



**Widder**

21.-31.3. Wenn Sie heute auf eine Entscheidungshilfe hoffen, könnten Sie tatsächlich Glück haben. 1.-10.4. Was nur wie ein kleiner Schritt aussieht, bringt Sie ein großes Stück voran. 11.-20.4. Gewisse Bedingungen sollten Sie akzeptieren!

**Stier**

21.-30.4. Man wird Ihnen den Gefallen tun. Revanchieren Sie sich dafür möglichst mit einem Präsent. 1.-10.5. Einhellige Zustimmung findet Ihr Vorschlag nicht, aber das ist nicht mehr wichtig. 11.-20.5. Geben Sie Ihren Plan noch nicht preis!

**Zwillinge**

21.-31.5. Man tut desinteressiert. Doch Sie ahnen ja schon, dass sich in Wahrheit das Gegenteil dahinter verbirgt. 1.-11.6. Gehen Sie nicht aufs Ganze; Sie haben das nicht nötig! 12.-21.6. Ein Gespräch sollte auf sachlicher Ebene verlaufen.

**Krebs**

22.6.-1.7. Auf dem neuesten Stand der Dinge sind Sie inzwischen. Somit wäre also das schon mal erledigt. 2.-12.7. Ein bisschen Schonung könnte Ihnen nicht schaden! 13.-22.7. Der Anschlag durch die Konkurrenz kam zur richtigen Zeit.

**Löwe**

23.7.-2.8. Dass man Sie schätzt, sehen Sie auch an den vielen Einladungen, die zurzeit eingehen! 3.-12.8. Zügig arbeiten und trotzdem sorgfältig sein. Das ist auch eine Ihrer Stärken! 13.-23.8. Mit Feuereifer gehen Sie an neue Aufgaben heran.

**Jungfrau**

24.8.-2.9. Der Spaß wird sich schon noch einstellen. Haben Sie bitte noch ein wenig Geduld. 3.-12.9. Die Ursache haben Sie rasch herausgefunden. Nun liegt es bloß an Ihnen, zu handeln. 13.-23.9. Ein langer Atem wird jetzt notwendig!

**Waage**

24.9.-3.10. Alles läuft bestens. Weshalb also sollten Sie nicht auch mal eine Pause einlegen? 4.-13.10. Sie werden kaum in Termindruck geraten. Sie haben ausreichend Zeit übrig! 14.-23.10. Einem Mitmenschen sollten Sie besser zuhören.

**Skorpion**

24.10.-2.11. Durch unüberlegte Worte könnten Sie es sich mit einer Person heute leicht verscherzen. Vorsicht! 3.-12.11. Gewähren Sie Ihre Unterstützung. Es wird Ihnen hoch angerechnet. 13.-22.11. Warten Sie ab, wie sich die Dinge entwickeln.

**Schütze**

23.11.-2.12. Rücksicht wäre vorteilhaft. Schließlich sind Sie es ja, der etwas von jener Person möchte! 3.-12.12. Hilfsbereit wie eh und je! Passen Sie aber auf, dass man Sie nicht ausnutzt. 13.-21.12. Die Zügel liegen noch fest in Ihrer Hand.

**Steinbock**

22.-31.12. Über einen Mangel an Unterstützung können Sie jetzt nicht klagen! 1.-10.1. Zügeln Sie Ihren Eifer. Was Ihnen dadurch entgehen wird, ist nicht der Rede wert. 11.-20.1. Widerstehen Sie der Versuchung. Man wird es Ihnen danken.

**Wassermann**

21.-30.1. Wer an Ihnen vorbeiziehen will, muss früher aufstehen. Sie sind heute nicht zu toppen. 31.1.-9.2. Eher Langweiliges sollte auch erledigt werden, bevor es sich noch zu sehr auftürmt. 10.-19.2. Sie kennen ein Mittel gegen Unfairness!

