern für ihr Feedback und hoffen, dass Ihnen auch unsere Titelbilder im Jahr 2023 gefallen. Die Gewinner der Geldpreise werden wie immer schriftlich benachrichtigt.



2.



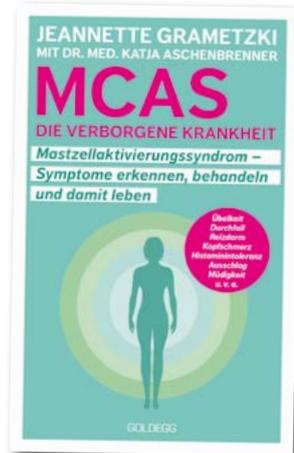
1.



3.

## Buch-Tipp

# MCAS – Die verborgene Krankheit



Viele Menschen leiden unter verschiedensten Symptomen, ohne eine schlüssige Diagnose für ihren Zustand zu bekommen. „MCAS – Mastzellaktivierungssyndrom“ heißt die neue, weitgehend unbekannte Erkrankung. Mastzellen sind Immunzellen, die im Körper als erste Abwehrstelle Botenstoffe gegen Viren, Parasiten und Bakterien einsetzen. Außer Kontrolle geraten, verursachen sie eine Vielzahl an Symptomen wie Darmkrämpfe, Verdauungsprobleme, Durchfall, Asthma, Atemnot, Juckreiz, Kopfschmerzen, Neurodermitis, Müdigkeit, Störungen des zentralen Nervensystems und vieles mehr. Die Autorin schildert ihren leidvollen Weg zur Diagnose, beschreibt die Erkrankung, gibt Ratschläge, welche Untersuchungen wichtig sind und bietet praktische Hilfe.

## Zu gewinnen

Das glüXmagazin verlost 5 x 1 Buch „MCAS – Die verborgene Krankheit“. Wenn Sie gewinnen möchten, beantworten Sie folgende Frage: **Wofür steht die Abkürzung MCAS?** Die Versandadresse sowie Teilnahmebedingungen und Einsendeschluss finden Sie auf Seite 9. Kennwort: MCAS.



## Lebendiges Architekturmuseum in Rumänien

# Timisoara ist europäische Kulturhauptstadt 2023

Timisoara im Westen Rumäniens ist in diesem Jahr zusammen mit Elefsina in Griechenland und Veszprém in Ungarn eine der drei europäischen Kulturhauptstädte. Dabei steht die multi-kulturelle Tradition der Stadt, die bis zum Ende des Ersten Weltkriegs zur Habsburger Monarchie gehörte, im Mittelpunkt. Sie überzeugt durch ihre Vielfalt.

Das Programm steht unter dem Motto „Lass die Stadt durch Dich erstrahlen!“ (engl. „Shine your light! Light up your city!“). Drei große Events bilden den Rahmen für ein Jahr mit Hunderten von kulturellen Veranstaltungen, von Tanzvorführungen in Hinterhöfen bis hin zu Theatervorstellungen in Kirchen und Open-Air-Konzerten an zentralen Plätzen sowie in den Parks am Ufer des Bega-Kanals. Dazu gehören die Eröffnung des Kulturhauptstadtjahres vom 17. bis zum 19. Februar, das Stadtfest vom 1. bis zum 3. September und die Abschlussveranstaltung vom 16. bis zum 19. Dezember. Ein besonderer Veranstaltungsort ist die ehemalige Reithalle der Siebenbürger Kaserne, sie wird inzwischen als zweite Spielstätte des Nationaltheaters genutzt (siehe Foto Mitte).

Die 300 000-Einwohner-Stadt Timisoara, auf Deutsch auch Temeswar genannt, ist bislang kein ausgesprochenes Ziel für Städtetouristen, hat jedoch viel zu bieten. Hier finden sich mehr als 10 000 denkmalgeschützte Gebäude, vorwiegend aus der Zeit des Barock sowie der Sezession beziehungsweise des Jugendstils. Außerdem gibt es drei große Plätze, die zum Besichtigen, Flanieren und Dinieren einladen, Parkanlagen und moderne Shoppingmalls, Revolutions-, Freilicht- und Kunstmuseen, Kultur- und Theaterprojekte sowie Reste einer alten Festungsanlage.

### Thematische Stadtrundgänge

Neben der Altstadt sowie dem Stadtteil Cetate, mit Dom, orthodoxer Kirche, Opernhaus, Hunyadi-Schloss und Dikasterialpalast, lohnt sich auch eine Besichtigung etwas außerhalb gelegener Stadtteile wie der Fabrikstadt, der Josefstadt oder der Elisabethstadt. Für das Kulturhauptstadtjahr hat die Vereinigung der Stadtführerinnen und Stadtführer mehrere thematisch orientierte Stadtrundgänge ausgearbeitet. Neben der klassischen Tour durch die Innenstadt und einem Spaziergang durch die Fabrikstadt sind auch Stadtführungen zur Street-Art und zur

Die Kathedrale der Heiligen drei Hierarchen ist eines der Wahrzeichen der Stadt.



Sezessionsarchitektur im Angebot.

Ludovic Satmari, der diese Touren konzipiert hat, bietet mit seinen geführten Stadtpaziergängen einen idealen Einstieg in eine faszinierende Stadt, die schon seit Jahrhunderten überaus multikulturell geprägt ist. Sein Rundgang durch die Altstadt beginnt am Schloss Hunyadi, das von den Ungarn Anfang des 14. Jahrhunderts erbaut wurde. Später geriet die Region unter osmanische Kontrolle. Timisoara und das Banat waren über 150 Jahre lang eine türkische Provinz. Als Prinz Eugen die Stadt 1716 für die Österreicher zurückeroberte, wurde sie komplett neu aufgebaut. Es entstand eine neue, quadratisch angelegte Stadt, doch es fehlte an Bewohnerinnen und Bewohnern. Also beschlossen die Österreicher, katholische Siedler hier her zu bringen, viele davon aus Süd- und Südwestdeutschland. Die meisten reisten per Boot über die Donau an. Von 1718 bis 1785 gab es drei große Kolonisierungswellen, sodass sich die Bevölkerungsstruktur der Region massiv veränderte.

## Klein-Wien

Beim Anblick der prachtvollen Häuser und Stadtpaläste in der Cetate wird greifbar, warum Timisoara auch Klein-Wien genannt wird. Insgesamt 14 Brücken verbinden das Nordufer der Bega mit dem Südufer. Für Blumenfreunde lohnt sich ein Spaziergang zum „Parcul Rozelor“, dem Rosengarten beziehungsweise Rosengarten. Dieser wurde nach der Schleifung der Festungsanlagen konzipiert. Sein jetziges Aussehen, geprägt durch Rundbeete, Rosenspaliere und Promenadenwege, erhielt er im Jahr 2011. Eine Open-Air-Bühne im Park bietet eine Traumkulisse für das jährliche Opern- und Operettenfestival sowie das Folklorefestival Inimilor – und für weitere Aktivitäten während des Kulturhauptstadtjahrs.

