



Erste Hilfe  
gegen  
„Erkältungs-Langeweile“

**BAND 3**

Das Rätseln  
geht weiter...



## Mit Erkältung zu Hause – und jetzt?

Husten, Halsschmerzen, eine verstopfte Nase – wer kennt die unangenehmen Symptome einer Erkältung nicht. Auch Sie haben sich mal wieder fiese Erkältungsviren eingefangen und Ihr Arzt hat Ihnen Ruhe verordnet? Dann können die Tage zu Hause nach kurzer Zeit manchmal schon seeehr lang werden – und Erkältungs-Langeweile kündigt sich an. Sie kennen das? Dann ist dieses kleine Buch genau das Richtige für Sie.

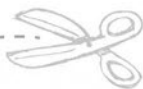
## Mit Rätseln & Co. gegen Erkältungs-Langeweile

Die folgenden Seiten halten jede Menge Rätsel, Spaß und kreative Mitmach-Seiten für Sie bereit, die Ihnen die Erkältungszeit so kurzweilig wie möglich gestalten möchten. Mal ist Ihre Kombinationsfähigkeit gefragt, mal Ihre kreative Ader. Außerdem finden Sie im Erkältungs-Langeweile-Buch viele interessante Informationen rund um das Thema Erkältung und Stimme.

Also, ran an den Stift und los geht das Knobeln!

Wir wünschen Ihnen gute und schnelle Besserung –  
und auf dem Weg dahin viel Spaß beim Rätseln!

Sie brauchen  
dazu nicht viel  
mehr als  
einen Stift ...





# Um die Ecke denken!

Welche Begriffe verbergen sich hinter den Aussagen?  
Querdenken ist gefragt!



1. Welcher Stuhl hat nicht vier Beine und kommt trotzdem hoch hinaus?

---

2. Welchen Garten muss man nicht gießen?

---

3. Ich gehe jeden Tag aus und bleibe trotzdem immer in meinem Haus!

---

4. Welcher Hahn kann nicht krähen?

---

5. Welcher Strudel ist nicht gefährlich?

---



# Richtig kombinieren!

Welche Zahlen sind hier gesucht?

Suchen Sie die jeweils fehlende Zahl der Zahlenreihen!

I 1, 4, 9, 16, 25, \_\_\_\_\_

II 2, 3, 6, 7, 14, \_\_\_\_\_

III 100, 89, 77, 64, 50, \_\_\_\_\_

IV 1, 16, 31, 46, 61, \_\_\_\_\_

V 2, 4, 8, 16, 32, \_\_\_\_\_

VI 1, 4, 12, 15, 45, \_\_\_\_\_



6

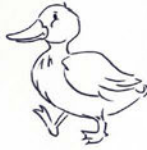
# Rebus

Das Lösungswort erhalten Sie, wenn Sie die einzelnen Bilder erraten und die Buchstaben der einzelnen Begriffe wie angegeben ändern oder ersetzen.

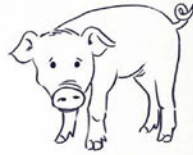
1



1=S, ~~5~~



~~3,4~~



~~4~~

---

11



5=L, ~~6~~



~~3,4~~



1=S

---

# Stift raus und Punkte verbinden!

Jetzt gilt es, alle Punkte entsprechend der Zahlen richtig zu verbinden, sodass sich ein Gesamtbild ergibt. Wichtig: Achten Sie auf die Reihenfolge der Zahlen – nur dann kommen Sie zum richtigen Ergebnis.

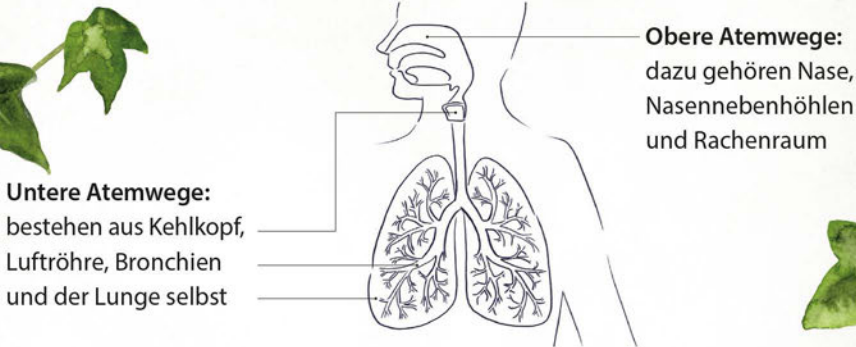


start



# Die oberen und unteren Atemwege: ein komplexes System

Luft strömt beim Einatmen von der Nase über den Rachenraum bis in die Bronchien und damit die Lunge – und durchläuft so die gesamten Atemwege des Menschen. Dabei lässt sich das gesamte System noch einmal grob unterteilen:



