

Horoskop

Widder 21.–31.3. Ein Sieg, dessen Einsatz höher ist als die zu gewinnende Prämie, ist relativ nutzlos! **1.–10.4.** Rücksicht sind Sie niemandem schuldig. Denken Sie darüber getrost mal nach. **11.–20.4.** Unauffällig zu helfen, das ist Ihre große Stärke!
Stier 21.–30.4. Hören Sie bloß auf Ihr Herz, und nicht auf die Skeptiker rings um Sie herum. **1.–10.5.** Falls Sie mit einigen Leuten über Kreuz sind, liegt es unter Umständen sogar an Ihnen. **11.–20.5.** Mit etwas Abstand erscheint ein Problem kleiner.
Zwillinge 21.–31.5. Die Übersicht werden Sie schon nicht verlieren. Wer das sagt, der hat wohl keine Ahnung. **1.–11.6.** Durch kluges Haushalten lässt sich Ihre finanzielle Lage noch verbessern. **12.–21.6.** Mit Schwung gehen Sie an die neuen Aufgaben.
Krebs 22.6.–1.7. Genießen Sie den Gleichklang dieser Tage. Demnächst wird es dann wieder turbulent. **2.–12.7.** Dunkle Wolken am Arbeitsplatz? Keine Angst, die verziehen sich rasch. **13.–22.7.** Bestimmte Zweifel gehören nun der Vergangenheit an.
Löwe 23.7.–2.8. Was Sie zu leisten vermögen, ist enorm. Scheinbar sind Ihre Energien ganz unerschöpflich! **3.–12.8.** Eine Unterredung sollten Sie nicht länger aufschieben. Denn sie ist zu wichtig. **13.–23.8.** Auf einen Freund ist wirklich Verlass!
Jungfrau 24.8.–2.9. Sie werden in naher Zukunft hübsche Erfolge feiern können. **3.–12.9.** Die sich bietenden Gelegenheiten bitte nutzen. Dies ist völlig legitim! **13.–23.9.** Zu viel Respekt zu zeigen könnte auch schaden!
Waage 24.9.–3.10. Von Antriebslosigkeit sind Sie nicht gerade geplagt. Kaum einer hat so viel Energie wie Sie! **4.–13.10.** Lassen Sie sich auf ein undurchsichtiges Spiel möglichst gar nicht erst ein. **14.–23.10.** Vertrauen aufbauen, das ist nun das Motto!
Skorpion 24.10.–2.11. Heute finden Sie endlich jemanden, der auf der gleichen Wellenlänge funkt. **3.–12.11.** Von unerwarteter Seite erhalten Sie eine Entscheidungshilfe. Das hätten Sie nie gedacht! **13.–22.11.** Konzentrieren Sie sich auf das Realisierbare.
Schütze 23.11.–2.12. Fortuna ist Ihnen zwar wohl gesonnen, doch fordern Sie sie, bitte, nicht heraus. **3.–12.12.** Durch Ihre Großzügigkeit macht jemand ein feines Geschäft. Dank ist Ihnen sicher! **13.–21.12.** Warten Sie möglichst noch eine Erlaubnis ab.
Steinbock 22.–31.12. Fantastische Ideen haben keine Chance. Bei Ihnen sind zuerst realistische Pläne dran. **1.–10.1.** Tragen Sie nicht all Ihre Wünsche auf einmal vor. Das könnte nur verschrecken. **11.–20.1.** Die Anfangsphase ist meist etwas schwierig!
Wassermann 21.–30.1. Endlich tritt der Umschwung ein! Fein, dass Sie nicht resigniert hatten. **31.1.–9.2.** Es wäre unklug, sich an die Spitze setzen zu wollen. Im Windschatten fahren Sie kraftsparender! **10.–19.2.** Sie haben einen zweiten Versuch frei.
Fische 20.–28.(29).2. Im Alleingang kommen Sie rascher voran, das steht fest. Andere sind viel zu langsam! **1.–10.3.** Von Sturmwarnung in der Partnerschaft kann keine Rede sein. **11.–20.3.** Die Sterne signalisieren eine finanzielle Verbesserung.



Leserfoto

Flugschneise frei halten!