*Rainer Heubeck entdeckte die Besonderheiten der europäischen Kulturhauptstadt 2023*

Fotos: Rainer Heubeck



Öffentlicher Nahverkehr einmal anders: Auf dem Bega-Kanal verkehren regelmäßig Linienboote beziehungsweise Wasserbusse.

Für das Kulturhauptstadtjahr haben die Tourguides der Stadt auch einen Rundgang zum Thema Street-Art vorbereitet.



Mehr Infos:

[centruldeproiecte.ro](http://centruldeproiecte.ro)  
[timisoaracitytours.com](http://timisoaracitytours.com)  
[heritageoftimisoara.ro/en](http://heritageoftimisoara.ro/en)



# Preisrätsel der Woche



indischer Volksstamm	Hauptstadt d. Philippinen	Blutader	lateinisch: Geschlecht	Schmierstoff	Papierzählmaß	Geltung, Ruf, Prestige	altröm. Göttin der Ernte	Talsperre im Sauerland	ägyptischer Erntegott	Meeressäugtier	Zuruf an Zugtiere: Halt!
fleißiges Insekt				namhaft, angesehen							
lymphatisches Rachen-gewebe		4		zwei-gliedrige Summe (math.)		Luftleit-vorrich-tung				10	franzö-sisches Depar-temment
			Autor von ‚08/15‘	gebildet					fast immer		Sage um einen Heiligen
Sprengkörper		Schreib-geräte (Kw.)				Vor-halle	streng		Maultier		
Vorname des Sängers Presley		6		süd-afrikan. Trocken-steppe		TV-Gerät					
		Schau-platz e. irischen Sage		Staats-besitz in Übersee				9	Sinnes-organe		Abk.: Grund-ordnung
spanischer Artikel	ein Mineral	indischer Bundes-staat			dänische Schla-gersän-gerin	ver-dunsten-des Wasser		Him-mels-richtung			
fein			Schach-figuren		lyrisches Werk					Schlim-mes	
nicht präzise	hoch-betagt		Kinder-fahrzeug		2			heiliger Drachen-kämpfer		Ab-schieds-gruß	5
	8			nord-afrik. Sand-sturm		Ort bei Basel		Stil-richtung in der Kunst			im Jahre (latein.)
			Ziererei	deut-liche Fuß-spuren						Sprache der Fulbe	englisch: rot
englisches Flächen-maß		Spuren des Feder-viehs					Zwerge		weit entfernt, abgelegen		
sonderbar		7		eigent-licher Name Defoes		Ort bei Fried-land	Ent-setzen				
			Kfz-K. Aalen	Stolper-falle						1	englisch: tun, machen
kurz für: an das	Apparat		3				gelber Pflanzen-farbstoff				
Augen-flüssig-keit					dumm		Abk.: Fest-meter				

## Impressum

Folgen Sie uns auf den sozialen Netzwerken:



Herausgeber:  
Sächsische Lotto-GmbH  
Oststraße 105, 04299 Leipzig  
So erreichen Sie uns: E-Mail: [service@sachsenlotto.de](mailto:service@sachsenlotto.de)  
Servicecenter: 0800 7546496 (kostenlos aus allen Netzen), [www.sachsenlotto.de](http://www.sachsenlotto.de)  
Spielsucht-Hotline der BZgA:  
0800 1 372 700 (kostenlos und anonym)  
Redaktionsleitung: Clemens Buch, Viktoria Kesper  
Redaktion: Kerstin Waschke  
Layout: Lukas Würges, Yvonne Heinrichs, Jan Meißner, Jennifer Grebing  
Herstellung, Druck:  
Konradin Druck GmbH, Leinfelden-Echterdingen  
Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Veröffentlichung aller Zahlenangaben ohne Gewähr. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Redaktion.  
Titelbild: kanuman – stock.adobe.com

starkes Brett										
Radio-wellen-bereich (Abk.)				griechi-sche Unheils-göttin				100 qm in der Schweiz		
Schul-leiter			Vorname der US-Schausp. Gardner †							
Flug-sand-hügel										

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

Lösung aus  
glüXmagazin  
Nr. 08/2023

ANFASSEN

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Bitte tragen Sie hier die Lösungsbuchstaben ein.

## 1. Preis: Ein Food-Processor 1,7 Liter von KitchenAid

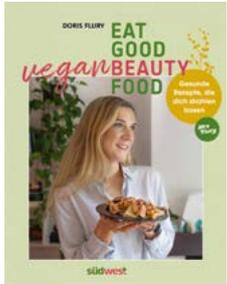
Immer in Eile? Dann reduzieren Sie die Vorbereitungszeit für aufwändige Gerichte. Kneten, pürieren, hacken, mixen, schneiden oder reiben – der Food-Processor von KitchenAid ist eine echte Küchenhilfe, wenn es um die Zubereitung von frischen und gesunden Mahlzeiten geht.

Mit einem Fassungsvermögen von 1,7 Litern ist das Multitalent jeder kulinarischen Herausforderung in der Küche gewachsen. Auch raffinierte und anspruchsvolle Gerichte lassen sich leicht zubereiten. Der Food-Processor ist zudem sehr kompakt und passt selbst in die kleinste Küche.

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



## 2.-6. Preis: Je ein Buch „Eat good vegan beauty food“



Mit diesen 85 veganen Beauty-Rezepten erklärt die Ernährungswissenschaftlerin Doris Flury alles über eine ausgewogene Ernährung und zeigt, welche wichtigen Nährstoffe wo drinstecken und warum gewisse Lebensmittel gut für die Schönheit sind. Mit welchem Frühstück startet man energiereich in den Tag? Mit welchen Gerichten kurbelt man den Stoffwechsel und die Kollagenbildung an? Das und noch viel mehr verrät Doris Flury in diesem Buch.

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

## 7.-9. Preis: Je ein Feel-good-Puzzle „Into the wild: Jungle fever“

Großer Puzzle-Spaß! Dieses 1 000-Teile-Puzzle bietet

die perfekte Auszeit vom Alltag und ist ein ideales Geschenk für alle naturverbundenen Puzzlefans mit Fernweh. Stylish, wild und faszinierend.

[www.emf-verlag.de](http://www.emf-verlag.de)



## 10.-12. Preis: Je ein Hörbuch „Die Inkommensurablen“

Wien, 1914: Bald läuft das deutsche Ultimatum ab. Die Stadt ist ein reißender Strom. Mit den in diesem Taumel trifft Hans, ein Pferdeknecht aus Tirol, auf Adam und Klara. Gemeinsam verbringen die drei jungen Menschen den letzten Abend vor der Mobilmachung.