Jeder Teil der Atemwege übernimmt eine wichtige Funktion. So filtert etwa die Nase dank ihrer Härchen bereits beim Einatmen die meisten Staubpartikel oder auch Krankheitserreger. Gelangt die Luft dann über die Luftröhre in die unteren Atemwege, trifft sie auf ein stark verzweigtes System, ähnlich dem eines Baumes: Dazu zählen zwei Hauptäste, die Hauptbronchien, mit vielen kleineren Ästen (Bronchien) und einer Vielzahl von Zweigen (Bronchiolen), an deren Ende sich die Lungenbläschen, auch Alveolen genannt, befinden. Deren Funktion ist lebensnotwendig: Über die hauchdünnen Wände der Alveolen wird Sauerstoff aus der Atemluft ans Blut abgegeben – eine wichtige Aufgabe, wenn es darum geht, den Körper mit Sauerstoff anzureichern und damit zentrale Lebensvorgänge in Gang zu halten.



Mit dem Efeu-Spezial-Extrakt EA 575® wirkt Prospan® bei Husten und Bronchitis nicht nur schleimlösend, sondern auch anti-entzündlich, hustenreizlindernd und bronchienerweiternd.



## Erkrankung der Atemwege: was nun?

Gerade in der kalten Jahreszeit kommt es häufig zu Atemwegsinfekten, einer durch Krankheitserreger ausgelösten Atemwegserkrankung. Das Tückische dabei: Da die oberen und unteren Atemwege miteinander verbunden sind, wandert eine Erkrankung oft von „oben nach unten“ oder umgekehrt. Dieser sogenannte „Etagenwechsel“ führt dazu, dass etwa die Viren eines Schnupfens in die unteren Atemwege gelangen und dort eine Hustenerkrankung auslösen. Hier zeigt sich, dass die Atemwege eine Einheit sind – nicht nur mit Blick auf ihre Funktion, sondern auch auf ihre Anatomie: Es gibt keine Barrieren, die ein Wandern der Krankheitserreger verhindern. Zumal das System „Atemwege“ in sich sehr ähnlich auf Viren & Co. reagiert. Wichtig ist es dann, die Symptome gezielt zu behandeln. So ist es Patienten, die unter einem Infekt der oberen Atemwege leiden, vor allem wichtig, die verstopfte Nase sowie den starken Druck im Kopf wieder los zu werden. Hustenpatienten hingegen wünschen sich, dass der in den Bronchien festsitzende Schleim abgehustet werden kann und sich die verengten Atemwege wieder erweitern.



## Behandlungsexperten für Atemwegsinfekte

Gezielte Behandlung für die Atemwege – das bieten Prospan® und Sinolpan®. Beide Arzneimittel sind gut verträglich. Dabei wirkt Prospan® mit der 4-fach Kraft des Efeus gezielt in den unteren Atemwegen bei Husten und Bronchitis, während Sinolpan® seine Wirkung in den oberen Atemwegen entfaltet und so den Druck in Kopf und Gesicht bei Schnupfen mit Nasennebenhöhlenentzündung löst.

Bei verstopfter Nase und starkem Druck im Kopf kann Sinolpan® mit reinem Cineol gebündelt in der EA 6,8 Spezial-Kapsel eingesetzt werden. Sinolpan® löst den Schleim und lindert das Druckgefühl.



# Buchstabensalat

Hier ist etwas gründlich schiefgegangen. Können Sie den Buchstabensalat lösen?  
Finden Sie die gesuchten Wörter!

I EEUF \_\_\_\_\_

II HCNESE \_\_\_\_\_

III LAKT \_\_\_\_\_

IV TNIWRECHIL \_\_\_\_\_

V NESHCUNPF \_\_\_\_\_

VI NETSHU \_\_\_\_\_

VII REUALSUBFIR \_\_\_\_\_

VIII SEGDHUNTIE \_\_\_\_\_



# Winterliche Schräglage

Ein paar der Schneemänner haben zu tief in den Apfelpunsch geschaut. Können Sie alle entdecken?

