

Ausgabe Herbst/Winter 2021
Kostenlos zum Mitnehmen! Nur bei Ihrem HÖREXperten.

HÖREXperten

MAGAZIN

HÖRSYSTEMZUBEHÖR

Smarte Extras für mehr
Komfort. Jetzt entdecken!

GRILLVERGNÜGEN IN DER KALTEN JAHRESZEIT

Mit diesen Rezepten
bleibt Ihr Grill auch im
Herbst und Winter nicht kalt.

LIFESTYLE & BESSER LEBEN

Mit den passenden Accessoires
für zu Hause wird es drinnen
so richtig gemütlich.

RÄTSEL- GEWINNSPIEL!

GEWINNEN SIE
EINE REISE IN DIE
SCHÖNSTEN STÄDTE
DEUTSCHLANDS!

SICHERHEIT AUF SCHRITT UND TRITT

MIT HÖRSYSTEMEN

Studie untersucht Zusammenhang zwischen Hörminderung und Sturzrisiko



„Ich habe
Ja gesagt ...“

... zu Im-Ohr-Hörsystemen!

Meine neuen Im-Ohr-Hörsysteme sind so klein und unauffällig, dass selbst mein Mann nichts bemerkt hat – außer, dass ich jetzt besser höre!“

Weitere Infos unter www.hoerex.de/telefonen.

Exklusiv bei Ihrem HÖRExperten!



HÖREN UND GESUNDHEIT

- 4 Titelstory:**
Teil 2_Wer gut hört, stürzt seltener. Studie untersucht Zusammenhang zwischen Hörminderung und Sturzrisiko.
- 6** 5 Extras, die das Leben mit Hörgeräten noch angenehmer machen
- 7** Hörsystemanpassung aus der Ferne
- 8** Selbstbewusst und offen: Interview mit Audio-Coach Jana Verheyen

RÄTSEL

- 10–15** Rätselspaß für Groß und Klein

EINFACH KÖSTLICH

- 16** Rezepte: Grillvergnügen in der kalten Jahreszeit

RÄTSEL-GEWINNSPIEL

- 19** Gewinnen Sie eine Reise in Deutschlands schönste Städte

LEBEN UND GENIESSEN

- 20** Gut gelaunt durch Herbst und Winter

ZUM GUTEN SCHLUSS

- 22** Wussten Sie, dass ...
... Hörakustiker ein Beruf mit Zukunft ist?

IMPRESSUM

Herausgeber (V.i.S.d.P.):
HÖREX Hör-Akustik eG, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal, www.hoerex.de
Vorstand: Claudia Hellbach, H.-P. Weihmann

Redaktion:
Martina Ostermeier

Konzeption, Realisation, Gestaltung:
Katharina Schmidt, HÖREX

Anzeigenpartner:
Oticon, Sivantos, Sonic, TELEFUNKEN, Widex

Fotos/Illustrationen:
HÖREX Hör-Akustik eG (S. 3)
iStock.com/Anchiy; Starkey Laboratories (Germany) GmbH (S. 4)
Michelle Kalaz (HÖREX Hör-Akustik eG) (S. 5)
Starkey Laboratories (Germany) GmbH (S. 6)
fizkes/Shutterstock (S. 7)
ATStock Productions/Shutterstock (S. 7)
Dmytro Zinkevych/Shutterstock (S. 7)
anja paap photographie & print, Hamburg (S. 8)
Oliver – stock.adobe.com (S. 9)
EMF/Guido Schmelich (S. 16, 17, 18)
INVENT Marketing & Tourismus GmbH (S. 19)
Røros Tweed AS, Røros (S. 20)
Liberteco GmbH, c/o Factory Works GmbH, Berlin (S. 20)
Reisedepeschen GmbH, Berlin (S. 21)
Harry Gruber, Linden (S. 21)
RIESS KELOmat GmbH, Ybbsitz (S. 21)
HÖREX Hör-Akustik eG, Kreuztal (S. 22)

Erscheinungsweise:
2x jährlich, 1. Jahrgang

Ausgabe:
Herbst/Winter 2021



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wer mit offenen Augen und Ohren durch die Natur geht, kann vielerlei Dinge genießen: das Zwitschern der Vögel, einen bunten Herbstwald, das Knirschen, wenn wir über verschneite Wege wandern. Unsere Sinne leisten aber noch viel mehr. Gerade im Herbst und Winter geben Augen und Ohren uns Sicherheit. Ein gutes Gehör mindert zum Beispiel das Sturzrisiko. Mehr dazu lesen Sie im zweiten Teil unserer Serie zur Hörgesundheit.

Außerdem stellen wir Ihnen in der aktuellen Ausgabe des HÖRExperten Magazins fünf Hörgeräte-Extras vor, die das Leben noch angenehmer machen. Doch nicht nur die Technik hilft, den Alltag mit Hörminderung zu meistern. Jeder einzelne kann etwas dazu beitragen: die Betroffenen selbst und deren Umgebung. Neugierig geworden? Dann lesen Sie das Interview mit Audio-Coach Jana Verheyen auf Seite 8–9.

Was Sie noch in diesem Heft finden? Jede Menge Rätsel und Ideen, wie Sie es sich im Herbst und Winter zu Hause – aber auch draußen – besonders schön machen können. Haben Sie schon mal an einen Grillabend im Schnee gedacht? Auf den Seiten 16–18 stellen wir Ihnen leckere Rezepte dafür vor.

Viel Vergnügen bei der Lektüre, und kommen Sie gesund durch die kalte Jahreszeit!

C. Hellbach

Ihre Claudia Hellbach
(Mitglied des Vorstands, HÖREX Hör-Akustik eG)

TEIL 2_ WER GUT HÖRT, STÜRZT SELTENER

Wenn Kinder laufen lernen, gehört das Fallen dazu. Normalerweise passiert dabei nichts. Anders sieht es mit zunehmendem Alter aus: Dann steigt das Risiko, zu stürzen und sich dabei zu verletzen. Gerade in den kalten Monaten häufen sich Stürze. Aber auch der Hörsinn spielt beim Sturzrisiko eine Rolle.



Hörgeräte können dabei helfen, das Sturzrisiko zu minimieren

Die Zahlen sprechen für sich: Fast ein Drittel der über 65-Jährigen sowie die Hälfte der über 80-Jährigen stürzen mindestens einmal im Jahr. Dabei verursacht jeder fünfte Sturz schwere Verletzungen wie Brüche oder Kopfverletzungen. Hinzu kommt das Problem, dass Menschen, die einmal gefallen sind, Angst davor haben, erneut zu stürzen. Das kann dazu führen, dass die Betroffenen körperlich weniger aktiv sind. Das schwächt Muskulatur und Kondition, was wiederum das Sturzrisiko erhöht.

Doch nicht nur eine schwache Muskulatur kann schnell zu einem Sturz führen. Weitere Ursachen sind Probleme mit der Balance sowie Seh- und Höreinschränkungen. Eine amerikanische Studie kommt zu dem Ergebnis, dass schon bei Menschen mit leichtem Hörverlust eine dreimal höhere Wahrscheinlichkeit besteht, zu stürzen. Je ausgeprägter die Hörminderung ist, desto höher auch das Sturzrisiko.

Studie: Wie Geräusche unsere Balance beeinflussen

Der genaue Zusammenhang zwischen einer Hörstörung und einem erhöhten Sturzrisiko war lange unklar – auch wenn man davon ausging, dass das Innenohr dabei eine Rolle spielt. Ein Forscherteam vom Mount Sinai Health System in New York und der New York University Steinhardt School of Culture wollte es genau wissen. Dafür hat es zahlreiche Forschungsarbeiten ausgewertet, die sich alle mit der Frage beschäftigen, wie Geräusche die Balance im Stehen beeinflussen. Sie stellen unter anderem fest, dass Menschen auf unebenem Untergrund größere Schwierigkeiten haben, die Balance zu wahren, wenn es still um sie herum ist. Es fällt ihnen leichter, wenn sie Geräusche hören. Dabei spielt die Art des Geräuschs eine wichtige Rolle: Gleichmäßige Hintergrundgeräusche unterstützen das Gleichgewicht am besten. Personen, die über Kopfhörer einzelne Töne mal auf dem rechten, mal auf dem linken Ohr hören, haben Schwierigkeiten, gerade zu stehen. Die Autoren der Studie vermuten, es könne daran liegen, dass Geräusche uns als auditiver Anker dienen. Auffällig ist auch, dass Geräusche bei schwierigen Gleichgewichtsübungen wichtiger werden – zum Beispiel beim Balancieren auf einem beweglichen Untergrund. Und: Wenn Menschen mit Sehverlust, Hörverlust oder Gleichgewichtsstörungen gleichmäßige Geräusche hören, verbessert sich ihre Haltung deutlich. Dies deutet laut den Autoren darauf hin, dass Menschen mehr auf das Hören angewiesen sind, wenn andere Sinne eine Beeinträchtigung aufweisen.