[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

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

## Profi

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

## Lösung KW 08/2023

### Anfänger

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

### Profi

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

## Teilnahmebedingungen Kreuzworträtsel:

Senden Sie die Lösung per Postkarte an:

**glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**

Sie können die Lösung auch per E-Mail an [gewinnspiel@gluexmagazin.com](mailto:gewinnspiel@gluexmagazin.com) senden. Bitte tragen Sie das Lösungswort in den Betreff der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre vollständige Anschrift. Einsendeschluss ist der **06.03.2023**. Es zählt das Datum des Poststempels bzw. bis 18:00 Uhr muss Ihre E-Mail eingegangen sein. Sollten mehr richtige Lösungen eingehen, als Preise vorhanden sind, entscheidet das Los. Gewinne können weder umgetauscht noch ausgezahlt werden (Rechtsweg ausgeschlossen. Teilnahme ab 18 Jahren). Mitarbeitende der Lotto-Gesell-

schaften in der glüXmagazin-Kooperation und deren Angehörige sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Nur ausreichend frankierte Einsendungen nehmen am Gewinnspiel teil. Personenbezogene Daten werden ausschließlich zur Durchführung des Gewinnspiels verarbeitet und nicht an Dritte weitergegeben.

### Auslosung Kreuzworträtsel, Nr. 07/2023:

Ein Bodenstaubsauger VCC 3851 von Grundig geht an eine Gewinnerin aus Weinsheim.

Alle Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

## Allgemeine Teilnahmebedingungen:

Für alle weiteren Gewinnspiele in diesem glüXmagazin gilt die nachfolgende Regelung: Schreiben Sie das entsprechende Kennwort auf eine Postkarte und schicken Sie diese ausreichend frankiert an die folgende Adresse:

**glüXmagazin, Postfach 30 07 65, 56029 Koblenz**

Per E-Mail an [gewinnspiel@gluexmagazin.com](mailto:gewinnspiel@gluexmagazin.com) können Sie ebenfalls teilnehmen: Bitte tragen Sie das entsprechende Kennwort in den Betreff der E-Mail ein und schreiben in die Nachricht die Antwort auf die Gewinnspielfrage, Ihren Vor- und Nachnamen sowie Ihre Anschrift. Einsendeschluss ist der **06.03.2023**.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahme ist nur Personen über 18 Jahren gestattet. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind Lotto-Mitarbeitende und deren Angehörige.

# Zeichen setzen

## 13er Ergebniswette / 6aus45 Auswahlwette

	Spiel	Gastgeber/Gast	Tendenz	Vorrunde	Letzte 2 Jahre		Gastgeber	Gast		
1. Bundesliga	1	SA	1. FC Union Berlin (3) - 1. FC Köln (12)	5-3-2	1:0	2:1	1:0	SsSuN	UusNn	
	2	SA	1. FSV Mainz 05 (8) - TSG 1899 Hoffenheim (16)	*	4-3-3	1:4	1:1	2:0	sNsSs	nNnNn
	3	SA	Borussia Mönchengladbach (10) - SC Freiburg (5)	*	4-3-3	0:0	2:1	0:6	SuNsN	sNsSu
	4	SA	VfL Bochum 1848 (17) - FC Schalke 04 (18)		4-3-3	1:3	-	-	NsNnN	uUuUs
	5	SA	FC Augsburg (13) - SV Werder Bremen (9)		4-3-3	1:0	2:0	-	NsNsN	sSsNs
	6	SA	VfB Stuttgart (15) - FC Bayern München (1)		2-2-6	2:2	1:3	0:5	NnNsN	uSsNs
	7	SO	Bayer 04 Leverkusen (11) - Hertha BSC (14)		6-2-2	2:2	0:0	2:1	nNsnU	nNnNs
	8	SO	VfL Wolfsburg (7) - Eintracht Frankfurt (6)	*	4-3-3	1:0	2:1	1:1	NnUnS	UsNsN
2. Bundesliga	9	SA	1. FC Heidenheim 1846 (3) - SV Darmstadt 98 (1)		3-3-4	2:2	3:0	2:1	sNuS	sSsSu
	10	SO	SpVgg Greuther Fürth (11) - Hannover 96 (9)		4-3-3	1:2	4:1	-	NsNsN	nNnUn
	11	SO	Hansa Rostock (13) - Karlsruher SC (10)		4-3-3	0:2	-	1:3	NnSnN	nUsSs
	12	SO	Eintracht Braunschweig (15) - DSC Arminia Bielefeld (16)		4-3-3	1:4	-	-	NsNnN	nSnNn
	13	SO	FC Liverpool (7) - Manchester United (3)		4-3-3	1:2	0:0	4:0	uNsSU	NsuSs
	14	SA	Manchester City (2) - Newcastle United (5)		7-2-1	3:3	2:0	5:0	NsSUS	sUuUn
	15	SA	Aston Villa (11) - Crystal Palace (12)	*	4-3-3	1:3	3:0	1:1	SnNnS	uNuUu
1. Liga England	16	SA	Brighton & Hove Albion (8) - West Ham United (16)		5-3-2	2:0	1:1	3:1	sUuUn	sUuNs
	17	SA	FC Chelsea (10) - Leeds United (17)		6-2-2	0:3	3:1	3:2	UuUnN	NUnNs
	18	SA	Wolverhampton Wanderers (15) - Tottenham Hotspur (4)		3-3-4	0:1	1:1	0:1	NsSnU	SsNss
	19	SA	FC Southampton (20) - Leicester City (14)	*	4-3-3	2:1	1:1	2:2	nNnSN	uSsNn
	20	SO	Nottingham Forest (13) - FC Everton (18)		4-3-3	1:1	-	-	UsNuN	NsNsn
1. Liga Italien	21	SA	AC Monza (11) - FC Empoli (12)	*	5-3-2	0:1	1:1	-	SuSnN	uNuUn
	22	SA	Atalanta Bergamo (6) - Udinese Calcio (10)		6-2-2	2:2	3:2	1:1	sNsnN	uNuNu
	23	SA	AC Florenz (15) - AC Mailand (3)		3-3-4	1:2	2:3	4:3	nUnNu	nNsSs
	24	SO	Spezia Calcio (17) - Hellas Verona (18)		3-3-4	2:1	0:1	1:2	NnUnU	sUusN
	25	SO	Sampdoria Genua (19) - US Salernitana (16)		4-3-3	0:4	-	1:2	nNUun	SnnNs
1. Liga Spanien	26	SA	FC Getafe (19) - Girona FC (11)		4-3-3	1:3	-	-	NnUus	nsNsS
	27	SA	UD Almeria (15) - FC Villarreal (10)		3-3-4	1:2	-	-	sNnNs	snNnN
	28	SA	RCD Mallorca (9) - Elche CF (20)	*	5-3-2	1:1	-	2:2	NsNsN	NsNnn
	29	SA	Atletico Madrid (4) - Sevilla FC (14)		6-2-2	2:0	2:0	1:1	SuSsU	sNsUn
	30	SO	Real Valladolid (17) - Espanyol Barcelona (12)		4-3-3	0:1	-	-	sSuNN	NunSs
1. Liga Frankreich	31	SA	RC Lens (4) - Lille OSC (6)		4-3-3	0:1	0:3	1:0	nUNsU	uSsNs
	32	SA	Paris Saint-Germain (1) - FC Nantes (13)		7-2-1	3:0	1:2	3:1	SsNsS	nSsNn
	33	SO	Montpellier Hérault SC (14) - Angers SCO (20)		5-3-2	1:2	4:1	4:1	nNsSu	nUuNn
	34	SO	Stade Reims (10) - AC Ajaccio (17)		5-3-2	1:0	-	-	sUsUs	SnnNs
	35	SO	RC Strasbourg Alsace (15) - Stade Brestois (18)	**	6-2-2	1:1	2:2	3:1	NsNsU	UuNnN
3. Liga	36	SO	Toulouse FC (11) - Clermont Foot (12)		5-3-2	0:2	3:2	-	sNsnN	UnnNu
	37	SO	Olympique Lyon (9) - FC Lorient (8)		6-2-2	1:3	4:1	1:1	uSsNS	NuNsn
	38	SA	SV Wehen Wiesbaden (3) - FC Ingolstadt 04 (9)		5-3-2	3:2	1:2	-	SuSnN	NnnSu
	39	SA	TSV 1860 München (8) - FC Viktoria Köln (11)	*	3-4-3	1:1	1:1	3:0	nUNnU	nnUsU
	40	SA	SV Meppen (19) - Hallescher FC (17)		4-3-3	1:1	2:1	4:1	uUsNU	nNnSu
	41	SA	SG Dynamo Dresden (7) - FC Erzgebirge Aue (13)		4-4-2	1:0	-	0:1	SsSuU	uNsSs
	42	SA	FSV Zwickau (20) - SC Verl (10)		2-4-4	0:3	3:0	1:3	SuNnN	sUnSs
	43	SA	1. FC Saarbrücken (5) - VfL Osnabrück (4)		4-3-3	2:2	-	1:2	NnSnN	SsSns
	44	SO	Rot-Weiss Essen (14) - SpVgg Bayreuth (15)		4-3-3	1:1	-	-	NuNsU	sNnSs
	45	SO	VfB Oldenburg (18) - MSV Duisburg (12)	*	3-3-4	1:1	-	-	UuNnN	nUsNu