1



2



3



4



5



A

B

C

D

E

F

G

H

# Hit-Roulette

Können Sie die Titel dieser großen Hits vervollständigen? Verbinden Sie die Titel links mit dem jeweils entsprechenden Wort auf der rechten Seite.

- |  |                 |
|--|-----------------|
| 1. Melissa Etheridge „Like the way I ...“      | ... cry         |
| 2. Modern Talking: „Cherri, Cherri ...“        | ... boogie      |
| 3. Wham!: „Wake me up before you ...“          | ... do          |
| 4. Bob Marley: „No woman no ...“               | ... submarine   |
| 5. Elton John: „Candle in the ...“             | ... Stern       |
| 6. Baccara: „Yes Sir, I Can ...“               | ... go-go       |
| 7. Vicky Leandros: „Theo, wir fahr'n nach ...“ | ... Lady        |
| 8. Die Prinzen: „Alles nur ...“                | ... Sperrbezirk |
| 9. Spider Murphy Gang: „Skandal im ...“        | ... wind        |
| 10. Ich + Ich: „Vom selben ...“                | ... geklaut     |
| 11. The Beatles: „Yellow ...“                  | ... Lodz        |



## Tipps für eine starke Stimme im Winter

Im Winter wird unsere Stimme z. B. durch Heizungs-  
luft besonders stark belastet – denn eine trockene  
Raumluft trocknet unsere Schleimhäute in Mund  
und Rachen zusätzlich aus. Nicht selten werden wir  
dann schon einmal von Heiserkeit oder Stimmbeschwerden geplagt. Wie Sie und Ihre Stimme gut durch die kalte Jahreszeit kommen, verrät Sängerin und Musicaldarstellerin Sarah Schütz:

### Wenn Heiserkeit sich ihren Weg bahnt:

„Trinken Sie jetzt viel, benutzen Sie eine Nasendusche und stellen Sie einen Raumbefeuchter in Ihrer Umgebung auf, um trockener Heizungsluft entgegenzuwirken. Ein Nasenspray mit Salzwasser hilft ebenfalls bei trockenen Nasenschleimhäuten.“

### Wie Sie richtig mit Räusperzwang umgehen:

„Wenn Sie sich räuspern müssen, husten Sie jedes Mal nur kurz, statt dem Räusperzwang nachzugeben. Das ist viel stimmschonender als häufiges Räuspern, denn das hat oft eine weitere Verschleimung zur Folge.“

### So können Sie Ihre Stimme pflegen:

„Lange Unterhaltungen in verrauchter oder lauter Umgebung überfordern die Stimme – vor allem, wenn sie schon gereizt ist. Atmen Sie durch die Nase. Damit sorgen Sie für wohltemperierte Luft und befeuchten Ihre Stimme.“



# Schattenspiele

Welcher Schatten ist der richtige? Der erste Blick kann trügen...