JETZT SCHON WEITERLESEN?

TEIL 3-4 DER SERIE IN DEN NÄCHSTEN AUSGABEN ODER DIREKT UNTER [hoerex.de/hoergesundheit](https://www.hoerex.de/hoergesundheit)

Fazit: Eine Hörminderung erhöht das Sturzrisiko

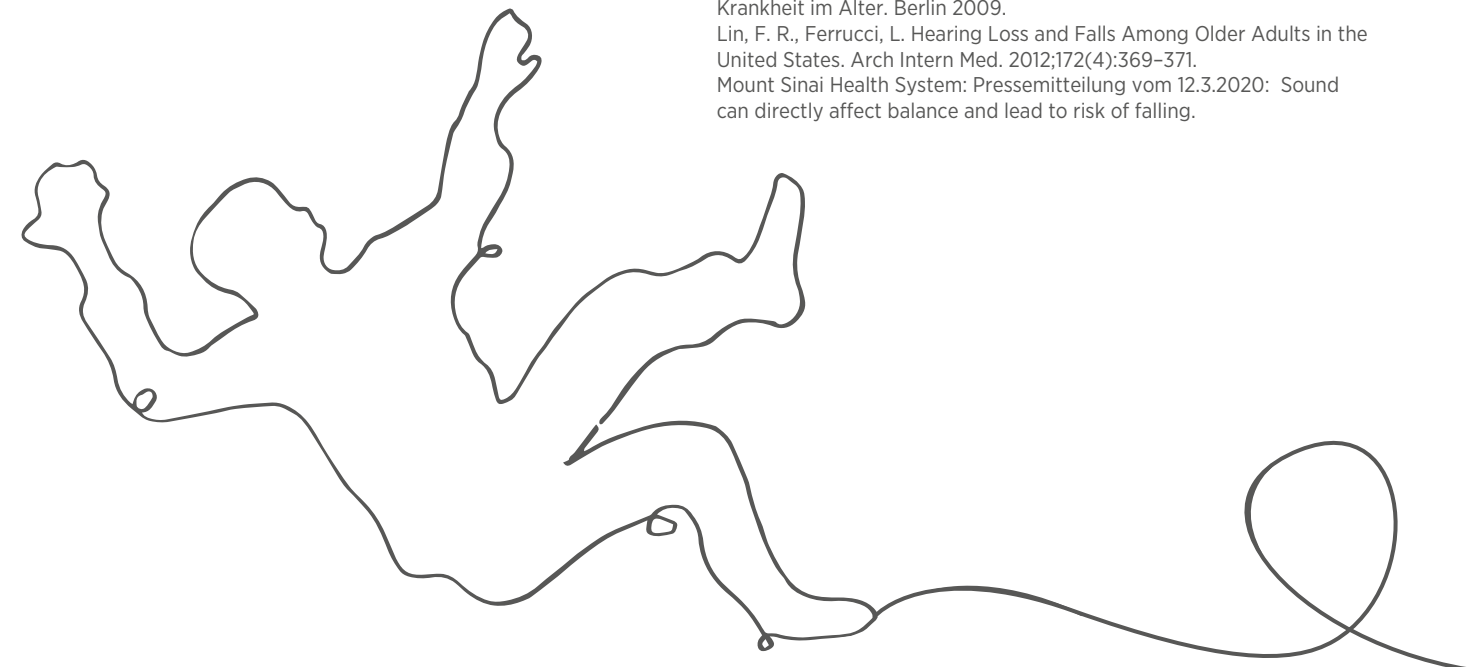
Das Forscherteam kommt zu dem Schluss, dass die Geräusche, die wir hören, uns wichtige Informationen über die Umwelt geben und so unser Gleichgewicht beeinflussen. „Letztendlich bringt eine Hörminderung ein höheres Risiko für Instabilität und Stürze mit sich“, so Maura Cosetti, Professorin für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde an der Icahn School of Medicine am Mount Sinai.

Gleichzeitig stellt das Team fest, dass Schwerhörigkeit im Zusammenhang mit Stürzen bisher häufig unterschätzt wird. Das müsse sich ändern. Zudem seien weitere Studien notwendig, die sich mit verschiedenen Schweregraden von Hörverlusten und den Auswirkungen von Hörgeräten auf das Gleichgewicht befassen.

Mehr wissen?

Weitere Infos über den Zusammenhang zwischen gutem Hören und Ihrer Gesundheit finden Sie auf unserer Website. Mit einem Klick auf www.hoerex.de/hoergesundheit erfahren Sie zum Beispiel, wie Hörgeräte die Lebensqualität steigern.

Quellen: Böhm, K., Tesch-Römer, C., Ziese, T. (Hrsg.). Gesundheit und Krankheit im Alter. Berlin 2009.
Lin, F. R., Ferrucci, L. Hearing Loss and Falls Among Older Adults in the United States. Arch Intern Med. 2012;172(4):369–371.
Mount Sinai Health System: Pressemitteilung vom 12.3.2020: Sound can directly affect balance and lead to risk of falling.



TIPP VOM HÖRExperten

Eine Hörminderung kann man behandeln. In den meisten Fällen helfen Hörgeräte, eine Schwerhörigkeit auszugleichen. Wichtig ist, schon bei den ersten Anzeichen zu reagieren. Die HÖRExperten raten: Wer älter als 50 Jahre ist, sollte einmal im Jahr für einen Hörtest zum Hörakustiker oder HNO-Arzt.

5 EXTRAS, DIE DAS LEBEN MIT HÖRGERÄTEN NOCH ANGENEHMER MACHEN

Moderne Hörsysteme leisten weitaus mehr, als Sprache zu verstärken. Verschiedene Extras erhöhen den Nutzen zusätzlich. Die HÖRExperten haben fünf ausgewählt.

Apps

Neueste Hörsysteme lassen sich ganz einfach mit einer App steuern: Passen Sie die Lautstärke an, wechseln Sie in ein anderes Hörprogramm, streamen Sie Telefonate und Musik direkt auf die Hörgeräte oder prüfen Sie den Batterie- oder Akkuzustand – alles spielend leicht. Bereitgestellt werden die Apps von den Herstellern, Nutzer können sie über den App Store für Apple Geräte oder den Google Play Store für Android-Smartphones herunterladen.

Automatische Anpassung an Hörsituationen

Vom ruhigen Wohnzimmer ins tummelige Café: Hörsituationen ändern sich ständig. Hörgeräte ab der Mittelklasse können sich automatisch an diese anpassen. Sie erkennen ruhige Umgebungen oder Sprache in Lärm. Je höherwertiger ein Hörsystem ist, desto umfangreicher und ausgefeilter die Situationserkennung – bis hin zur automatischen Anpassung an jede Hörsituation.

Bluetooth

Hörgeräte, die mit Bluetooth ausgestattet sind, lassen sich direkt mit dem Smartphone, Computer, TV oder Radio verbinden – sofern diese ebenfalls Bluetooth-fähig sind. Audiosignale gelangen dabei drahtlos in die Hörgeräte. Selbst bei Umgebungslärm können Hörgeräteträger Sprache oder andere Klänge deutlich wahrnehmen.



Zubehör für TV

Spezielle TV-Adapter machen aus Hörsystemen Kopfhörer. Die Verbindung zwischen Adapter und Hörsystem erfolgt kabellos über Bluetooth oder einen anderen Funkstandard. Störende Kabel gehören damit der Vergangenheit an. Per Smartphone oder Fernbedienung können Nutzer den Ton ganz nach ihren individuellen Wünschen einstellen – ohne dass es für andere Menschen unangenehm laut wird.

Fernbedienung

Einfache Handhabung ohne große Technikaffinität: Mit der Fernbedienung können Hörgeräteträger zwischen verschiedenen Hörprogrammen wählen und die Lautstärke regulieren. Sie liegt gut in der Hand und die Funktionen sind einfach zu überblicken.