**Fische**

20.-28.[29]. Privates und Berufliches lässt sich einfacher koordinieren als erwartet. Zum Glück. 1.-10.3. Geben Sie die Deckung noch nicht auf. Bleiben Sie auch noch weiter im Hintergrund. 11.-20.3. Die heutige Gelegenheit sollten Sie nutzen.

Das **tz**-Leserfoto von Viola Richter aus München

Ein Meister-Sprung

Nicht den Sprung ins kalte Wasser, sondern übers kalte Wasser schafft Arthur hier meisterhaft! Der Sohn von **tz**-Leserin Viola Richter zeigte beim Spaziergang an den Osterseen sein Können. Den Meister-Sprung hielt die Mama mit der Kamera fest. Schön, dass sich die beiden auch in diesen schwierigen Zeiten die Lebensfreude nicht nehmen lassen!



Schicken auch Sie uns Ihr Lieblingsfoto. Jedes veröffentlichte Bild wird mit 50 Euro honoriert. Bitte nicht vergessen: Infos, wo und wann der Schnappschuss entstanden ist, ein Porträtfoto von Ihnen und Ihre Bankverbindung fürs Honorar! Bilder an: **tz**-Fotoredaktion, Paul-Heise-Str. 2-4, 80336 München, oder per E-Mail an bild@tz.de. Wollen Sie Ihr Papierbild zurück, legen Sie bitte einen adressierten und frankierten Rückumschlag bei.



**Namenstag**

**Benedikt**

Benedikt Josef Labre wanderte als Pilger und Bettler zu allen bedeutenden Wallfahrtsstätten in Europa. Man nannte ihn deshalb auch „Vagabund Gottes“. Er starb 1783.

**Kinder fragen**

**Was ist Hiffenmark?**

Für Hagebuttenmark gibt es regional unterschiedliche Bezeichnungen. In Franken spricht man von Hiffen- oder Hippenmark und in Schwaben nennt man die Vitamin-C-haltige Konfitüre, die traditionell für Krapfenfüllungen verwendet wird, Hagenmark.

**Lösung von Seite 1**

Richtig ist Antwort b) Unter dem Trainer Max Merkel (1918 - 2006) wurde der TSV 1860 München 1964 DFB-Pokalsieger und 1966 Deutscher Meister. Er trainierte die Sechzer 1961 bis 1966 und 1974 bis 1975.

Die **tz**-Ratgeber

Frag doch Claudia Alte Liebe ...

Ich habe durch Zufall einen alten Schulfreund von mir getroffen. Wir sind beide inzwischen geschieden und unsere Kinder sind aus dem Haus. Ich hätte mir so etwas nie vorstellen können, aber wir haben uns wieder ineinander verliebt. Da kam schnell der Verdacht auf, dass wir schon vorher eine Affäre hatten und sogar meine inzwischen erwachsenen Kinder machen mir Vorwürfe. Ich weiß nicht, wie ich mich rechtfertigen kann. H. K.

Ein Außenstehender würde sagen: Warum müssen Sie sich überhaupt für etwas verteidigen, was so nie geschehen ist? Und Sie denken womöglich: Warum

können sich die Kinder nicht mit mir freuen? Soll ich bis zum Lebensende alleine sein? Aber Kinder bleiben Kinder. Auch wenn sie erwachsen sind. Wenn es um die neue Liebe der Mama geht, wird man schnell irrational. Mein Rat: Gehen Sie in die Offensive, seien Sie stark und erzählen Sie, wie es dazu kam. Nach dem Motto: „So, und jetzt glaubt mir oder nicht!“ Genau wie Ihre Kinder haben auch Sie jedes Recht, sich neu zu verlieben. Ich würde die neue Liebe nicht verstecken, sondern immer öfter „mitnehmen“. Als wär's das Normalste der Welt. Geben Sie den Kindern Zeit ...