1



Schatten A



Schatten B



Schatten C



2



Schatten A



Schatten B

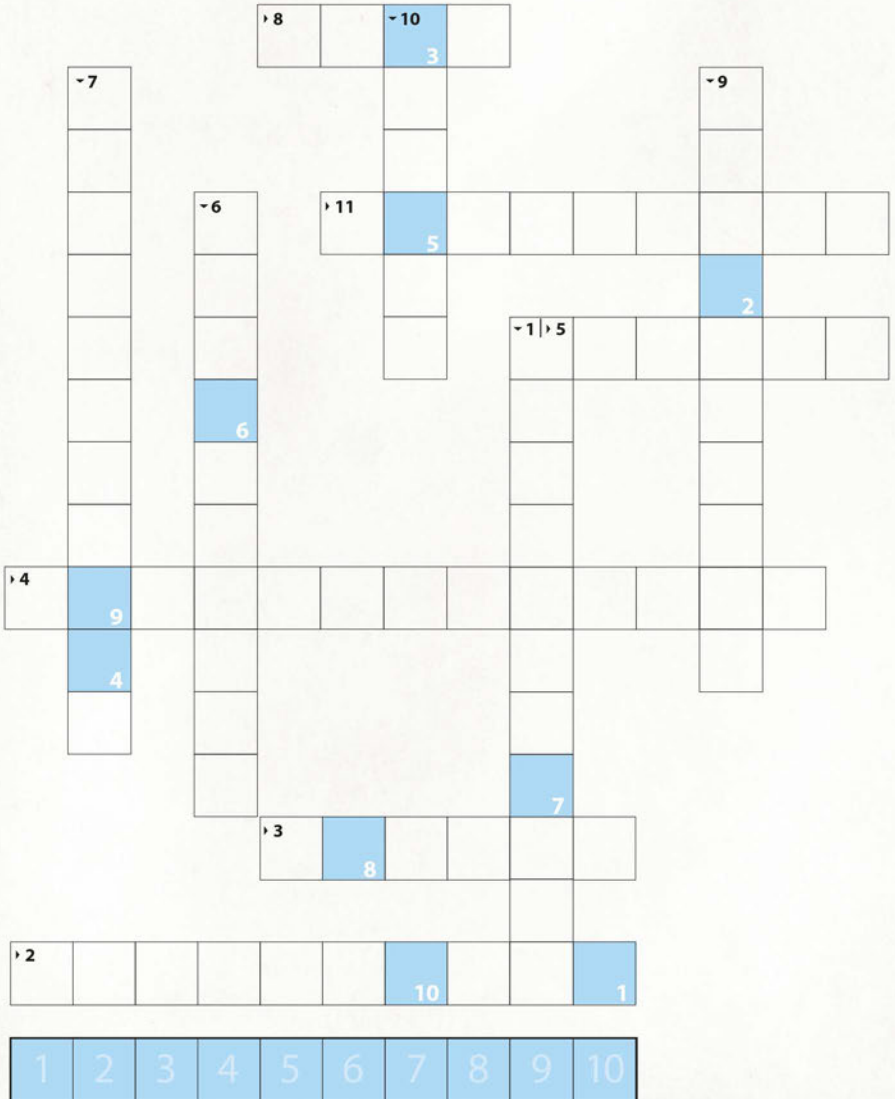


Schatten C



# Training für das Hirn!

Lösen Sie das Kreuzworträtsel und finden Sie das gesuchte Lösungswort!



1. Christliches Fest im Dezember 2. Anderes Wort für grippaler Infekt 3. Gesundheit (engl.) 4. Frisst im Winter selbst versteckte Nüsse 5. Kalte Jahreszeit 6. Ein Bekleidungsstück, das die Hände wärmt 7. Typisches Gebäck in der Weihnachtszeit 8. Bekanntes Weihnachtslied von Wham: „\_\_\_\_\_Christmas“ 9. Backen viele besonders gerne in der Adventszeit 10. Fällt vom Himmel (weiß, nass, kalt) 11. Brett für Wintersport

## Sudoku

Lösen Sie den Logik-Klassiker und füllen Sie die Kästchen. Ziel ist es, jedes leere Kästchen mit einer Zahl von 1 bis 9 zu füllen. Hierbei ist darauf zu achten, dass jede Zahl nur einmal pro Zeile, Spalte und kleinem Quadrat vorkommt.

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





## Welcher Begriff passt nicht in die Reihe?

- 1 Kaugummi – Kirschen – Schokolade – Kekse
- 2 Kreis – Viereck – Quadrat – Rechteck
- 3 Keller – Küche – Garten – Kinderzimmer
- 4 Auto – Fahrrad – Traktor – Flugzeug
- 5 Facebook – Amazon – Instagram – Twitter
- 6 Tulpe – Narzisse – Eiche – Rose
- 7 Kolosseum – Metro – Versailles – Eiffelturm
- 8 Kiefer – Ahorn – Pappel – Buche
- 9 Las Vegas – New-York – Washington – Toronto
- 10 Apfelstrudel – Bienenstich – Bärentatzen – Fliegenklappe



# Bratapfel-Tiramisu

## Zutaten für 2 Portionen:

2 Äpfel  
 ½ EL Butter  
 2 EL Zucker  
 25 ml Apfelsaft  
 50 g Rosinen

## Für die Creme:

125 g Mascarpone, 75 g Naturjoghurt, 1 EL Honig,  
 100 ml Sahne, 100 g Löffelbiskuits

## ZUBEREITUNG

- 1 Butter in einem kleinen Topf erhitzen.
- 2 Gewürfelte oder geraspelte Äpfel, Zucker und Rosinen zugeben und alles gut vermischen.
- 3 Mit Apfelsaft angießen, Topf abdecken, Apfelstücke etwa 10 Minuten zu einem dicken Kompott kochen lassen. Gelegentlich umrühren. Anschließend vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
- 4 Für die Creme Mascarpone, Honig und Joghurt mit einem Schneebesen glatt rühren. Die Sahne steif schlagen und unterheben.
- 5 Backform mit Löffelbiskuits auslegen, die Hälfte des Kompotts darauf verteilen und ca. die Hälfte der Creme darauf streichen.
- 6 Die übrigen Löffelbiskuits darauf legen, den Rest des Apfelkompotts und die übrige Creme darauf streichen. Über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen – fertig!