HÖRSYSTEMANPASSUNG AUS DER FERNE

Wann ist eine Hörgeräte-Fernanpassung sinnvoll und wie funktioniert sie?

Die Digitalisierung ermöglicht es, Hörsysteme auch aus der Ferne anzupassen. Als Ergänzung zur Erstanpassung vor Ort beim Hörakustiker schafft das neue Optionen, um auf die Bedürfnisse von Menschen mit Hörminderung einzugehen.



Fernanpassung von Hörgeräten in Echtzeit durch den Hörakustiker



Die individuelle Anpassung von Hörsystemen aus der Ferne ist längst kein Novum mehr. Tatsächlich bietet diese Form der Hörsystemanpassung zahlreiche Vorteile für den Hörgeräteträger. Bei einer Fernanpassung berücksichtigt der Hörakustiker genau wie beim Termin vor Ort die persönlichen Hörvorlieben, die berufliche Situation und die Hobbys des Trägers. „Diese individuelle Anpassung ist die Voraussetzung dafür, dass Hörsysteme ihre Träger optimal im Alltag unterstützen und die Lebensqualität verbessern“, erklärt H.-P. Weihmann, Hörakustikermeister und Mitglied im Vorstand der HÖREX.

Vorteile nutzen

Ein großer Vorteil der Fernanpassung, auch Remote Fitting genannt: Hörakustiker bekommen die Situation, in der sich ihr Kunde zur Zeit der Fernanpassung befindet, direkt und unmittelbar mit. Hörgeräteträger müssen sie nicht mehr umfassend beschreiben, denn genau das fällt im Nachhinein nicht immer leicht. Auch Menschen, die beruflich viel unterwegs sind oder denen der Weg ins Fachgeschäft schwerfällt, profitieren davon, dass ihr Hörakustiker Hörgeräte aus der Ferne warten und einstellen kann. In besonderen Zeiten wie einer Pandemie kommt ein weiterer Aspekt hinzu: Virtuelle Hausbesuche helfen, Kontakte zu minimieren und schützen besonders gefährdete Menschen vor einer Ansteckung.

So funktioniert die Fernanpassung

Wichtigste technische Voraussetzungen für eine funktionierende Fernanpassung in Echtzeit sind ein Smartphone, Tablet oder PC und eine stabile Internetverbindung. Wer den Service aus der Ferne nutzen möchte, benötigt außerdem die jeweilige App des Hörgeräteherstellers. Zu einem vereinbarten Termin können sich Hörakustiker und Hörgeräteträger über die App miteinander verbinden und per Video- oder Audiotelefonat kommunizieren. Mit Zustimmung des Hörgeräteträgers optimiert der Hörakustiker dann die Einstellungen der Hörsysteme. Die Einstellungen werden direkt auf das Hörsystem übertragen. Ob die Hörgeräteträger sich dabei zu Hause, im Büro oder auf dem Sportplatz befinden, spielt keine Rolle.

Alternativ zur Fernanpassung in Echtzeit ist der Prozess auch zeitversetzt möglich. In diesem Fall schickt der Hörakustiker ein bestimmtes Set an Einstellungen an das Smartphone seines Kunden, der es zum Zeitpunkt seiner Wahl in seine Hörgeräte übernehmen und in aller Ruhe testen kann. Im Anschluss gibt der Kunde eine Rückmeldung. Bei Bedarf lässt sich der Prozess wiederholen.

Weitere Infos unter: www.ihre-hoerexperten.de/hoerakustik-aktuell_1-2021

SELBSTBEWUSST UND OFFEN



Audio-Coach Jana Verheyen

WIE SCHWERHÖRIGE HÖRHERAUSFORDERUNGEN IM ALLTAG MEISTERN KÖNNEN

Mit Anfang 20 hatte Jana Verheyen einen Hörsturz, ihre Hörfähigkeit hat seitdem stetig abgenommen. Nach mehr als 25 Jahren mit hochgradiger Schwerhörigkeit und Hörgeräten ist sie beidseitige Trägerin von Cochlea-Implantaten. Ihr vermeintliches Handicap nutzt Verheyen als Kompetenz: Sie berät und coacht Schwerhörige.

Frau Verheyen, Sie haben sich selbst den Titel „Audio-Coach“ gegeben. Was genau machen Sie bei Ihrer Arbeit?

Als Audio-Coach kreuze ich die Audiotherapie mit dem systemischen Coaching. Das heißt: Ich berate und coache Hörgeschädigte, was sie zusätzlich zur Hörgeräteversorgung tun können, um akustisch integriert zu bleiben. Die Technik ist nämlich nur die eine Seite. Sie ist super, hat aber zugleich ihre Grenzen. Da stellt sich die Frage, was ich als Mensch dazu beitragen kann, um diese Grenzen ein bisschen zu verschieben. Wichtig ist das Umfeld. Es geht darum, wie ich anderen mitteile, was ich von ihnen brauche, damit ich sie leichter verstehe. Und es geht darum, wie ich kommuniziere, dass keiner das nur mir zuliebe macht, sondern auch im eigenen Interesse.

Es ist also wichtig, dass Betroffene sich davon lösen, die Schwerhörigkeit alleine meistern zu wollen?

Genau. Viele Betroffene sehen in der Schwerhörigkeit ein Defizit – und das Umfeld macht das genauso. Wichtig ist, selbstbewusst zu bleiben und zu erkennen: Ich als Mensch bleibe der gleiche, was Schwierigkeiten bereitet, ist mein Gehör. Mit dieser Haltung trete ich anderen auf Augenhöhe gegenüber, kann ihnen meine Schwerhörig-

keit als Tatsache erklären – nicht als Problem – und im gleichen Atemzug Lösungen aufzeigen, wie wir gemeinsam Kommunikationsbarrieren überwinden können. Es ist etwas anderes, wenn ich zu jemandem sage: „Hey, wenn du mich ansiehst beim Sprechen, verstehe ich dich auf Anhieb, und du bekommst sofort meine Antwort“, anstatt: „Tut mir leid, ich bin schwerhörig und habe dich nicht verstanden.“ Damit beschreibe ich nur meine nicht-funktionierende Seite, und hinterher weiß immer noch niemand, was hilft, damit die Unterhaltung für beide Seiten flüssiger wird.

Sie sprechen von Lösungen. Wie können die aussehen?

Zunächst: Es gibt nur selten die 100-Prozent-Lösung. Oft geht es um kleine, individuelle Lösungen und Kompromisse. Mir hilft es zum Beispiel sehr, wenn ich andere bitte, mich zunächst mit Namen anzusprechen und erst weiterzureden, wenn Blickkontakt da ist. Dann bin ich mit allen Sinnen dabei. Statt acht Personen auf einmal, kann ich zweimal vier Personen zum Geburtstag einladen ... Ich sehe es als meine Aufgabe, Menschen mit Hörminderung Mut zu machen, sich mit schwierigen Situationen auseinanderzusetzen und nach Lösungen zu suchen, statt sich zu isolieren. Der konkrete Weg sieht bei jedem anders aus.

Mit welchen Schwierigkeiten kommen die Menschen zu Ihnen?

Eine große Rolle neben dem erschwerten Sprachverstehen spielen Müdigkeit und Vergesslichkeit. Viele bringen das zunächst nicht mit ihrer Hörminderung in Verbindung. Manche denken, sie hören nicht nur schlecht, sondern werden auch noch blöd. Dabei ist die Erklärung einfach: Vergesslichkeit ist ein Zeichen dafür, dass jemand aktiv mitdenken muss, um aus dem Gehörten ein Sprachverstehen zu machen. In der Folge fehlen die kognitiven Ressourcen, um Inhalte abzuspeichern. Mein Audiotherapie-Dozent hat immer gesagt: Der Feind des guten Verstehens ist das angenehme Hören.

Das müssen Sie erklären ...

Hörgeräteträgern fällt es oft schwer, sich mit der nötigen Lautstärke anzufreunden. Sie ziehen es vor, angenehm zu hören. Damit verzichten sie auf die hohen Töne, die wir zur Spracherkennung benötigen. Sie hören das „f“ nicht mehr oder können „t“ und „d“ nicht unterscheiden. Ziel muss es sein, gut zu verstehen, nicht angenehm zu hören. Sich an die Lautstärke zu gewöhnen, kann anstrengend sein – aber es lohnt sich.



Cochlea-Implantat

HÖREN UND GESUNDHEIT

Welche Rolle spielt die Wahl des Hörsystems?