„Liebes Team meiner Lieblingszeitung“ (Danke für die Blumen, die Redaktion) schreibt uns Robert Brecht, es ist doch sehr „praktisch, wenn man gleich neben seinem eigenen Zuhause einen eigenen Privatparkplatz besitzt. Das ist Lebensqualität.“ Das Bild entstand vor wenigen Tagen in der Nähe des Deininger Weihers. Also: Wer mag, kann ja mal fragen. Eventuell ist ja noch was zur Untermiete frei?



Robert Brecht, Deisenhofen

» Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto im Querformat. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann das Foto entstand, ein Porträtfoto von Ihnen, Ihre Ad-

resse und IBAN. Bilder per E-Mail an bild@tz.de oder an tz-Fotoredaktion, Paul-Heysen-Str. 2–4, 80336 München. Bitte haben Sie Verständnis, dass eingesandte Fotos nicht zurückgeschickt werden können.

DER TÄGLICHE tz-RATGEBER heute: Gesundheit

Zähneputzen am Abend ist Pflicht!

Müde, ein bisschen faul oder auf der Coach eingenickt – es kann schon mal vorkommen, dass man vor dem Schlafengehen das Zähneputzen ausfallen lässt. Doch das ist gesundheitlich gar nicht so ohne, denn dadurch steigt das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen! Hier erklärt Prof. Hannes Wachtel von der Implaneo Dental Clinic die Zusammenhänge.



Als Faustregel gilt die Empfehlung: mindestens zwei Mal am Tag die Zähne putzen – bitte verwenden Sie dabei neben der Zahnbürste auch Zahnseide, um die Zwischenräume gründlich zu reinigen. Sonst nisten sich dort in sogenannten Zahntaschen Bakterien ein, die Parodontitis verursachen können. Das ist eine Erkrankung des Zahnhalteapparats, von der viele Millionen oft

auch unbewusst betroffen sind. Sie führt unbehandelt bis zum Zahnverlust und kann darüber hinaus auch andere Erkrankungen befeuern. So können gefährliche Keime aus dem Mund über den Blutkreislauf in den gesamten Körper gelangen und dort Gefäßerkrankungen anrichten, darunter Herzklappenerkrankungen, Herzinfarkt oder Schlaganfall. Die Gefahr, dass sich Bak-

terien im Organismus ausbreiten, steigt erheblich, wenn man sich abends nicht die Zähne putzt. Das geht aus einer Studie hervor, die japanische Wissenschaftler an der Universität Osaka erarbeitet haben. Die Ergebnisse zeigten unter anderem, dass das Herz-Kreislauf-Risiko für Menschen, die nur morgens ihre Zähne putzen, erheblich erhöht ist. Umgekehrt kris-

tallisierte sich heraus: Wer seine Zähne gewissenhaft morgens und abends pflegt, der hat bei kardiovaskulären Ereignissen bessere Überlebenschancen. Die Forscher vermuten einen Zusammenhang zwischen der Ausbreitung der Bakterien und der nachts verringerten Speichelproduktion. Dieser Mechanismus führt zu einer erhöhten Bakterienzahl im Mund. Darin tummeln sich etwa 700 verschiedene Erreger-Arten. Die allermeisten sind harmlos, aber etwa zehn dieser Erreger-Ty-



Foto: Mauritius

Prof. Dr. Hannes Wachtel
Ärztlicher Leiter der Implaneo Dental Clinic in Bogenhausen

MÜNCHNER Straßennamen

Laibacher Straße

Die Laibacher Straße wurde 1927 nach Laibach, der damals deutschsprachigen Hauptstadt Sloweniens (Ljubljana), benannt.

Schon gewusst?

Was ist ein Vabanque-Spiel



Ein Vabanque-Spiel bezeichnet eine riskante Unternehmung, bei der viel auf dem Spiel steht und der Ausgang ungewiss ist. Das Wort wird verwendet, um Situationen zu beschreiben, die hohe Risikobereitschaft verlangen.