Beim Äpfel raspeln leicht den Finger aufgeschürft und die Wunde hat sich infiziert? Tyrosur® Wundheilgel wirkt antibakteriell und bekämpft so die Infektion.\*

\* Zur lindernden Behandlung von kleinflächigen, oberflächlichen, wenig nässenden Wunden mit bakterieller Superinfektion mit Tyrothricin-empfindlichen Erregern wie z. B. Riss-, Kratz- und Schürfwunden.

„Man muss dem Leib etwas Gutes tun, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen.“ Gerade im oft ungemütlichen Winter sollten Sie dem Zitat von Winston Churchill folgen und sich die kalte Zeit mit leckeren Versuchungen versüßen. Erkältungsgeplagte und auch Leckermäulchen sollten daher unbedingt die folgende Schlemmerei ausprobieren. Genuss garantiert!



# 10 Dinge,

## die ich 2019 unbedingt machen möchte

Was wollten Sie Ihr ganzes Leben schon machen, sind aber bisher noch nie dazu gekommen? Notieren Sie diese 10 Dinge auf diesem Blatt.

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



### wichtig:

Versuchen Sie, alle diese Punkte bis Ende 2019 erledigt zu haben – und machen Sie am besten ein Foto von jedem „To Do“. Sie werden sehen: Eine schöne Erinnerung, die Sie weit über 2019 hinaus begleiten wird!

## Hausmittel bei Halsbeschwerden

Wenn es im Hals kratzt und das Schlucken schwer fällt, können folgende Hausmittel für Linderung der unangenehmen Symptome sorgen:

### Warmer Halswickel

Befeuchten Sie ein Tuch mit warmem Wasser oder Tee (z. B. aus Kamille, Salbei), legen Sie es um den Hals und wickeln Sie einen warmen Schal rundherum – so bleibt die Wärme extra lange erhalten.



### Viel trinken

Ob Wasser oder heißer Tee – wichtig ist es, ausreichend zu trinken, ca. 2 Liter am Tag. Die gereizten Schleimhäute werden so gut befeuchtet und die Bakterien haben es schwerer, sich zu vermehren. Auch eine Hühnersuppe ist eine gute Wahl!



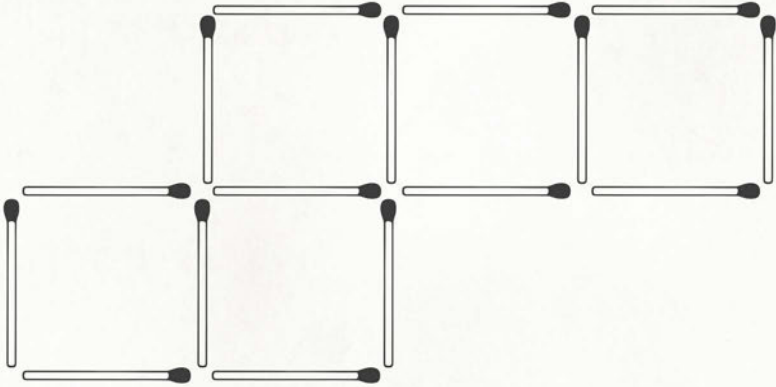
Für eine erhöhte Flüssigkeitsaufnahme zu sorgen, ist ein wichtiger erster Schritt auf dem Weg der Besserung. Allerdings schafft das meist nur kurzfristig Abhilfe. Eine nachhaltige und intensive Befeuchtung wird mit Produkten zum Lutschen erreicht. Bewährt hat sich hierfür der Einsatz von isla® med akut mit dem doppelten Schutzfilm aus einem Hydrogel-Komplex mit Hyaluronsäure und Isländisch Moos, der sich auf die Schleimhäute legt (ohne Rezept erhältlich in der Apotheke). isla® med akut wirkt 3-fach effektiv und sorgt für Schutz, Befeuchtung und Linderung gleichermaßen.