Man sollte sehr genau hinhören. Ich empfehle, Hörsysteme in verschiedenen Qualitätsstufen in konkreten Alltagssituationen auszuprobieren. Wenn man mit der höheren Qualität deutlich besser zurechtkommt, ist sie kein Luxus, sondern bedeutet Lebensqualität.

Mehr Infos über Jana Verheyen und ihre Arbeit gibt es unter www.audio-coaching.net. Weitere Fragen beantwortet Jana Verheyen auf www.ihre-hoerexperten.de in der Rubrik „Besser leben.“

KURZ ERKLÄRT: WAS IST EIGENTLICH EIN COCHLEA-IMPLANTAT?

Ein Cochlea-Implantat (CI) ist eine Hörprothese. Sie hilft Gehörlosen, Ertaubten und hochgradig Schwerhörigen, wieder an der Welt der Hörenden teilzuhaben. Voraussetzung ist ein intakter Hörnerv, da CIs den geschädigten Teil des Ohres umgehen und den Hörnerv direkt stimulieren.

OTICON | More

Weltweit einzigartig: Erstes Hörsystem mit integrierter DNN- Technologie auf neuester Chip-Plattform.

Jetzt
Oticon More™ -
Hörsysteme
kennen-
lernen

Weltweit erstes Hörsystem mit Zugang zu 12 Millionen Klang-Szenen:

- > **Einzigartig:** DNN-Technologie direkt im Hörsystem
- > **Leistungsstark:** Lithium-Ionen-Akku für einen energiereichen Tag
- > **Vernetzt:** Direktes Streaming von iPhone® und Android™-Geräten



oticon
life-changing technology

BUCHSTABENSALAT

In diesem Buchstabensalat haben sich 20 Wörter versteckt. Gesucht werden darf in alle Richtungen. Finden Sie die Wörter und kreisen Sie sie ein, um den Buchstabensalat zu lösen.

WORTLISTE

- GERAETESCHUPPEN
- GLOCKENREBE
- GRUENFLAECHE
- HAECKSLER
- KARTOFFELN
- KOMPOSTHAUFEN
- KULTIVATOR
- MILCHSTERN
- MISTGABEL
- MITTAGSBLUME
- OBSTPFLUECKER
- PFLANZTISCH
- PRACHTKERZE
- RANKGERUEST
- RASENMAEHER
- RITTERSPORN
- ROSENKUGELN
- SONNENHUT
- STEINGARTEN
- WASSERFALL

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

SUDOKU

Das Ziel beim Sudoku ist es, die leeren Zellen des Spielfeldes mit den Ziffern 1 bis 9 so auszufüllen, dass in jeder Zeile und in jeder Spalte und in jedem 3x3-Teilquadranten jede dieser Ziffern genau einmal steht. Sonst nichts – das ist die ganze Spielanleitung.

LEICHT

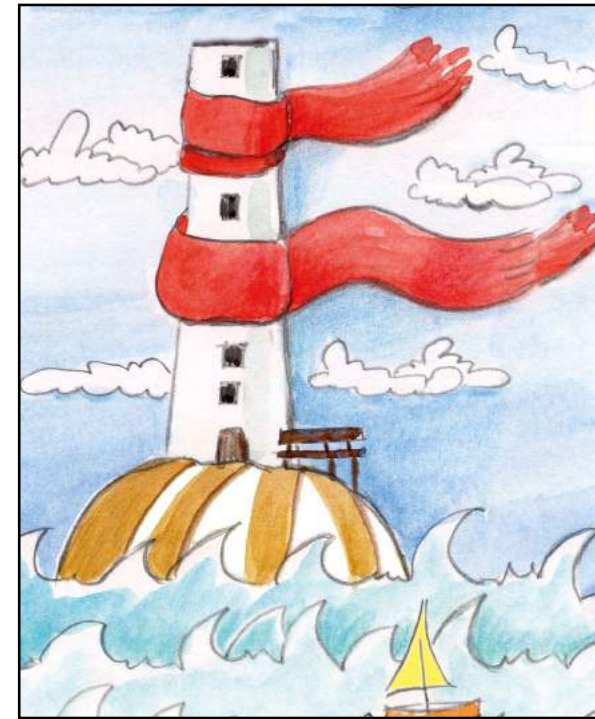
1						3	5	6
			6		9			
8				2	1		7	
3	8	1					9	
6		2		1		4		5
	9					8	2	1
	4		7	8				9
			2		6			
7	6	8						2

MITTEL

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

FEHLERTEUFEL

In der linken Abbildung haben sich zehn kleine Fehler eingeschlichen. Mit etwas Geduld kommen Sie dem Fehlerteufel auf die Schliche. Die Auflösung finden Sie auf der letzten Seite des Hefts.



KOMPROMISSLOS gutes Hören.



Brillanter Klang



Bluetooth Android & iOS



Unterwegs aufladen



W. Röhrl
WALTER RÖHRL trägt Signia AX.



Pure Charge&Go AX



Walter Röhrl ist der wahrscheinlich brillianteste Rennfahrer aller Zeiten und er lässt sich nicht bremsen. Schon gar nicht von einer Hörminderung. Deshalb trägt Walter Röhrl Signia AX.

So geht Hören mit Power: Die neuen Pure Charge&Go AX Hörgeräte sind die weltweit ersten, die Sprache und Umgebungsgläusche getrennt voneinander verarbeiten.

- ⦿ Klares Sprachverstehen durch kontrastreichen Klang
- ⦿ Akku-Laufzeit von 24h inkl. 5h Streaming
- ⦿ Bluetooth-Audiostreaming mit iOS und ASHA-fähigen Android-Smartphones
- ⦿ Verschiedene Ladegeräte zur Auswahl, inkl. mobilem Lade-Etui und Dry&Clean Charger

tropische Steppenform	Anrede ital. Geistlicher	Vater und Mutter	Liliengewächs, Heilpflanze	Stadionwelle: La ... Sittenlehre	feierliche Veranstaltung	Gestell auf dem Bau	Genauigkeit	Raubfisch	positive Elektrode	Auf- oder Umschlag an der Kleidung
Aristokratie			geometr. Figur				festgesetzte Gebühr			
Berufsanwärter, Praktikant	1					Verfall, Zusammenbruch				Satan
			Schläge, Prügel		weibl. Kosename			Ostgermane		
eine Verwandte	vermuten	Viehhüter			3	brav, ehrenwert Pflanzenfaser				
nord-norweg. Hafenstadt				Gehilfe (Kurzw.) nordfrz. Stadt			dt. Fußballspieler (Marco)		6	
		blutstillendes Mittel		Anteilschein			seitlich ausgehöhlt	holziges Pflanzenorgan v. Stamm		Vogelbau
zweistellige Zahl	Land-schaftsform, Plateau	Abwandlung, Variante			traditionelles Boot der Inuit		sich in der Wanne reinigen			
Kurzwort für Helligkeit			indischer Gaukler		drolliger Luftsprung					
		berühmteste Vampirfigur	verhängnisvoll			Emirat am Per-sischen Golf	annähernd, ungefähr			Nachkomme
Verhältniswort	franz. Autor † Nachricht, Voranzeige		7		künstliche Wasserstraße	Amts-pflicht, Beruf				
Nieren-aus-scheidung			geäu-berter Wunsch		entzwei-willkür-lich			Saug-wurm		Stadt in Nevada
Operette von Lehár		Feld-, Frei-lager				Zupf-instru-ment	Stau-werk züchtig			
Banken-identi-fizierungs-schlüssel		Staat in Vorder-asien			Schicht-nudel-auf-lauf					
			Insel-staat der USA					ein Balte		ugs.: Sonder-ling
kath. Ordens-ange-höriger	Mode d. über-kurzen Röcke	Schweizer Sagenheld Frucht-inneres			Hafen-stadt in Kroatien	Telefon-konferenz (ugs. Kurzw.)				
			Organ z. Pollenauf-nahme (botan.)		immer			griech. Vorsilbe: gegen		Opern-figur bei Gershwin † 1937
Neuverfilmung (engl.)	adaptie-ren, in Einklang bringen	vorherr-schend	Faser-schlinge			feinster Schmutz exklusi-ves Fest				
Apostel, Bruder des Petrus				größte Sunda-insel	Gesamt-heit					
			am Boden	Pelzart		5	Cowboy-fest, Reiter-schau			Wiener Vergnü-gungs-park
Vereinigung, Bündnis	Ver-nunft, Verstand (lat.)	Unterwas-serfahrzeug Klettertier			ugs.: Preis-über-höhung	geripptes Gewebe Vorname Eulenspiegels				
Name e. europ. Träger-rakete	4			lat.: usw.	Nord-atlantik-pakt (Kurzw.)		Autor von „Momo“ (Michael) † 1995			poetisch: Frühling
mild, zart			schmalere Durch-lass			Inbegriff höchster Vollkom-menheit				
Staffel-lauf					ugs.: Polizei					
ver-söhnen (gehoben)			kühn an-gelegtes Unter-nehmen		2	fliziger Woll-stoff				
Be-drängnis			LÖSUNG:	1	2	3	4	5	6	7
										metall-haltiges Mineral

GITERRÄTSEL

Die aufgelisteten Wörter sind so in die Gitterfelder einzutragen, dass sich ein vollständiges Kreuzworträtsel ergibt. Ein Startwort ist bereits vorgegeben.