\* = remisverdächtig \*\* = stark remisverdächtig

Spitzenduell in der 2. Bundesliga: Gibt es am 23. Spieltag bereits eine Vorentscheidung im Aufstiegsrennen? Der SV Darmstadt 98 will auch beim FC Heidenheim zeigen, dass er zurecht in der Tabelle ganz vorne steht. Die Lilien konnten zuletzt auch dank des Treffers von Winter-Neuzugang Filip Stojilkovic (Foto) bereits den Hamburger SV auf Abstand halten, jetzt wollen sie sich gegen die Elf von der Ostalb weiter absetzen und Kurs Richtung Fußball-Oberhaus nehmen. Doch auch die Heidenheimer spielen eine starke Saison und haben aktuell den Relegationsplatz inne. Wer sich am Wochenende durchsetzt, verschafft sich im Kampf um den Aufstieg eine richtig gute Ausgangsposition.



Foto: pa / Foto Huebner

## TOTO-Ergebnisse vom 25./26.02.2023

	Ergebnis	Tipp
1	FC Bayern München - 1. FC Union Berlin	3:0 1
2	RB Leipzig - Eintracht Frankfurt	2:1 1
3	1. FC Köln - VfL Wolfsburg	0:2 2
4	TSG 1899 Hoffenheim - Borussia Dortmund	0:1 2
5	Hertha BSC - FC Augsburg	2:0 1
6	SV Werder Bremen - VfL Bochum 1848	3:0 1
7	FC Schalke 04 - VfB Stuttgart	2:1 1
8	SC Freiburg - Bayer 04 Leverkusen	1:1 0
9	SV Darmstadt 98 - Hamburger SV	1:1 0
10	DSC Arminia Bielefeld - 1. FC Heidenheim 1846	0:1 2
11	FC St. Pauli - Hansa Rostock	1:0 1
12	Hannover 96 - 1. FC Magdeburg	1:2 2
13	Tottenham Hotspur - FC Chelsea	2:0 1

14	0:2	21	0:1	28	2:3	35	0:1	42	2:1
15	1:0	22	1:0	29	3:0	36	3:0	43	5:3
16	0:1	23	3:0	30	1:3	37	0:3	44	1:1*
17	4:0	24	2:1	31	1:1	38	4:1	45	2:1
18	1:4	25	1:0	32	0:1	39	0:0		
19	0:0	26	1:1	33	2:1	40	1:1		
20	0:2	27	1:0	34	1:1	41	4:0		

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

### Wichtig für den TOTO-Wettbewerb vom 04./05.03.2023

Spiele 1-13 = 13er Ergebniswette  
 Spiele 1-45 = 6aus45 Auswahlwette  
 Spiele 1-45 = Meisterschaftsspiele  
 Spiele 1-8 = 1. Bundesliga  
 Spiele 9-12 = 2. Bundesliga  
 Spiele 13-20 = 1. Liga England  
 Spiele 21-25 = 1. Liga Italien  
 Spiele 26-30 = 1. Liga Spanien  
 Spiele 31-37 = 1. Liga Frankreich  
 Spiele 38-45 = 3. Liga

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. Älteste Ergebnisse/Form von links nach rechts.

## Wettrunde vom 25./26.02.23 (08. VA)

**TOTO 13er Ergebniswette**

Jackpot in Klasse 1: rund 100.000 Euro

Spieleinsatz 529.876,50 €  
 Gewinnreihe

1	1	2	2	1	1	1	0	0	2	1	2	1
Klasse 1 (13 Richtige)	21	x										5.298,70 €
Klasse 2 (12 Richtige)	584	x										108,80 €
Klasse 3 (11 Richtige)	5.848	x										10,80 €
Klasse 4 (10 Richtige)	31.109	x										2,50 €

Chance auf den Höchstgewinn: 1:1.594.323

## TOTO 6aus45 Auswahlwette

Jackpot in Klasse 1: rund 300.000 Euro

Spieleinsatz 226.322,20 €  
 Gewinnspiele Zusatzspiel

8	9	26	31	34	40	44
Klasse 1 (6)						306.150,70 €
Klasse 2 (5+ZS)						24.345,80 €
Klasse 3 (5)						5 x 1.697,40 €
Klasse 4 (4)						396 x 42,80 €
Klasse 5 (3+ZS)						369 x 23,00 €
Klasse 6 (3)						7.340 x 3,80 €