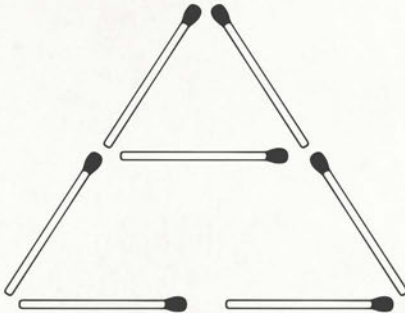
Wohlthuend für Mund, Hals und Rachen. Das Lutschen von isla® med akut regt den Speichelfluss an, so können sich gereizte Schleimhäute regenerieren und die typischen Erkältungs- bzw. Halsbeschwerden wie Halsschmerzen und Schluckbeschwerden werden gelindert.

# Streichholz-Spielchen

1. Aufgabe ist es, die Anzahl der Quadrate von fünf auf vier gleich große Quadrate zu reduzieren. Welche zwei Streichhölzer müssen dafür umgelegt werden?



2. Tschüss Pyramide, hallo Dreiecke! Durch Verlegen welcher zwei Streichhölzer ergeben sich drei gleiche Dreiecke?



## Wem gehört der Fisch?

### Das Einstein-Rätsel – wer knackt es?

In einer Straße stehen fünf Häuser nebeneinander. In jedem Haus lebt eine Person. Alle kommen aus jeweils unterschiedlichen Ländern, trinken unterschiedliche Getränke, essen unterschiedliche Speisen und besitzen jeweils ein anderes Haustier.

### Das ist über die Bewohner bekannt:

1. Der Brite lebt im roten Haus.
2. Der Schwede hält sich einen Hund.
3. Der Däne trinkt gern Tee.
4. Das grüne Haus steht direkt links neben dem weißen Haus.  
(vom Betrachter aus gesehen, der vor den Häusern steht)
5. Der Besitzer des grünen Hauses trinkt Kaffee.
6. Die Person, die eine Banane isst, hat einen Vogel.
7. Der Mann im mittleren Haus trinkt Milch.
8. Der Bewohner des gelben Hauses isst Schokolade.
9. Der Norweger lebt im ersten Haus.  
(vom Betrachter aus gesehen ganz links)
10. Der Brot-Esser wohnt neben der Person mit der Katze.
11. Der Mann mit dem Pferd lebt neben der Person, die Schokolade isst.
12. Der Apfel-Esser trinkt gerne Bier.
13. Der Norweger wohnt neben dem blauen Haus.
14. Der Deutsche isst gerne Kartoffeln.
15. Ein Nachbar des Brot-Essers trinkt Wasser.

### Frage:

Wem gehört der Fisch?

---



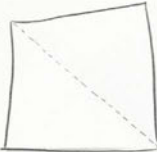
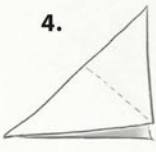


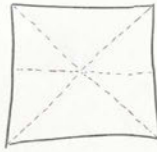

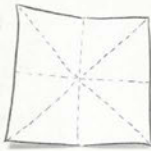
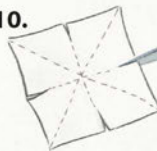


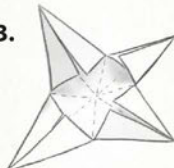





# Basteln gegen den Winterblues

Basteln Sie die Sterne in verschiedenen Größen und Farben und hängen Sie sie dekorativ ans Fenster – definitiv ein Hingucker!

**Sie brauchen:** Zwei quadratische gleich große Blätter Papier, Schere, Kleber, evtl. Nadel und Band zum Aufhängen **Schwierigkeit:** sehr leicht bis leicht

**Zeitaufwand:** ca. 5 Minuten

1. 
2.  diagonal falten
3. 
4. 
5. 
6.  mittig falten
7. 
8. 
9. 
10.  senkrecht und waagrecht zur Hälfte einschneiden
11. 
12. 
13. 
14.  Jeweils zwei Dreiecke der Sternspitzen zusammenkleben, so dass ein Hohlraum entsteht.
15. 
16.  Alle Schritte von 1-15 mit einem neuen Papier wiederholen und die zwei Sternhälften zusammenkleben. Fertig!



\* Zur lindern Behandlung von kleinflächigen, oberflächlichen, wenig nässenden Wunden mit bakterieller Superinfektion mit Tyrothricin-empfindlichen Erregern wie z. B. Riss-, Kratz- und Schürfwunden.