**Gesundheit**  
Blasensenkung

Seit ich mir vor zehn Jahren die Gebärmutter entfernen ließ, kann ich immer weniger kontrollieren, wann ich auf die Toilette muss. Ich lebe nun mit Einlagen. Was soll ich tun? Ich bin verzweifelt.

ANETTE W. (58), MÜNCHEN

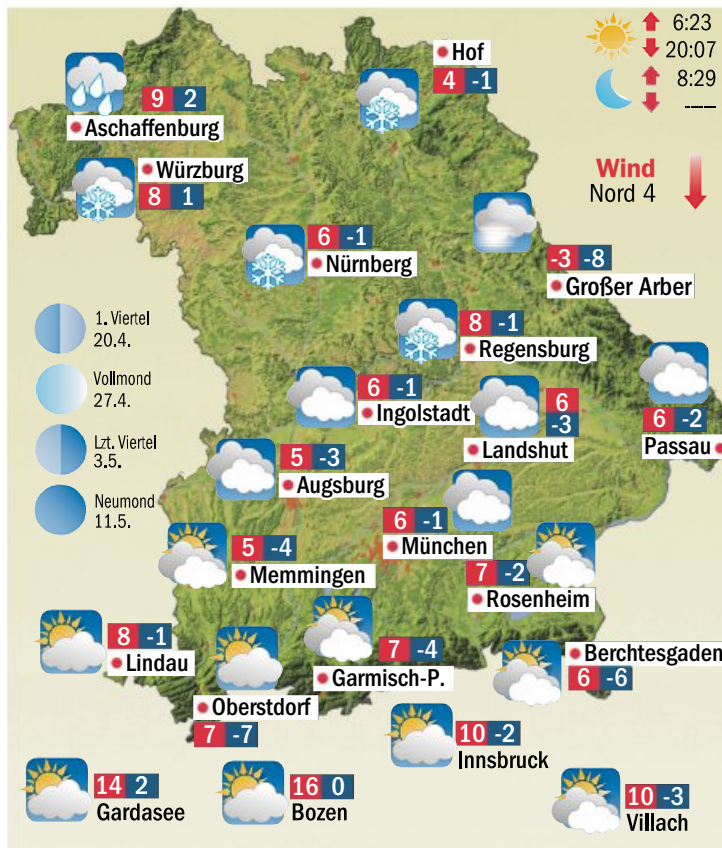
Sie sind mit Ihrem Problem nicht allein. Das ist eine der häufigsten Beschwerden, mit der Patientinnen zu uns kommen. Das Bindegewebe hat sich gelockert im kleinen Becken, was zur Blasen- und Scheidensenkung führt. Das kann häufiges Wasserlassen auch in der Nacht zur Folge haben. Dazu kommen oft Harnwegsinfekte. Um die Störung zu finden, führen wir gynäkologische und urologische Untersuchungen durch. Man kann das mit einem

angepassten vaginalen Ring behandeln, den der Arzt aber einmal monatlich reinigen muss. Nachhaltiger wirkt jedoch eine relativ kurze Operation, die nur etwa 50 Minuten dauert. Dabei wird von der Scheide aus das Gewebe gestrafft und der Beckenboden rekonstruiert. Wir haben da eine Erfolgsquote von fast 90 Prozent. Nach drei Tagen können Sie nach Hause gehen. Die Chancen stehen gut, dass Sie danach ein normales Leben genießen können.



