



Foto: A.Rochau/stock.adobe.com



Foto: © Frank Hermann



Foto: Picture-Factory/stock.adobe.com

- 3 **7 Tipps für Kurzenschlossene**
Geschenke aus der Apotheke
- 4 **Fit für die Piste**
Training für den Wintersport
- 6 **Weihnachten mit Frank Zander** Titel
Ein Fest für Obdachlose und Bedürftige

- 10 **Gewinnspiel**
- 12 **Sudokus extra für Kinder**
- 15 **Magenfreundlich feiern**
Gesunde Schlemmertipps
- 20 **Upps!**
Schönheitsspannen vermeiden
- 21 **Auflösungen**
- 22 **Auflösungen, Impressum**

- 23 **Antibiotika oft überflüssig**
Das hilft bei Mittelohrentzündung

Die Sternchen neben den Rätseln geben den Schwierigkeitsgrad an: ★ leicht ★★ mittel ★★★ schwer

 Besuchen Sie uns auf Facebook unter:
www.facebook.com/SuDVerlag

www.sudoku-spezial.com