Beim Basteln am Papier geritzt und jetzt ist die Wunde entzündet? Tyrosur® Wundheilgel bekämpft die Infektion und fördert die Wundheilung\*!

## Fehlersuche

Im unteren Bild haben sich fünf Fehler versteckt. Finden Sie alle!



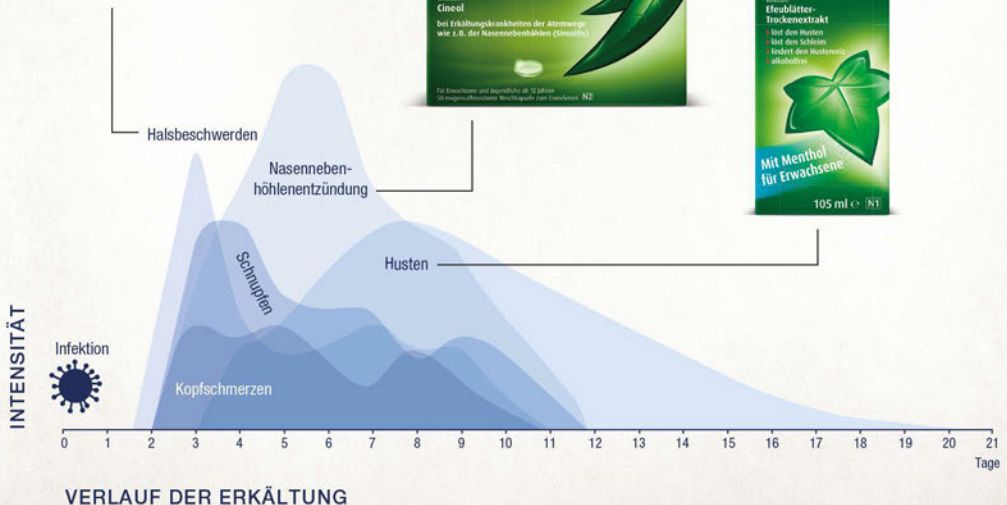
Was ist anders?



# Der Verlauf einer Erkältung

Kurven – sie begegnen uns überall: auf der Straße, in der Mathematik und auch in der Medizin. Hier spricht man von der sogenannten Erkältungskurve, die den Verlauf eines grippalen Infektes mit ihren vielen, unterschiedlichen Beschwerden widerspiegelt. In der Regel beginnt eine Erkältung mit Hals- und Stimmbeschwerden – es kratzt und kribbelt im Hals und das Schlucken fällt schwer. Kurz darauf setzt meist ein Niesen ein und die Betroffenen klagen über eine verstopfte bzw. laufende Nase. Klingen Hals- und Stimmbeschwerden langsam ab, folgt der Husten. Zunächst tritt er als trockener Reizhusten auf, der sich zu einem festsitzenden Husten, teils mit zähem Schleim, entwickeln kann. Da der abgehustete Schleim Krankheitserreger aus dem Körper entfernt, sollte der Husten also keinesfalls unterdrückt, sondern das Abhusten und die Verflüssigung des Schleims unterstützt werden. Auch Kopfschmerzen gehören zum typischen Verlauf einer Erkältung, meist treten sie immer mal wieder auf.

Um die einzelnen Symptome einer Erkältung gezielt und effektiv zu behandeln, sind auf die Beschwerden abgestimmte Produkte notwendig.



## Gut gewappnet gegen kleine Verletzungen

Auch wer krank zu Hause bleibt, ist vor kleineren Verletzungen leider nicht gefeit. Denn ob in der Küche, im Bad oder auf dem Weg zum Arzt – überall lauern Gefahrenquellen für kleine Alltagsverletzungen wie Riss- und Kratzwunden. Wie schnell ist man z. B. auf dem antauenden Schnee ausgerutscht, mit dem Arm auf dem Rollsplitt gelandet und hat sich so eine Schürfwunde zugezogen? Für solche Situationen ist es gut zu wissen, wie man kleine Wunden verantwortungsvoll behandelt:

**Reinigung:** Wunde vorsichtig, aber sorgfältig unter Leitungswasser reinigen. Fremdkörper, wie z. B. Splitter oder Steine, vorsichtig mit einer Pinzette entfernen.