6	9	5	5	6
6				8
	7			5
7		5		5
			7	P A C K E I S
			9	
8		8		8
	7			7
6			8	
9				
			7	
9				
6			8	

- 5 BUCHSTABEN
ASSEL - EINST - FRANC - OLYMP - VIRUS
- 6 BUCHSTABEN
ERLASS - FLACHS - ROHOEL - SAPHIR - STULPE
- 7 BUCHSTABEN
BOTTICH - CHICAGO - LIFTBOY - NEUTRON - PASSIVA
- 8 BUCHSTABEN
ATLANTIK - EKELHAFT - PFLANZER - ROEMERIN - STEINALT - TONFOLGE
- 9 BUCHSTABEN
ALLIGATOR - MITARBEIT - PELZSTOLA - ZIGARETTE

BINOXXO

Füllen Sie die leeren Kästchen mit O und X. Es dürfen nicht mehr als zwei aufeinanderfolgende X oder O in einer Reihe oder Spalte erscheinen. In jeder Reihe und in jeder Spalte müssen X und O gleich oft vorkommen.

LEICHT

		X	X		O		
				X			
	O				O	O	O
			X		X	O	X
O						X	O
	X	O			O		
			X		X	O	O
		X	X		O	O	
X		X			X	O	O

MITTEL

	X		X			X	
		O				X	X
O			O				O
X	X	O		O			O
	O				X	X	
				X			X
	X					X	
		O	X				



PURE NATÜRLICHKEIT ERLEBEN



WIDEX MOMENT

WIDEX MOMENT eröffnet mit der PureSound-Verarbeitung ein ganz neues Hörerlebnis mit Hörsystemen, das vergleichbar ist mit dem natürlichen Höreindruck, den Sie kannten, bevor Sie eine Hörminderung hatten. Das wiederaufladbare Lithium-Ionen-Hörsystem ist das kleinste seiner Art und verbirgt sich unauffällig hinter dem Ohr.

Tragen Sie WIDEX MOMENT jetzt bei Ihrem HÖRExperten kostenfrei und unverbindlich Probe.



SOUND LIKE NO OTHER

SILBENRÄTSEL

Aus den Silben sind neun Wörter mit den unten stehenden Bedeutungen zu bilden.

- ak - baum - cher - chern - de - des - e - fan
- gas - halb - klein - ko - kor - laut - le - los
- mei - on - po - spei - tat - tisch - wurm - zel

1 _____
Tasteninstrument

2 _____
abgeholzt

3 _____
dichterisch

4 _____
Campingzubehör

5 _____
alpenländisches Fabeltier

6 _____
plötzlich sehr bescheiden,
gedämpft

7 _____
öffentl. Event bei
Sportübertragungen

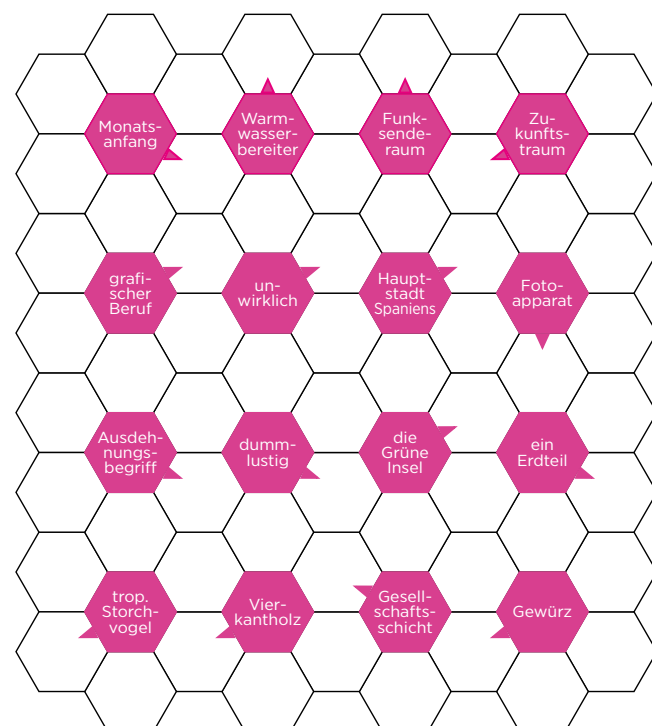
8 _____
folglich

9 _____
Daten auf der Festplatte
festhalten (EDV)

Die dritten und siebten
Buchstaben - jeweils von oben
nach unten gelesen - ergeben
einen Meeresvogel.

WABENRÄTSEL

Die gesuchten Wörter haben sechs Buchstaben und müssen um die Waben herum im Uhrzeigersinn, beginnend beim jeweiligen Pfeil, eingetragen werden.



ZAHLENRÄTSEL

Wandeln Sie die Zahlen in Buchstaben um. Gleiche Zahlen bedeuten gleiche Buchstaben im Rätsel und im Lösungstreifen. Die bereits eingetragenen Wörter erleichtern Ihnen den Beginn! Auf geht's ...

24	4	9	2		11	14	8	9		5	15	24	4		10	2	13	4	4	23	
6	24	1	9	12	13	10		22	6	23	19		13	2	2	13	12	24	13	15	
9	11	14	23		9	14	11	24		11	9	12	10		23	7	7	23	10	11	
12	9	12	12	23	6	2		12	23	13	12		23	17	13	11	9		9		
	2		16	12	9	23	22	13	16		16	12	23	13	15		12	9	15	23	
3	9	2	23	15		2	23	15	24	11	19	24		15	11	9	11	13	15	11	
9		24		24	4	23	18		11		9	6	12	13		23		6		24	
15	9	7	9	6	13		10	9	6	8	13	22		23	13	15	3	23	13	12	
19	11	11	4		23	2	23	16	13	23		10	9	6	2		23		9		
	23		23	20	4	24		14	4	2	24	9	22		2	9	15	18	19	23	
23	1	13	6		15	11	23	11		9	4	4	2	9	14	15		24		4	
2		12	24	12	23		22	13	12	16	13		13		15	11	24	6	12	24	
8	3	2		9	12	11	23		13		9	12	16	15	11		23	6	24	15	
2	23	23	6	23		9	2	8	23	6	11	9		11	23	12	22	23	6		
9	8	11		19	9	2	15	23		13		11	6	9	6	9		16	9	6	
16	23	11	6	23	14		11	23	2	2	14	6		6		11	9	16		13	
	6		23		15	4	9	11	23	2		13	12	10	2	14	15	13	17	23	
19	23	13	2	7	6	24	19		8	23	12	14	23		9	6	11	24	13	15	
23	13	12	23		9	2	2	23	23		9	1	4	19	24	6	23		23		
18		8	9	12	22	23		15	12	24	8		23	13	15	23	12	23	6	21	
10	14	6	15		13	12	23	15		8	23	9	6	12		13		10		23	
	1	14	23	22	23		6	23	23	2		1		16	23	12	22	9	6	1	
13	8	12		9	6	9	13		22	13	16	13	11	9	2		23	6	13	23	
6	23	15	23	22	23		10	6	9	16	23	12		8	23	6	9	11	23	12	
9	6	11		9	12	12	9		1	24	12	23	11	23	12		12	23	11	11	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13									
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26									
																				Q	Q

GRILLVERGNÜGEN IN DER KALTEN JAHRESZEIT

Grillen bei Kälte oder gar Schnee? Vor einigen Jahren war das für viele undenkbar. Doch die Zeiten ändern sich. **Was macht es auch für einen Unterschied, ob man bei warmem Sonnenschein oder tanzenden Schneeflocken den Grill anwirft?** Die nachfolgenden Rezepte wecken bestimmt auch bei Ihnen die Lust, den Grill schnell wieder aus dem Keller zu holen.