Chance auf den Höchstgewinn: 1:8.145.060

Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Bayern München (M)	22	64:21	46	7 4 0	6 3 2
2. Borussia Dortmund	22	45:27	46	8 1 1	7 0 5
3. 1. FC Union Berlin	22	35:27	43	7 3 0	6 1 5
4. RB Leipzig (P)	22	45:27	42	8 2 1	4 4 3
5. SC Freiburg	22	35:32	41	7 3 1	5 2 4
6. Eintracht Frankfurt	22	43:31	38	7 1 3	4 4 3
7. VfL Wolfsburg	22	40:29	33	4 3 3	5 3 4
8. FSV Mainz 05	22	37:34	32	4 4 3	5 1 5
9. Werder Bremen (N)	22	34:41	30	5 1 6	4 2 4
10. Bor. Mönchengladbach	22	38:39	29	7 1 3	1 4 6
11. Bayer Leverkusen	22	36:36	28	4 2 5	4 2 5
12. 1. FC Köln	22	32:36	26	5 3 3	1 5 5
13. FC Augsburg	22	26:38	24	4 2 5	3 1 7
14. Hertha BSC	22	27:40	20	4 4 4	1 1 8
15. VfB Stuttgart	22	27:38	19	4 3 4	0 4 7
16. TSG 1899 Hoffenheim	22	29:41	19	3 2 7	2 2 6
17. VfL Bochum	22	24:54	19	5 1 4	1 0 11
18. FC Schalke 04 (N)	22	16:42	16	3 3 6	0 4 6

2. Bundesliga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Darmstadt 98	22	37:17	49	7 5 0	7 2 1
2. Hamburger SV	22	41:26	45	7 1 3	7 2 2
3. 1. FC Heidenheim	22	44:25	43	8 3 0	4 4 3
4. SC Paderborn 07	22	46:27	39	8 0 3	4 3 4
5. 1. FC Kaiserslautern (N)	22	37:28	38	5 4 2	5 4 2
6. Fortuna Düsseldorf	22	36:29	35	8 1 2	3 1 7
7. FC St. Pauli	22	30:26	32	6 5 0	2 3 6
8. Holstein Kiel	22	39:37	32	4 4 3	4 4 3
9. Hannover 96	22	31:30	29	5 2 4	3 3 5
10. Karlsruher SC	22	33:33	28	5 2 5	3 2 5
11. SpVgg Greuther Fürth (A)	22	28:34	26	5 5 1	1 3 7
12. 1. FC Nürnberg	22	18:32	25	5 1 5	2 3 6
13. Hansa Rostock	22	18:29	24	3 1 7	4 2 5
14. 1. FC Magdeburg (N)	22	29:42	24	2 2 6	5 1 6
15. Eintr. Braunschweig (N)	22	26:38	21	4 2 5	1 4 6
16. Arminia Bielefeld (A)	22	28:35	20	4 0 7	2 2 7
17. Jahn Regensburg	22	22:38	20	3 5 3	2 0 9
18. SV Sandhausen	22	23:40	19	3 2 5	2 2 8

3. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SV Elversberg (N)	24	59:19	57	10 1 2	8 2 1
2. SC Freiburg II	23	31:22	45	8 3 1	5 3 3
3. SV Wehen Wiesbaden	24	44:31	44	6 3 2	7 2 4
4. VfL Osnabrück	24	49:36	40	8 1 3	4 3 5
5. 1. FC Saarbrücken	24	37:29	39	4 4 3	7 2 4
6. SV Waldhof Mannheim	24	38:40	39	10 1 1	2 2 8
7. Dynamo Dresden (A)	24	42:28	38	4 5 3	6 3 3
8. TSV 1860 München	24	38:33	35	7 1 4	3 4 5
9. FC Ingolstadt 04 (A)	24	35:31	35	4 3 5	6 2 4
10. SC Verl	24	35:32	34	6 5 2	3 2 6
11. Viktoria Köln	23	32:31	32	5 2 4	3 6 3
12. MSV Duisburg	24	29:30	30	3 5 4	5 1 6
13. Erzgebirge Aue (A)	24	29:33	30	4 4 4	4 2 6
14. Rot-Weiss Essen (N)	24	29:34	29	3 6 2	3 5 5
15. SpVgg Bayreuth (N)	24	25:44	25	5 2 5	2 2 8
16. Borussia Dortmund II	24	22:34	24	4 1 8	3 2 6
17. Hallescher FC	24	29:41	21	4 3 6	1 3 7
18. VfB Oldenburg (N)	24	27:45	21	2 4 6	3 2 7
19. SV Meppen	24	23:39	20	3 3 6	0 8 4
20. FSV Zwickau	24	22:43	20	3 2 6	2 3 8

Belgien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. Union St. Gilloise	27	55:33	56	9 2 2	8 3 3
3. FC Antwerpen	27	46:24	54	10 2 1	6 4 4
13. KV Mechelen	26	37:46	30	6 5 3	2 1 9
16. SV Zulte-Waregem	27	35:57	23	3 4 7	2 4 7

Belgien Pokal - Halbfinale		
Union St. Gilloise (1) - FC Antwerpen (1)	H:	1:0/R: 02.03.
SV Zulte-Waregem (1) - KV Mechelen (1)	H:	1:2/R: 28.02.

England 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Arsenal	24	52:23	57	8 2 1	10 1 2
2. Manchester City (M)	25	64:25	55	10 1 1	7 3 3
3. Manchester United	24	41:28	49	9 2 1	6 2 4
4. Tottenham Hotspur	25	46:35	45	9 0 4	5 3 4
5. Newcastle United	23	35:15	41	6 5 1	4 6 1
6. FC Fulham (N)	25	36:31	39	6 4 3	5 2 5
7. FC Liverpool (PL)	23	38:28	36	7 3 1	3 3 6
8. Brighton & Hove Albion	22	39:29	35	5 2 4	5 3 3
9. FC Brentford	23	37:30	35	6 5 1	2 6 3
10. FC Chelsea	24	23:25	31	5 3 3	3 4 6
11. Aston Villa	24	30:38	31	5 2 5	4 2 6
12. Crystal Palace	24	21:31	27	4 5 4	2 4 5
13. Nottingham Forest (N)	24	18:42	25	5 4 3	1 3 8
14. Leicester City	24	36:42	24	3 3 6	4 0 8
15. Wolverhampton Wanderers	24	18:33	24	4 2 6	2 4 6
16. West Ham United	24	23:29	23	5 2 5	1 3 8
17. Leeds United	24	29:39	22	4 4 4	1 3 8
18. FC Everton	24	17:32	21	4 2 7	1 4 6
19. AFC Bournemouth (N)	24	22:48	21	3 4 5	2 2 8
20. FC Southampton	24	19:41	18	1 3 7	4 0 9

England 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. Sheffield United	33	53:30	64	11 3 3	8 4 4
4. Blackburn Rovers	34	38:38	55	11 1 4	6 3 9
13. Bristol City	33	43:41	44	7 5 6	4 6 5

England FA Cup - 4. Runde (Auszug)		
Manchester City (1) - FC Arsenal (1)		1:0
FC Walsall (4) - Leicester City (1)		0:1
Accrington Stanley (3) - Leeds United (1)		1:3
Blackburn Rovers (2) - Birmingham City (3)	H:	2:2/R: nV 1:0
Bristol City (2) - West Bromwich Albion (2)		3:0
FC Fulham (1) - AFC Sunderland (2)	H:	1:1/R: 3:2
Preston North End (2) - Tottenham Hotspur (1)		0:3
Manchester United (1) - FC Reading (2)		3:1
AFC Wrexham (5) - Sheffield United (2)	H:	3:3/R: 1:3
Derby County (3) - West Ham United (1)		0:2