Namenstag

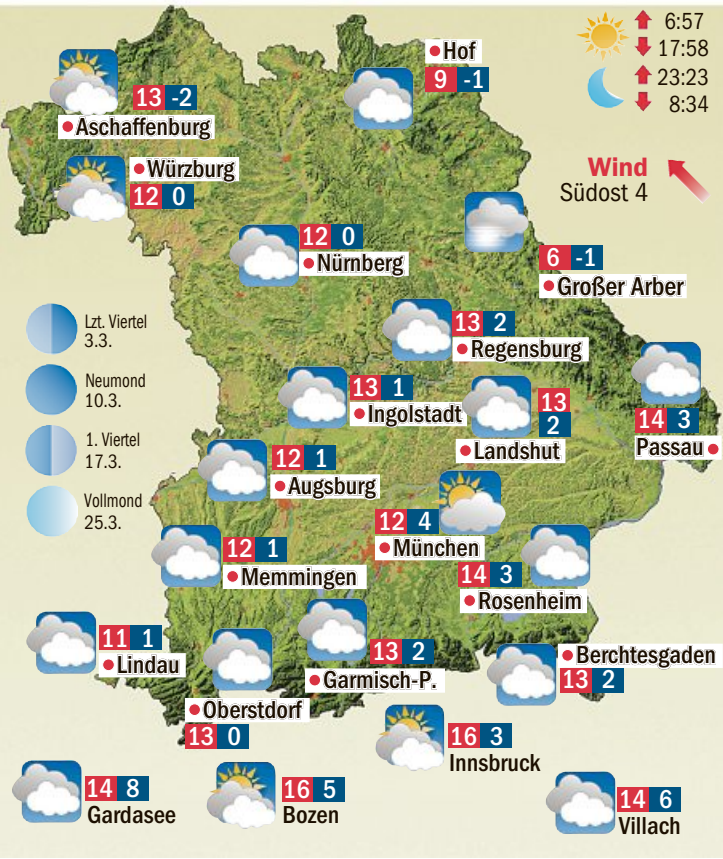
Antonia

Antonia kommt aus dem lateinischen Sprachraum und bedeutet „die Unbezahlbare“ oder auch „die Unschätzbare“.

Lösung von Seite 1

Richtig ist Antwort b). In Schmalkalden schlossen protestantische Fürsten 1531 ein Bündnis gegen den katholischen Kaiser Karl V.

Erst trübe, dann immer mehr Sonne



Südbayern

Am Vormittag ist es heute oft noch trübe, doch bald gibt es häufiger Sonnenschein. Am Nachmittag immer mehr Sonne und kaum noch Hochnebel. Temperaturen 11 bis 14 Grad. Mäßiger Wind aus Ost bis Süd.

Nordbayern

Heute anfangs oft trüb, bereits am Vormittag aber öfter auch Sonne. Später generell sonnig und nur selten Hochnebel. 9 bis 13 Grad.

Bergwetter

Heute Morgen bleiben insbesondere am Alpenrand oft noch hochnebelartige Restwolken zurück, die sich meist aber lichten. Mit Zwischenhocheinfluss wird es sonnig mit guten Sichten. In 2000 m 5 Grad.

Weitere Aussichten

Morgen mehr Wolken als Sonne und etwas Regen. Samstag oft Wolken, etwas Regen, dann aber mehr Sonne.

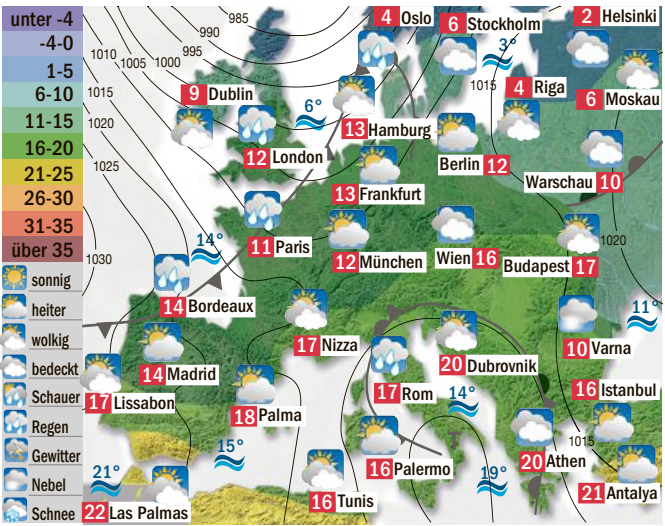
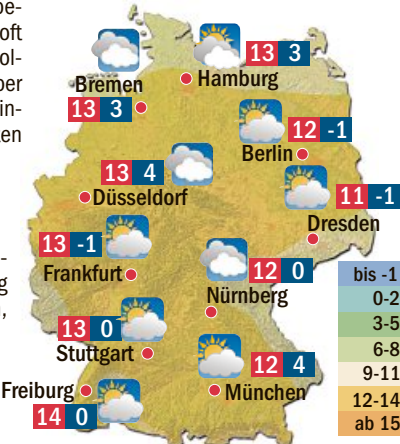
Bauernregel

Haben wir Schaltjahr – bedeutet es immer auch Kaltjahr.