BUNTE ZWIEBELSUPPE MIT KÄSEHAUBE AUS DEM DUTCH OVEN

Zutaten für 4 Personen

300 g gelbe Zwiebeln, 300 g rote Zwiebeln, 200 g Frühlingszwiebeln, 3 Knoblauchzehen, 2 TL Zucker, Olivenöl, 1 EL Mehl, 2 l Gemüsebrühe, 50 ml trockener Weißwein oder Wermuth, 6 Zweige Zitronenthymian, 1 Baguette, 250 g Bergkäse

Zubereitung

Den Grill auf direkte Hitze vorbereiten. Gelbe und rote Zwiebeln schälen und in nicht allzu dünne Scheiben schneiden, die Frühlingszwiebeln waschen, schräg in 5 cm lange Stücke schneiden. Knoblauchzehen schälen, halbieren – eine Knoblauchzehenhälfte zurückbehalten. Zwiebeln, Knoblauch, Zucker und 3 EL Olivenöl vermischen, in eine Aluschale o. Ä. geben und diese direkt auf die Glut stellen, bis sich an den Zwiebeln Röstspuren bilden bzw. der Zucker karamellisiert. Zwiebeln in den Dutch Oven umfüllen und mit dem Mehl bepudern. Dutch Oven in die Glut stellen, Zwiebeln umrühren, nochmals 1 Min. rösten, dann mit Brühe und Weißwein ablöschen und Thymianzweige zufügen. Den Deckel schließen und die Suppe 35 Min. köcheln lassen. Inzwischen das Baguette in Scheiben schneiden – wir benötigen 6–12 Stück –, diese dünn mit Olivenöl bestreichen und auf dem Grillrost oder in der Aluschale anrösten. Anschließend mit der Schnittkante der zurückbehaltenen halben Knoblauchzehe einreiben und das Brot grob würfeln. Den Käse raspeln. Dutch Oven von der Glut nehmen und den Grill auf hohe indirekte Hitze vorbereiten. Suppe auf feuerfeste Schälchen verteilen und die Brotwürfel oben auflegen, mit Käse bestreuen. Schälchen bei geschlossenem Grilldeckel auf den Grillrost stellen und ca. 10 Min. grillen, bis der Käse zerlaufen ist.

Vorspeise

REHRÜCKEN MIT CRANBERRY-LACK UND RAUCHIGEM KICHERERBSEN-PÜREE

Zutaten für 4 Personen

FÜR DEN RUB:

1 EL Meersalz, 1 EL schwarzer Pfeffer, 2 EL Paprika edelsüß, 1 TL getr. Rosmarin, 2 Wacholderbeeren, 1 TL getr. Thymian, etwas neutrales Pflanzenöl, 600 g Rehrücken, ausgelöst

FÜR DAS KICHERERBSEN-PÜREE:

1 Dose gekochte Kichererbsen (Füllgewicht 800 g), 2 EL neutrales Pflanzenöl, ½ TL geräuchertes Paprikapulver, 2 EL Naturjoghurt, Saft von 1 Zitrone, 5 EL Haselnussöl (es geht auch mit Olivenöl), Salz, Pfeffer

FÜR DEN LACK:

100 g getr. Cranberrys, 200 ml Cranberrysaft, 100 ml frisch gepresster Orangensaft

Zubereitung

Die Zutaten für den Rub fein mörsern. Den Rehrücken von der Silberhaut befreien. Mit etwas Pflanzenöl einreiben, Rub einmassieren und 2 Std. ruhen lassen. 30 Min. vor Ende der Ruhezeit den Grill aufheizen (bis 300 °C). Die Kichererbsen abgießen und mit dem Pflanzenöl und dem geräucherten Paprikapulver vermengen. In einer Grillschale oder einem feuerfesten Topf einige Minuten anrösten, bis sie leicht bräunen. Für die spätere Weiterverarbeitung bereitstellen. Für den Cranberry-Lack alle Zutaten in einen feuerfesten Topf geben und offen einkochen, bis er eine sirupartige Konsistenz hat. Ebenfalls beiseitestellen. Schließlich den Rehrücken direkt auf den Grillrost oder eine Grillmatte legen und je 2–3 Min. von beiden Seiten scharf angrillen, bis sich Grillstreifen bilden. Fleisch vom Grill nehmen, Hitze auf 150 °C reduzieren. Den Rehrücken nun mit dem Cranberry-Lack einpinseln und weitere 10 Min. bei indirekter Hitze fertig grillen. Die Kerntemperatur sollte bei ca. 58 °C liegen. Inzwischen die Kichererbsen mit dem Joghurt, dem Zitronensaft und dem Haselnussöl auf die gewünschte Püree-Konsistenz pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Püree auf den Tellern verteilen, Rehrücken tranchieren und mit dem restlichen Cranberry-Lack servieren.



Hauptgang



© EMF/Guido Schmelich

Dessert

TESTEN SIE DAS SÜSSE STOCKBROT-REZEPT DOCH MAL BEIM NÄCHSTEN LAGERFEUER MIT DEN KINDERN!

SÜSSES WINTER-STOCKBROT

Zutaten für 4 Personen

200 g Milch, 1 Würfel frische Hefe (42 g), 500 g Weizenmehl, 1 Tütchen Vanillezucker, 80 g Zucker, 100 g weiche Butter, 3 EL Rosinen, 2 EL gehackte Haselnüsse, 1 TL Zimtpulver, 1 Ei (Größe M), Salz, Puderzucker

AUSSERDEM: 10 Stöcke, z. B. vom Haselnussbaum

Zubereitung

Die Milch leicht erwärmen und in eine große Schüssel füllen. Hefe hineinbröseln und unter Rühren auflösen. Mit dem Handrührgerät oder einer Küchenmaschine die restlichen Zutaten nach und nach miteinander verkneten (am besten mit dem Knethaken), bis ein glatter Teig entsteht. Teig zugedeckt an einem warmen Ort 1 Std. gehen lassen. Die Stöcke säubern und ggf. vom unteren Teil die Rinde entfernen, auf welchen der Teig später aufgewickelt werden kann. Nach der Ruhephase den Teig aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Arbeitsfläche in 10 Portionen teilen. Die einzelnen Portionen ausrollen und in ca. 5 cm breite Streifen schneiden. Diese schließlich nacheinander (nicht zu stramm) um den unteren Teil der Stöcke wickeln. Die umwickelten Stöcke nochmals 30 Min. abgedeckt ruhen lassen. Grill, Lager- oder Kaminfeuer vorbereiten und die Stockbrote unter ständigem Drehen über der Glut ca. 15 Min. grillen. Etwas auskühlen lassen und nach Belieben mit Puderzucker bestreuen.

DIESE UND WEITERE WINTERGRILL-REZEPTE ...

... gibt's im Buch von Guido Schmelich. In „Ja, ich grill – Im Winter“ kommen Leckereien wie Wild und Lamm, winterliches Gemüse, Miesmuscheln und andere Krustentiere auf den Rost oder in den Dutch Oven. Fleischliebhaber bekommen hier genauso Appetit wie Vegetarier. Dieses Buch ist nicht nur die perfekte Geschenkidee für den Mann, sondern auch für alle grillfreudigen Damen.

Das Buch „Ja, ich grill – Im Winter“ bekommen Sie im Buchhandel oder über das Internet: www.emf-verlag.de



MITMACHEN & GEWINNEN



Deutschland beeindruckt durch einzigartige Kultur, pulsierende Städte und wunderschöne Naturerlebnisse. Lassen Sie sich verzaubern von der Vielfalt unseres schönen Landes.

Gewinnen Sie einen Gutschein für eine Reise in Deutschland. Der Gewinn umfasst zwei Übernachtungen für zwei Personen in einem von 130 Partnerhotels von Urlaubsbox® (die Auswahl des Hotels obliegt dem Gewinner) inkl. Frühstücksbuffet und 80 Euro Wertgutschein für individuelle Hotelleistungen.

Wir wünschen viel Glück!