Dänemark 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Nordsjælland	19	34:16	39	7 2 1	4 4 1
2. Viborg FF	19	28:20	35	5 3 1	5 2 3
3. FC Kopenhagen (M)	19	32:20	33	5 2 2	5 1 4
4. Randers FC	19	24:26	28	5 2 3	2 5 2
5. FC Midtjylland (P)	18	28:22	26	2 3 4	4 5 0
6. Aarhus GF	19	21:19	26	3 3 4	4 2 4
7. Silkeborg IF	19	28:29	25	4 1 4	3 3 4
8. Odense BK	19	25:29	25	3 3 4	3 4 2
9. Brøndby Kopenhagen	18	28:30	24	4 3 3	2 3 3
10. AC Horsens (N)	19	24:30	22	5 3 2	1 1 7
11. Aalborg BK	19	17:30	14	1 4 4	2 1 7
12. Lyngby BK (N)	19	16:34	9	0 4 5	1 2 7

Dänemark Pokal - Achtelfinale (Auszug)		
Viborg FF (1) - FC Midtjylland (1)		3:1
Middelfart G&BK (Am.) - Aalborg BK (1)		1:2

Frankreich 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. Paris Saint-Germain (M)	25	62:23	60	10 2 0	9 1 3
2. Olympique Marseille	25	48:25	52	7 2 4	9 2 1
3. AS Monaco	25	53:34	50	7 2 4	8 3 1
4. RC Lens	25	39:20	50	11 0 1	3 8 2
5. Stade Rennes	25	45:28	46	11 0 2	3 4 5
6. OSC Lille	25	45:32	44	8 3 2	5 2 5
7. OGC Nizza	25	33:21	41	5 4 3	6 4 3
8. FC Lorient	25	38:36	39	6 3 4	5 3 4
9. Olympique Lyon	25	39:28	38	6 3 3	5 2 6
10. Stade Reims	25	33:26	37	6 4 2	2 9 2
11. FC Toulouse (N)	25	41:45	32	6 4 3	3 1 8
12. Clermont Foot	25	25:34	31	4 3 6	4 4 4
13. FC Nantes (P)	25	25:30	28	4 5 3	2 5 6
14. Montpellier HSC	25	36:46	27	4 2 7	4 1 7
15. Racing Straßburg	25	30:43	22	2 6 5	2 4 6
16. AJ Auxerre (N)	25	22:48	21	3 4 5	2 2 9
17. AC Ajaccio (N)	25	20:46	21	3 1 8	3 2 8
18. Stade Brest	25	26:42	20	2 5 5	2 3 8
19. ES Troyes AC	25	34:55	19	1 7 4	3 0 10
20. SCO Angers	25	21:53	10	1 2 10	1 2 9

Frankreich 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
7. Grenoble Foot 38	25	25:21	38	6 4 3	4 4 4
10. FC Annecy (N)	25	28:28	32	6 2 4	2 6 5

Frankreich Pokal - Achtelfinale (Auszug)		
Paris FC (2) - FC Annecy (2)		nE 6:7
SCO Angers (1) - FC Nantes (1)		nE 3:5
Olympique Marseille (1) - Paris Saint-Germain (1)		2:1
FC Lorient (1) - RC Lens (1)		nE 3:5
Olympique Lyon (1) - OSC Lille (1)		nE 6:4
Vierzon FC (5) - Grenoble Foot 38 (2)		0:1

Italien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. SSC Neapel	24	58:15	65	10 1 0	11 1 1
2. Inter Mailand (P)	24	44:28	47	10 0 2	5 2 5
3. AC Mailand (M)	24	41:30	47	9 1 2	5 4 3
4. AS Rom	23	30:19	44	7 1 3	6 4 2
5. Lazio Rom	23	39:19	42	6 3 3	6 3 2
6. Atalanta Bergamo	24	42:28	41	5 2 4	7 3 3
7. FC Bologna	24	31:33	35	6 4 3	4 1 6
8. Juventus Turin	23	36:17	32	8 3 1	6 2 3
9. FC Turin	23	24:25	31	4 4 3	4 3 5
10. Udinese Calcio	24	33:30	31	3 7 2	4 3 5
11. AC Monza (N)	24	28:34	29	4 3 5	4 2 6
12. FC Empoli	24	22:31	28	4 4 4	2 6 4
13. Sassuolo Calcio	24	27:35	27	4 2 5	3 4 6
14. US Lecce (N)	24	24:27	27	2 6 4	4 3 5
15. AC Florenz	23	24:30	25	4 4 4	2 3 6
16. Salernitana Sp.	24	28:44	24	4 3 6	2 3 6
17. Spezia Calcio	24	21:41	20	2 6 4	2 2 8
18. Hellas Verona	23	20:34	17	4 1 7	0 4 7
19. Sampdoria Genua	23	11:38	11	0 3 9	2 2 7
20. US Cremonese (N)	23	17:42	9	0 3 8	0 6 6

Niederlande 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
2. Ajax Amsterdam (M)	23	65:23	49	6 4 1	8 3 1
4. PSV Eindhoven (P)	23	60:28	46	10 1 1	4 3 4

Niederlande 2. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
11. ADO Den Haag	26	31:35	35	5 4 4	4 4 5
13. De Graafschap	26	40:38	33	6 2 5	3 4 6

Niederlande Pokal - 4. Runde (Auszug)		
PSV Eindhoven (1) - FC Emmen (1)		3:1
ADO Den Haag (2) - GAE Deventer (1)		1:0
De Graafschap (2) - De Treffers (2)		3:0
Twente Enschede (1) - Ajax Amsterdam (1)		0:1

Rumänien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
3. Steaua Bukarest	27	45:31	51	6 5 2	9 1 4
8. Petrolul Ploiesti (N)	26	24:34	33	6 3 4	4 0 9

Spanien 1. Liga	Sp	T	P	Heim	Ausw
1. FC Barcelona	23	45:8	59	9 2 0	10 0 2
2. Real Madrid (M)	23	47:18	52	7 4 0	9 0 3
3. Real S. San Sebastián	23	32:23	43	5 3 3	8 1 3
4. Atlético Madrid	23	32:18	42	5 3 3	7 3 2
5. Betis Sevilla (P)	23	32:25	40	6 2 3	6 2 4
6. Rayo Vallecano	23	29:25	34	5 3 3	4 4 4
7. CA Osasuna	23	22:23	33	6 0 5	3 6 3
8. Athletic Bilbao	23	33:26	32	6 2 4	3 3 5
9. RCD Mallorca	23	21:24	31	6 2 3	3 2 7
10. FC Villarreal	22	24:22	31	6 1 3	3 3 6
11. FC Girona (N)	23	36:35	30	6 3 3	2 3 6
12. Espanyol Barcelona	23	29:34	27	3 4 5	3 5 3
13. Celta Vigo	23	26:34	27	4 4 4	3 2 6
14. FC Sevilla	23	26:33	25	4 3 5	2 4 5
15. UD Almería (N)	23	28:40</			