Münchener Rekorde
am 29.2. in München
Tag Maximum 20,7°(1960) 6,9°(2008)
Tag Minimum 2,5°(1924) -11,2°(1932)

Biowetter
Der Wettereinfluss ist gering, sodass kaum wetterbedingte Beschwerden zu erwarten sind.

Pollenflug
Heute gibt es eine schwache Belastung durch Haselpollen. Der Erlenpollenflug ist schwach bis mäßig.



Reisewetter

Alpensüdseite: Wolkig oder bedeckt, Maxima 14 bis 16 Grad.
Österreich, Schweiz: Es ist wechselnd bewölkt, niederschlagsfrei, von 11 bis 16 Grad.
Italien, Malta: Teils wolkig, in der Mitte und im Süden Regen, Sizilien heiter, 15 bis 19 Grad.
Spanien, Portugal: Im Nordwesten Schauer, sonst sonnig bis heiter, 13 bis 22 Grad.
Griechenland, Türkei, Zypern: Es ist heiter bis wolkig, im Norden Regen, 16 bis 24 Grad.
Benelux, Nordfrankreich: Gebietsweise Regen, bis 11 Grad.

Slowenien, Kroatien: Wolkig, bis bedeckt, 14 bis 20 Grad.
Südfrankreich: Wolkig, Bordeaux Regen, 14 bis 17 Grad.
Israel, Ägypten: Es wird sonnig bis heiter, dabei niederschlagsfrei, Maxima 25 bis 30 Grad.
Mallorca, Ibiza: Auf beiden Inseln wird es heiter, die Höchstwerte liegen bei 18 Grad.
Madeira, Kanarische Inseln: Es wird wolkig bis heiter, dabei trocken, Werte 19 bis 23 Grad.
Tunesien, Marokko: Sonnig bis wolkig, auf Djerba fällt Regen, Temperaturen 16 bis 23 Grad.

tz Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser
Chefredakteur: Sebastian Arlinger
Stellv. Chefredakteur: Florian Benedikt, Stefan Sessler
Verantwortlich: München & Bayern: Stefan Sessler, Uli Heichele (Stellv.), Dominik Götter (Stellv.)
Produktion: Armin Geier
Kultur & TV: Michael Schleicher
Sport: Florian Benedikt, Klaus Heydenreich (Stellv.), Mathias Müller (Stellv.)
Gesundheit: Andreas Beez (Chefredakteur)
Politik: Klaus Rimpel, Christian Deutschländer
Wirtschaft: Corinna Maier
Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt
Layout: Sebastian Raab
Bildredaktion: Stephanie Braunert
Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Menner
Reise: MerkurMedia GmbH, Julitta Ammerschläger
Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0, Fax 53 06-552
Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-222
Anzeigen-Fax: 53 06-640/641
Verantwortlich für Anzeigen: Stefan Hampel, Zeitungsverlag Oberbayern GmbH & Co. KG, Paul-Heysen-Str. 2-4, 80336 München
Vertriebsleitung: Tobias Hagmann
Anzeigenpreisliste Nr. 80, Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz).
Abonnementpreis monatlich Euro 40,95 frei Haus (einschließl. gesetzlicher USt.). Samstag mit tz-Tele-Magazin.
Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG, 80282 München oder Paul-Heysen-Straße 2-4, 80336 München, zugleich Anschrift aller Verantwortlichen (soweit nicht anders angegeben).
Geschäftsführer: Daniel Schöningh, Georg Anastasiadis, Sebastian Arlinger.
Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München
Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.
WISSEN, WAS ZÄHLT
Geprüfte Auflage
Klare Basis für den Werbemarkt