Handschuhmaterial	Aufruf	Vorhaben, Absicht	Stadtteil der Hptst. Ungarns	Ball über d. Spielfeldgrenze	Vorgesetzter, Führer	früherer brasil. Fußballstar	Flachland	höchstes Spiel im Skat	verstehen, Bescheid wissen	Handwärmer	Alleebaum	Mittelluropäer	ausgesucht, exquisit
								2	Kreuz des Pferdes				
Kolbenstange		4				Sportgerät regierende Fürstin				Blütenpracht Hochkonjunktur			
durch ein Sieb streichen									Unrat				5
				vierte Dimension		geländegängiges Motorrad einfarbig					aromatisches Getränk Südfrucht		
Münze in Europa und in den USA		Nahostbewohner	Person vor Gericht						Nebenfluss d. Rheins	kohlensäurehaltiges Wasser		Bildungsstand	
Straßenlampe							6	Westgermane Chiffrierschlüssel					
altgriech. Stadt	Nagetier in Süd-, Mittelamerika		Stufe einer Ordnung		engl. Längemaß nach Art von (fiz.)					ugs.: verdorben, kaputt			3
						Narreteil					spanisch: Fluss		kaufm.: tatsächlicher Bestand
arab. mantelartiger Umhang				Kummer, Seelenschmerz					essbares Tierergeweide				
Republik in Ostafrika						ein Edelgas				7	anders; sonst, auch genannt		
veraltet: Misstrauen, Bosheit			1	LÖSUNG:			1	2	3	4	5	6	7
											ugs.: unmodern		

Schreiben Sie einfach das Lösungswort, Ihre Anschrift und den Namen Ihres HÖREX Akustikers auf eine ausreichend frankierte Postkarte und schicken Sie diese an: HÖREX Hör-Akustik eG, Stichwort: „Preisrätsel HÖRExperten Magazin“, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal. Einsendeschluss ist der 20. Februar 2022. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Keine Barauszahlung.

Wir gratulieren der Gewinnerin des letzten Preisrätsels: Margarete Schlegel (Fränkisch-Crumbach). Das Lösungswort der letzten Ausgabe lautete: PORTO.

Gewinnspielveranstalter für alle teilnehmenden HÖREX Mitgliedsunternehmen ist die HÖREX Hör-Akustik eG, Flipses Wiese 14, 57223 Kreuztal. Teilnahmeberechtigt sind natürliche Personen ab einem Mindestalter von 18 Jahren mit Wohnsitz in Deutschland. Von der Teilnahme ausgeschlossen sind alle Mitarbeiter und Berater der HÖREX Hör-Akustik eG und der HÖREX Mitgliedsunternehmen sowie deren Angehörige. Weitere Informationen unter www.ihre-hoerexperten.de/hoerexperten-gewinnspiel.

GUT GELAUNT DURCH HERBST UND WINTER

Wenn der **Sommer zu Ende geht**, kehren wir den Caféterrassen und Biergärten langsam den Rücken zu – **Küche und Wohnzimmer** werden wieder zum Lebensmittelpunkt. Die **passenden Accessoires** machen es dort so richtig gemütlich. Aber auch außerhalb der **eigenen vier Wände kann man es sich in der kälteren Jahreszeit** schön machen. Fünf Ideen gegen den bevorstehenden Herbst-Winter-Blues.



LIEBLINGSSTÜCK FÜRS SOFA

Wir machen es uns kuschelig! Damit in der kalten Jahreszeit die Füße auf dem Sofa nicht kalt werden, darf eine behagliche Decke nicht fehlen. Edle Exemplare gibt es zum Beispiel von Røros Tweed. Norwegische Wolle aus rein norwegischer Produktion und die enge Zusammenarbeit mit führenden Designern und Textilkünstlern Skandinaviens machen Røros-Plaids zu einem der renommiertesten norwegischen Qualitätsprodukte. Die kuscheligen Decken gibt's in verschiedenen deutschen Shops oder direkt unter:

www.rorostweed.no

BUNT UND BLUMIG

Sie brauchen weder Wasser noch spezielle Lichtverhältnisse: Kein Wunder, dass Trockenblumen derzeit voll im Trend liegen. Deshalb bekommt man sie auch in vielen unterschiedlichen Formen und Farben. Anders als bei frischen Schnittblumen ist die Schönheit von Trockenblumen von langer Dauer. Nachhaltig gedachte Trockenblumen-Arrangements ohne künstliche Färbung oder Bleichung, die perfekt auf die jeweilige Jahreszeit abgestimmt sind, finden Sie zum Beispiel hier:

www.madamefleurs.com



RUNTER VON DER COUCH

Haben Sie genug davon, drinnen drinnen herumzusitzen, aber keine Ahnung, was man im Herbst und Winter außerhalb der eigenen vier Wände unternehmen könnte? Dann ist das „Reisehandbuch Deutschland im Winter“ genau das Richtige. Die Autoren geben auf 192 Seiten ihre Geheimtipps für die vermeintlich schmutzige Jahreszeit preis. Mal geht es um Kamelreiten in Bayern, dann um ein Erzählfestival in Bremen, dann wieder um urige Weihnachtsmärkte und außergewöhnliche Erlebnisbäder. Selbstverständlich fehlen auch Hinweise zu den schönsten Winterwanderungen Deutschlands nicht.

www.reisedepeschen.de



UNTERSCHLUPF FÜR GEFIEDERTE GÄSTE

Wer Vögel beobachtet, schärft die Sinne. Gefordert sind nicht nur die Augen, sondern auch die Ohren. Beste Chancen auf regelmäßige Besuche von Rotkehlchen, Blaumais & Co. haben all jene, die ein Vogelhäuschen im Garten oder auf dem Balkon aufstellen. So ein Häuschen kann man sogar selbst bauen. Eine Anleitung dazu gibt's bei Hermann Grubert, Schreinermeister im bayerischen Linden. Sein Sohn hat's ausprobiert und in einem Video dokumentiert. Eine schöne Beschäftigung für lange Herbst- und Winterabende – alleine oder mit der ganzen Familie.

www.vogelhaus.com

HEISS BEGEHRT

Ein kratzender Hals samt Hustenreiz sind oftmals lästige Begleiter der kalten Jahreszeit. Eine heiße Milch mit Honig wirkt da Wunder. Schnell gemacht ist das Getränk in einem traditionellen Milchtopf aus Emaille, manche nennen ihn wegen seines Ausgusses auch Schnabeltopf. Der war schon in den 1950er-Jahren ein Hit und sorgt noch heute dafür, dass die Milch sicher in der Tasse landet. Emaille ist kratzfest, leicht zu reinigen und für alle Herdarten geeignet. Praktisch sind auch die Milchtopfe mit Küchenmaß, die es zum Beispiel bei der traditionsreichen Riess Emaillemanufaktur gibt.

www.riess.at



WUSSTEN SIE, DASS ...

... HÖRAKUSTIKER EIN BERUF MIT ZUKUNFT IST?

Der Grund für die guten Aussichten ist, dass die Gesellschaft in Deutschland zunehmend altert. Mit fortschreitendem Alter steigt auch die Zahl der Schwerhörigen. Schon heute herrscht in der Branche Vollbeschäftigung. Darüber hinaus gibt es viele weitere gute Gründe, mit einer Ausbildung zum Hörakustiker ins Berufsleben zu starten. Hörakustiker verbessern nicht nur die Lebensqualität von Menschen mit Hörminderung. Sie sind zudem:

- **Echte Menschenkenner:** Denn nur wer das Vertrauen seiner Kunden gewinnt, kann ihnen erfolgreich Hörgeräte anpassen.
- **Technisch versierte Spezialisten:** Längst sind Hörsystem und Smartphone ein gutes Team, die Hörgerätekombi entwickelt sich rasant. Wie alles funktioniert? Das wissen Hörakustiker.
- **Geschickte Handwerker:** Bohren, fräsen, schleifen – Hörakustiker bringen Ohrspasstücke in Form. Für den perfekten Sitz im Ohr des Kunden.
- **Auf Karriere-Kurs:** Meister, eigener Betrieb, Studium – alles ist möglich.



Durchführung eines Hörtests beim HÖRExperten

Die Ausbildung zum Hörakustiker dauert drei Jahre und findet dual statt – in einem Hörakustikfachbetrieb und an der Bundesoffenen Landesberufsschule für Hörakustiker und Hörakustikerinnen in Lübeck.