# 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
1	1. FC Union Berlin – 1. FC Köln	1
2	1. FSV Mainz 05 – TSG 1899 Hoffenheim	1
3	Borussia Mönchengladbach – SC Freiburg	2

## Analyse zu Spiel 4:

VfL Bochum 1848



–  
FC Schalke 04

Ein brisantes Spiel erwartet uns am 23. Spieltag der Fußball Bundesliga. Das Ruhrpott-Derby zwischen Bochum und Schalke steht an. Gleichzeitig ist es für beide Teams die Chance, dem Klassenerhalt etwas näherzukommen. Die Bochumer haben ihre letzten vier Partien verloren und brauchen dringend die drei Punkte, um nicht die „Rote Laterne“ der Schalker zu übernehmen. Die Königsblauen kommen nach vier Unentschieden mit einem Sieg in die Nachbarstadt und wollen auch genau dort anknüpfen.

4	Mein Tipp: 1:1	0
5	FC Augsburg – SV Werder Bremen	1



## Analyse zu Spiel 6:

VfB Stuttgart



–  
FC Bayern München

Der VfB schafft es nicht, den Abstiegsrängen den Rücken zuzukehren. Konnten sie vergangene Woche noch gegen Köln mit 3:0 gewinnen, gab es nun eine Niederlage gegen das Tabellenschlusslicht Schalke 04. Die Stuttgarter haben Glück, dass die Konkurrenz ebenfalls gepatzt hat. Nun kommt der Rekordmeister, der im Spitzenspiel mit einer Machtdemonstration gegen Union Berlin gewann und sich somit auf Rang eins der Tabelle behaupten konnte. Für die kriselnden Schwaben wird es extrem schwer, das Münchner Starensemble zu stoppen.

6	Mein Tipp: 0:2	2
7	Bayer 04 Leverkusen – Hertha BSC	1

## Analyse zu Spiel 8:

VfL Wolfsburg



–  
Eintracht Frankfurt

Die Wolfsburger sind dem Ziel von Europa, mit dem Sieg gegen die Kölner, wieder ein Stück näher gekommen. Die Form der letzten Wochen lässt trotzdem zu wünschen übrig, denn aus den letz-

ten sechs Partien gab es lediglich vier Punkte. Nun kommt Eintracht Frankfurt, die in 48 Duellen mit dem VfL lediglich zehn gewinnen konnten. Also genau der richtige Aufbauegner, um den internationalen Plätzen nochmal ganz nah zu sein? Fest steht, dass die Eintracht gewinnen muss, um nicht den Anschluss an die Champions-League-Plätze zu verlieren und die Wölfe auf Distanz zu halten.

8	Mein Tipp: 2:2	0
9	1. FC Heidenheim 1846 – SV Darmstadt 98	0
10	SpVgg Greuther Fürth – Hannover 96	2
11	Hansa Rostock – Karlsruher SC	0
12	Eintracht Braunschweig – DSC Arminia Bielefeld	1
13	FC Liverpool – Manchester United	1

Der verbindliche Annahmeschluss für die TOTO 13er-Ergebniswette ist am Samstag, 4. März 2023, um 15:00 Uhr.

# Rezept der Woche

## Weißkohl-Auflauf

### Zutaten (für 4 Portionen)

1	kleiner Weißkohl	500 g	Lammhackfleisch
80 g	Butter		(alternativ Hack vom Rind)
	Salz	200 g	Feta
	schwarzer Pfeffer	3	Eier
	Paprikapulver, scharf	200 ml	Milch
2	große Zwiebeln, fein gehackt		frische Petersilie, gehackt
200 ml	Fleischbrühe		

### So wird's gemacht

Den Kohl putzen, vierteln, den Strunk entfernen und die Viertel in feine Streifen schneiden. Die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen, den Kohl darin unter Rühren anbraten und würzen, die Hälfte der Fleischbrühe angießen und zugedeckt 25 Minuten köcheln lassen. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin dünsten. Das Hackfleisch dazu krümeln und mitbraten. Würzen und für zehn Minuten bei schwacher Hitze durchbraten. Den Backofen auf

175 Grad Umluft vorheizen. Paprikapulver mit der restlichen Brühe verrühren, den Feta zerbröseln. Eine Auflaufform mit Butter einfetten. Zunächst den Kohl, dann das Hackfleisch in die Form geben. Die Brühe angießen und den Käse darüber verteilen. Eier mit der Milch verquirlen und über den Auflauf gießen. Auf der unteren Schiene im Ofen circa 30 Minuten backen und anschließend mit Petersilie bestreut servieren.

Quelle: DEIKE



Foto: Angelika Heine – stock.adobe.com

## Ihr Wochen-Horoskop



**Steinbock** 22.12.–20.01.

Ob Ihre neuen Ideen und Pläne realisierbar sind, ist sehr ungewiss. Passen Sie deshalb auf.



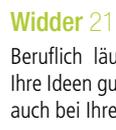
**Wassermann** 21.01.–19.02.

Vorsicht ist bei größeren Veränderungen angebracht. Bleiben Sie besser auf dem Boden der Tatsachen.



**Fische** 20.02.–20.03.

Für Geselligkeit und Kurzweil steht Ihnen das Wochenende voll und ganz zur Verfügung.



**Widder** 21.03.–20.04.

Beruflich läuft es gut. Sie können Ihre Ideen gut umsetzen. Das kommt auch bei Ihrer Führungskraft gut an.



**Stier** 21.04.–20.05.

Im Großen und Ganzen können Sie mit Ihrem allgemeinen Wohlbefinden zufrieden sein.



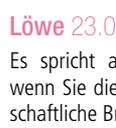
**Zwillinge** 21.05.–21.06.

Wenn Sie sich nicht permanent Höchstleistungen abverlangen, kommen Sie bestens über die Runden.



**Krebs** 22.06.–22.07.

Gönnen Sie sich mehr Abwechslung und legen Sie ruhig ein paar Trainingsstunden ein.



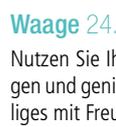
**Löwe** 23.07.–23.08.

Es spricht absolut nichts dagegen, wenn Sie die Liebe durch die leidenschaftliche Brille betrachten.



**Jungfrau** 24.08.–23.09.

Die Arbeit geht in dieser Woche leider nicht so gut von der Hand, da Merkur Ihre Konzentration beeinflusst.



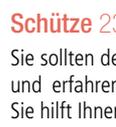
**Waage** 24.09.–23.10.

Nutzen Sie Ihre gute Stimmung. Pflegen und genießen Sie vor allem Geselliges mit Freunden.



**Skorpion** 24.10.–22.11.

Verlassen Sie sich nicht darauf, dass die Sterne oder Ihre bessere Hälfte für Ihr Liebesglück aktiv werden.



