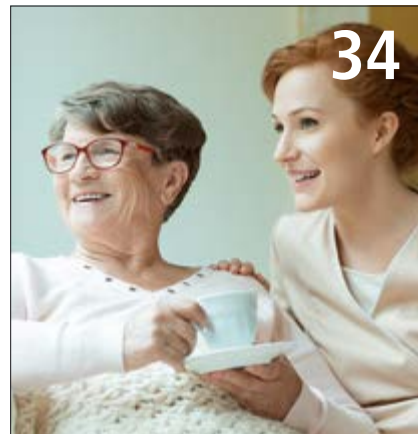




Illustration: PrettyVectors - stock.adobe.com



**6 Schnupfen, Husten**

Das Immunsystem ist jetzt anfälliger

**18 Orientierungsprobleme**

Schleichenden Sehverlust erkennen

**24 Kussmund im Herbst**

Lippenpflege in der kalten Jahreszeit

**25 Rezept**

Rehrücken im Kräuterflädle

**29 Herzschwäche**

Training kann helfen

**34 Demenz**

Die Gefühle bleiben

**38 Gewinnspiel**

**43 Buchtipp**

Ich bin mal eben wieder tot

 Besuchen Sie uns auf Facebook unter:  
[www.facebook.com/SuDverlag](https://www.facebook.com/SuDverlag)

[www.raetsel-aktuell.com](http://www.raetsel-aktuell.com)

- 4 Französisches Kreuzworträtsel ★★
- 5 Doppel-Kreuzworträtsel ★★★
- 8 Kreuzworträtsel ★
- 9 Multi-Sudoku ★★★
- 10 Gitter-Kreuzworträtsel ★
- 11 Doppeldecker ★★★
- 12 Zahlen-Kreuzworträtsel ★★
- 13 Endlos-Kreuzworträtsel ★
- 14 Sudoku ★★★
- 15 Kreuzworträtsel mit Sprichwort ★★★
- 16 Zitat zwischen Zahlen ★★  
Brückenrätsel ★★
- 17 Kreuzworträtsel ★
- 20 Kinder-Rätsel ★
- 21 Bunt gemischt ★★
- 22 Amerikanisches Kreuzworträtsel ★★
- 23 Kreuzwort-Mosaik ★★★
- 26 Achterbahn ★★★ Logical ★★★
- 27 Farbquadrat ★★★
- 28 Kreuzwort-Chaos ★★
- 30 Silbenrätsel ★
- 31 Kreuzworträtsel ★
- 32 Fehler-Suchbild ★★ Brain-Jogging ★★★
- 33 Wissens-Quiz ★★
- 36 Symbol-Kreuzworträtsel ★★
- 37 Brain-Jogging ★★★ Scrabble ★★★
- 39 Preis-Rätsel

Die Sternchen geben den Schwierigkeitsgrad der Rätsel an: ★ leicht ★★ mittel ★★★ schwer

- 40 Schwede mit Zahlen ★★
- 41 Do-it-yourself-Kreuzworträtsel ★★★
- 42 Kombi-Rätsel ★★★
- 44 Großes Wabenrätsel ★★
- 45 Auflösungen
- 46 Auflösungen
- 47 Auflösungen und Impressum

### Ach was:

## Bauernregeln November

»November warm und klar, keine Sorge fürs nächste Jahr.« Bauern waren schon immer besonders abhängig vom Wetter und haben es deshalb genau beobachtet. Dabei fielen ihnen gewisse Regelmäßigkeiten auf, etwa in den Wetterabläufen oder in der Entwicklung von Feldfrüchten und anderen Pflanzen. »Hängt das Laub bis November hinein, wird der Winter lange sein.« Mal gereimt, mal ungereimt, sind die Bauernregeln teils auf lokale Witterungserscheinungen gegründet, teils als Traditionsgut aus der Antike übernommen. »Gefriert im November schon das Wasser, wird der Januar umso nasser.« Zu ernst sollte man die Volksweisheiten aber nicht nehmen. Wem jetzt schon in Gedanken an die bevorstehenden Herbststürme und die kommende Kälte ungemütlich zumute wird:



Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach wohltuenden Bädern oder gesunden Tees.