Interesse? Mehr Informationen erhalten Sie bei Ihrem HÖRExperten vor Ort oder unter: www.hoerex.de/hoerakustiker-werden

RÄTSELAUFLÖSUNG

Buchstabensalat I S. 10

VNEFFUAHTSOPMOKWQP
DVEAEEDDUBNMQMUNC
FARPNZHHCSTZGALP
SSOIRACHTEZFL
SEIUNYXTIUSAGFQL
EBAXYAHAWFDDUCNGT
JRLDQOTZLKKOKLKT
NFFEGCDSUNIGORAE
GANTBJIOSECECTRR
ALELNNSTKUEETS
RUUDJNHHKXVVKOP
TIMMEVSHENXFRFO
EIGNAWTMSCKRJRFR
NLHTTEKTEEYDIEEEN
QUORLEBAGTSLMOGLIC
TKGNQREZZAMNESARNE

Giterrätsel I S. 13

SAPHIR TONFOLGE
TEFLR R
ULIFTBOY ASSEL
LZMNA
PASSIVA PACKEIS
E T I S
O ROEMERIN
PLU I S
FLACHS ATLANTIK
LHAE E
ALLIGATOR ULL
N C BOTTICH
ZIGARETTE R A
E G I O F
ROHOEL STEINALT

Sudoku I S. 10

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

Zahlenrätsel I S. 15

OPAL TUBA YSOP KLIPPE
ROMANIK DREHILLINOIS
ATUEAUTO TANKEFFEKT
NANNERLEINEIN EVITANA
LIGNAEDIGGNEISSNASE
WALESSLESOTHOSTATIST
A OPECTBARNIENRRO
SAFARI KARBIDWEISWEIN
HTTPELEGIEKARLEA
EXPOUPLOAD LASCHE
EMIRSTEAPLAUSOOP
LNONE DINGIISTORNO
BWL ANTEIANGSTEROS
LEEREALBERTATENDER
ABTHALSEINTRARAGAR
GETREUTE LLURRTAG
HEILFROHBENUEARTOIS
EINEALLEEAMPHORE
CBANDESNOBIESENERZ
KURSI NESBEARNIKKE
MUEDEREELMMGENDARM
IBNARAIDIGITALMERIE
RESEDEKRAGENBERATEN
ARTANNA MONETENNETT

Kreuzwort-Zahlenrätsel
1=M, 2=L, 3=W, 4=P, 5=Y, 6=R, 7=F, 8=B, 9=A, 10=K, 11=T,
12=N, 13=I, 14=U, 15=S, 16=G, 17=V, 18=C, 19=H, 20=X,
21=Z, 22=D, 23=E, 24=O

Schwedenrätsel I S. 12

S A O G A R
ADELITX
VOLONTAER RUINIGOTE
TANTEHHSUSIBIEDER
NNEHIRTEBIEIDER
NARVIK ASSI REUS
ZEHNEAKTIEHFF
NABARTS BADEN
HELLEKAPROLE
VONAFALERE
CDUMASAD IENST
HARNKKAPUTT
EVAABIWAKBWEHR
BICIRANLASAGNE
JESUITHAWAIIEN
NLELTELSTELKO
REMAKFLSTSA
IENNOPESTAU
ANDREASLGAENZE
UNIONRBI SAMT
PMMUBOOTLORIPS
ARIANE RNATOR
SANFTENGEIDEAL
STAFETTEPOLENTE
EINENCOUPL OEN
NOT ERZ

Fehlerteufel I S. 11



Binoxxo I S. 13

leicht	x o x x o x o x o	mittel	x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o
	x o x o x o x o x o		x o x o x o x o x o

Wabenrätsel I S. 14

1 Erster, 2 Boiler, 3 Studio, 4 Utopie, 5 Aetzer, 6 irreal, 7 Madrid, 8 Kamera, 9 Breite, 10 albern, 11 Irland, 12 Afrika, 13 Marabu, 14 Balken, 15 Klasse, 16 Safran

Silbernrätsel I S. 14

Silbernrätsel: 1. Akkordeon, 2. baumlos, 3. poetisch, 4. Gaskocher, 5. Tatzelwurm, 6. kleinlaut, 7. Fanmeile, 8. deshalb, 9. speichern – Kuestenseeschwalbe

SONIC | radiant.



radiant™
Clearly Brilliant



Hören, wie Sie es wollen!

Eine neue Dimension personalisierter Hörerlebnisse. Radiant kombiniert zukunftsorientierte Innovationen, bewährte Technologien und benutzerfreundliche Funktionen, um exzellente Sprachverständlichkeit und ein brillantes Klangerlebnis zu erzielen.



miniRITE TR mit Akku-Technologie

Fragen Sie jetzt Ihren HÖRExperten!



Radiant ist ein Hörgerät Made for iPhone®, iPad® und iPod® und kompatibel zu Geräten mit iOS 13 oder höher. Für direktes Audiostreaming auf Android-Geräten ist Android 10 oder höher, Bluetooth® 5.0 und die Implementierung von Audio Streaming for Hearing Aids (ASHA) auf dem Android-Gerät erforderlich. Weitere Informationen zur Kompatibilität finden Sie unter www.sonici.com/connectivity. Bluetooth ist eine eingetragene Marke der Bluetooth SIG, Inc. in den USA. Apple, das Apple-Logo und iPhone sind in den USA und in anderen Ländern eingetragene Marken der Apple Inc. Android und Google Play sind Marken der Google LLC.

Exklusiv bei den
HÖRExperten
ihre-hoerexperten.de

SONIC
Everyday Sounds Better
www.sonici.de

LEISTUNGEN UND SERVICES IHRES HÖREXperten

Als HÖREXperte legen wir größten Wert darauf, unsere Kunden kompetent, freundlich und individuell vor Ort zu beraten. Regional verwurzelt und bekannt zu sein, für innovative Lösungen und engagierten Service geschätzt zu werden – all das ist für uns elementar wichtig. Deshalb bieten wir Ihnen nicht nur eine optimale Beratung und Versorgung, die genau zu Ihren Wünschen und Vorstellungen passt, sondern auch viele Serviceleistungen, die sich für Sie lohnen:

- **Qualitätsanbieter aller Marken:**
Neben dem Exklusivvertrieb von TELEFUNKEN, Sonic und HÖREX Hörsystemen führen wir stets eine attraktive Produktpalette mit den neuesten Hörgeräten aller namhaften Hersteller.
- **Großes Zubehör-Sortiment:**
Bei Ihrem HÖREXperten erhalten Sie alles, was Sie zum guten Hören benötigen: Batterien, Reinigungs- und Pflegeprodukte, Signalanlagen, Telefone, TV-Zubehör und vieles mehr.
- **Gehörschutz:**
Um Ihre Ohren und Ihren Hörsinn zu schützen, bieten wir individuellen Gehörschutz für Freizeit und Beruf oder Spritzwasserschutz zum Schwimmen.
- **Kompetente Beratung:**
Eine umfassende und verständliche Hörberatung zu allen Fragen des guten Hörens und zu den Leistungen der Krankenkassen ist für uns selbstverständlich.
- **Selbstverständlich kostenloser professioneller Hörtest:**
Unser selbstverständlich kostenloser Hörtest verschafft Klarheit, ob Ihnen eventuell feine Nuancen beim Hören entgehen.
- **Kostenloses Probetragen:**
Um ganz sicher zu sein, dass Sie die richtige Hörlösung gefunden haben, können Sie die angepassten Hörgeräte ausleihen und in aller Ruhe testen, ob sie perfekt zu Ihnen und Ihrem Lebensstil passen.
- **Kostenloser Hörgeräte-Funktionstest:**
Bei einem umfassenden Funktionstest überprüfen wir kostenlos das Gehäuse, den Sitz und die Beschaffenheit – und ob Ihre Geräte einwandfrei funktionieren.
- **Kostenlose Leihgeräte:**
Falls Ihre Geräte einmal zum Service müssen, erhalten Sie für die Zeit der Reparatur kostenfrei ein gleichwertiges Ersatzgerät – bis Ihr eigenes Gerät wieder verfügbar ist.
- **Markenübergreifender Reparaturservice:**
Im Reparaturfall sind Sie bei uns in den besten Händen – denn jeder HÖREXperte bietet für Hörgeräte aller Marken den entsprechenden Reparaturservice an.
- **Reinigungs- und Wartungsservice:**
Eine fachmännische Reinigung und Wartung der Hörgeräte gewährleistet beste Funktionen – ein Service, für den Sie bei uns stets an der richtigen Adresse sind.
- **Kostenlose Garantieabwicklung:**
Bei einer Reparatur während der Garantiezeit leiten wir gerne alles Erforderliche in die Wege, um Ihre Garantieansprüche beim Hersteller zu sichern.

Wir sind

HÖREXPERTEN

ihre-hoerexperten.de