**Schütze** 23.11.–21.12.

Sie sollten den Rat einer freundlichen und erfahrenen Kollegin annehmen. Sie hilft Ihnen weiter.

# Leben ohne Tabak und Dampf

**Im neuen Jahr mit dem Rauchen aufhören? Das möchten viele. Doch mit dem Vorsatz allein schaffen es die Wenigsten, die Finger dauerhaft von Zigaretten und Co. zu lassen.**

## Strategie finden

Grundlegend ist die Motivation für den Rauch-Ausstieg, die man sich immer wieder vor Augen führen muss: zum Beispiel Angst vor Krankheiten, Geld sparen, Kinderwunsch oder einfach Vorbild sein. Dann muss eine individuell passende Strategie gefunden werden, wie man das Ziel erreichen kann.

## Unterstützung suchen

Wer welche Hilfe beim Abschied von den Glimmstängeln benötigt, ist individuell unterschiedlich. Manchen gelingt es nur mit professioneller Hilfe. Dann kann der Hausarzt ein geeigneter Ansprechpartner sein. Aber auch, wer es allein schaffen möchte, benötigt oft mehr als nur den guten Vorsatz.

## Rauchstopp-Datum

Wichtig ist, sich ein konkretes Datum vorzunehmen, ab dem man sich keine Zigarette mehr anzündet – und das auch Freunden, Kollegen und Verwandten mitteilt. Dann fällt ein Rückzieher schwerer. Der ausgewählte Termin sollte ein Tag sein, an dem Ablenkung gut möglich ist. Wochentag oder Wochenende? Wer sich an seinem ersten Tag ohne Zigaretten etwas Besonderes vornimmt, schafft eine bleibende schöne Erinnerung. Damit ist dieser denkwürdige Tag im Rückblick mit etwas Positivem belegt.

## Rituale umgestalten

Die halbe Miete: Alternativen überlegen für Situationen, in denen man sonst gerne geraucht hat. Gerade am Anfang hilft es, sich in einer nikotinfreien Umgebung zu bewegen, damit man gar nicht erst in Versuchung gerät. Das Zuhause könnte zur rauchfreien Zone erklärt werden – ohne Aschenbecher und Zigarettenschachteln. Gäste kann man bitten, draußen zu rauchen.

## Erste Notfall-Tipps

Hilfreich: Vorher überlegen, was man bei einer Schmachttacke, also dem Verlangen nach einer Zigarette, tut, um zu widerstehen. Vielleicht Kaugummi kauen oder langsam ein Glas Wasser trinken? Wenn Zeit ist, sich bewegen. Manchmal hilft es schon, aus dem Raum zu gehen. Andere setzen auf körperliche Gegenreize, zum Beispiel die Hände heiß oder kalt abwaschen. Oft dauert die Attacke nur wenige Minuten, die man aushalten muss. Manche knabbern Möhrenstücke. Wer allerdings stattdessen zu Süßem greift, wird das bald auf der Waage merken.

## Motivierendes Motto

Um langfristig erfolgreich zu sein, sollte man sich immer wieder sein persönliches Motto vor Augen halten. Beliebt sind die eigene Gesundheit und die der Familie. Oder das Geld, das man spart. Wer das zur Seite legt, kann sich dafür etwas Besonderes gönnen. Viele wissen zu schätzen, dass man selbst nicht mehr nach Rauch riecht und der Geschmackssinn sensibler wird.

*Ein beliebter Vorsatz fürs neue Jahr: sich von Zigaretten und Co. verabschieden.*



Mehr Tipps zum Rauchstopp:  
[www.debeka-gesundheit.de](http://www.debeka-gesundheit.de)

Bundesweite GlücksSpirale-Sonderauslosung am 4. März

# Extra-Chance nutzen

**Wann haben Sie sich zuletzt eine Auszeit genommen? Das nötige Kleingeld dafür gibt es am Samstag, 4. März, bei der bundesweiten Sonderauslosung in der Rentenlotterie GlücksSpirale zu gewinnen.**

Ob auf einer ruhigen Alm in den Bergen, in einem kleinen Häuschen mit Strand vor der Tür oder in einem luxuriösen Wellnesshotel – eine Auszeit ist wichtig für unser Wohlbefinden. Wo würden Sie gerne Ihre Seele baumeln lassen? Bei der Rentenlotterie GlücksSpirale gibt es am Samstag, 4. März, die passende Finanzspritze für eine Pause vom Alltag zu gewinnen. Bundesweit werden bei der Sonderauslosung zusätzlich und ohne Mehreinsatz insgesamt 200 x 5.000 Euro verlost.

## Gewinne in sieben Klassen

Bei der GlücksSpirale gibt es jeden Samstag die Chance auf Gewinne in sieben Klassen, von zehn Euro bis hin zum Hauptgewinn. Glückspilze haben dabei die angenehme Qual der Wahl zwischen 2,1 Millionen Euro auf einen Schlag oder einer monatlichen Rente von 10.000 Euro über 20 Jahre hinweg (theor. Chance 1 zu 10 Mio.).

Mitspielen kann man über das für fünf Euro erhältliche GlücksSpirale-Los, auf Lottoscheinen sowie im Internet unter [sachsenlotto.de](http://sachsenlotto.de). Auch Mehrwochen- und Dauerspielaufträge mit einem Kreuz bei der GlücksSpirale nehmen teil. Natürlich können Sie auch mit einem Flexi-Los ins Rennen gehen: Wer ein halbes Los für 2,50 Euro oder ein Fünftel-Los für einen Euro erwirbt, bekommt im Gewinnfall den anteiligen Betrag entsprechend des Einsatzes ausbezahlt.

*Auf die nächste Auszeit vom Alltag freut sich Leonie Loeser*

## Jede Woche eine neue Chance



Das Glück selbst in die Hand nehmen: Mit dem Jahreslos der Rentenlotterie haben Sie 52 Wochen lang jeden Samstag die Chance auf attraktive Gewinne. Die Höhe des wöchentlichen Spieleinsatzes kann dabei individuell gewählt werden: Ein ganzes Los kostet fünf Euro, ein halbes Los 2,50 Euro und ein 1/5-Los einen Euro. Auch die Laufzeit ist flexibel. So kann man das Los beispielsweise auch als Halbjahreslos über 26 Wochen spielen. Wenn Ihr GlücksSpirale-Los das Datum der Sonderauslosung am 4. März mit einschließt, nehmen Sie automatisch an der Verlosung der Extra-Gewinne teil.





**GlücksSpirale**

# MEINE EXTRA-CHANCE: „KLEINE AUSZEIT VOM ALLTAG.“



**BUNDESWEITE  
SONDERAUSLOSUNG**  
am Samstag, 04.03.2023

**200 x 5.000€** Extra

Die Gewinnwahrscheinlichkeit je Spielauftrag beträgt  
für den Geldgewinn von 5.000,00 EUR gerundet 1 : 6 006.

 **LOTTO®**

SACHSENLOTTO