**Behandlung:** Mehrfach täglich ein ideal-feuchtes Wundpräparat auftragen, um die Wundheilung zu unterstützen.

**Abdeckung:** Leichtere Verletzungen benötigen keine Abdeckung, wenn die Körperstelle unbedeckt ist. Bei nässenden Wunden wird ein Pflaster oder Schutzverband empfohlen. Regelmäßig erneuern nicht vergessen!

Die kleine, oberflächliche Wunde hat sich infiziert? Dann ist Tyrosur® Wundheilgel (ohne Rezept in der Apotheke) eine gute Wahl. Das Präparat bekämpft die Bakterien in der Wunde, sorgt für ein ideal-feuchtes Wundmilieu und fördert so die Wundheilung.\*



\* Zur lindernden Behandlung von kleinflächigen, oberflächlichen, wenig nässenden Wunden mit bakterieller Superinfektion mit Tyrothricin-empfindlichen Erregern wie z. B. Riss-, Kratz- und Schürfwunden.

### Tyrosur® Wundheilgel.

Wirkstoff: Tyrothricin. Anwendungsgebiete: Zur lindernden Behandlung von kleinflächigen, oberflächlichen, wenig nässenden Wunden mit bakterieller Superinfektion mit Tyrothricin-empfindlichen Erregern wie z.B. Riss-, Kratz-, Schürfwunden. Warnhinweis: Enthält Propylenglykoll! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: März 2017.

### Prospan® Hustenliquid, Flüssigkeit; Prospan® Husten-Lutschpastillen; Prospan® Hustensaft, Flüssigkeit; Prospan® Hustentropfen, Flüssigkeit;

Wirkstoff: Efeublätter-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen; akute Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten. Hinweis: Bei länger anhaltenden Beschwerden oder bei Auftreten von Atemnot, Fieber wie auch bei eitrigem oder blutigem Auswurf, sollte umgehend der Arzt aufgesucht werden. Warnhinweise: Prospan Hustentropfen enthalten 47 Vol.-% Alkohol! Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: August 2015.

### Sinolan® 100 mg; Sinolan® forte 200 mg, magensaftresistente Weichkapseln;

Wirkstoff: Cineol. Anwendungsgebiete: Zur Behandlung der Symptome bei Bronchitis und Erkältungskrankheiten der Atemwege. Zur Zusatzbehandlung bei chronischen und entzündlichen Erkrankungen der Atemwege z.B. der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Warnhinweis: Enthält Sorbitol und Phospholipide aus Sojabohnen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand der Information: 02/2018.

# Lösungen



Seite 24

Der Fisch gehört dem Deutschen.  
Den detaillierten Lösungsweg finden Sie unter  
[www.sinoipan.de/downloads](http://www.sinoipan.de/downloads).

Seite 22



Seite 21

1. Kirschen, 2. Kreis, 3. Garten, 4. Flugzeug,  
5. Amazon, 6. Eiche, 7. Kolosseum, 8. Kiefer,  
9. Toronto, 10. Fliegenklappe

Seite 17

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

Seite 16

1. Fahrstuhl, 2. Kindergarten, 3. Schnecke,  
4. Wasserrahn, 5. Apfelstrudel

Seite 4

1. 36, II. 15, III. 35, IV. 76, V. 64, VI. 48

Seite 5

I. Sonnenschein, II. Schulbesuch

Seite 6



I. Efeu,  
II. Schnee,  
III. kalt,  
IV. winterlich,  
V. Schnupfen,  
VI. Husten,  
VII. urhaubst,  
VIII. Gesundheit

Seite 10

A4, C3, C4, D2, D4, F1, F4, F5

Seite 11

Seite 12

1) ... do  
2) ... Lady  
3) ... go-go  
4) ... cry  
5) ... wind  
6) ... boogie  
7) ... Lotz  
8) ... geklaut  
9) ... Speerbezirk  
10) ... Stern  
11) ... submarine

Seite 14

1. B, 2. C

Seite 15

1. Weihnachten, 2. Erhaltung, 3. Health, 4. Eich-  
hoernchen, 5. Winter, 6. Handschuhe, 7. Spekula-  
tus, 8. Last, 9. Plätzchen, 10. Schnee, 11. Snow-  
board, Lösungswort: GESUNDEHEIT

Gute Besserung  
wünschen...

**isla**<sup>®</sup>

**SINOLPAN**<sup>®</sup> 

**PROSPAN**<sup>®</sup> 

**Tyrosur**<sup>®</sup>  
Wundheilmittel