DR. MAGDALENA WITCZAK  
CHEFÄRZTIN  
UROLOGISCHE KLINIK MÜNCHEN  
PLANEGG

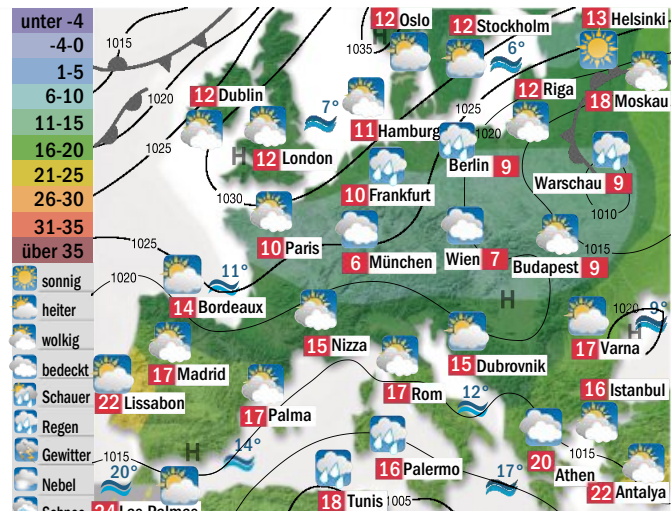
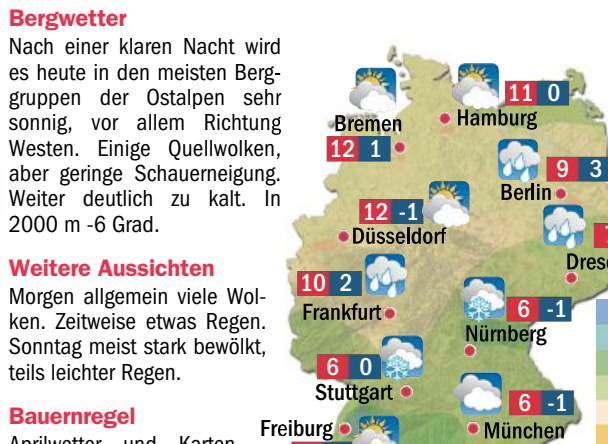
Meist trocken mit sonnigen Abschnitten



**Münchner Rekorde**  
am 16.4. in München  
Tag Maximum 26,7° (1934) Nacht Maximum 14,4° (1904)  
Tag Minimum 1,5° (1921) Nacht Minimum -3,1° (1887)

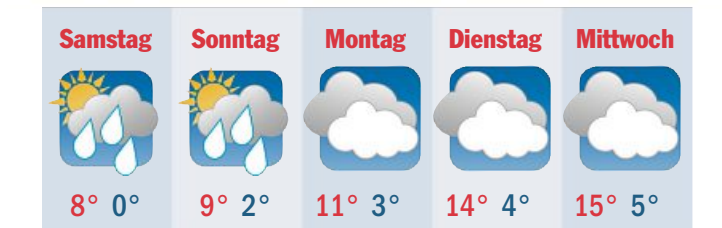
**Biowetter**  
Das Wohlbefinden wird nicht ungünstig beeinflusst, die Stimmung ist meist ausgeglichen.

**Pollenflug**  
Es wird eine mäßige bis starke allergene Belastung durch den Flug von Birkenpollen erwartet.



**Reisewetter**  
Alpensüdseite: Sonnig oder leicht bewölkt, 13 bis 16 Grad.  
Österreich, Schweiz: Heiter bis wolkig, Ostösterreich mehr Wolken, Werte 7 bis 10 Grad.  
Italien, Malta: Im Norden sonnig, nach Süden mehr Wolken, Sizilien Regen, 13 bis 17 Grad.  
Spanien, Portugal: Heiter bis wolkig, Südsüdspanien gebietsweise Regen, 15 bis 22 Grad.  
Griechenland, Türkei, Zypern: Wolkig, Nordgriechenland teils bedeckt, 14 bis 25 Grad.  
Benelux, Nordfrankreich: Meist bewölkt, 9 bis 11 Grad.

**Slowenien, Kroatien:** Heiter und trocken, 11 bis 16 Grad.  
**Südfrankreich:** Heiter bis wolkig, Höchstwerte bis 15 Grad.  
**Israel, Ägypten:** Es wird überall sonnig und niederschlagsfrei, Werte 31 bis 38 Grad.  
**Mallorca, Ibiza:** Auf Mallorca wolkig, auf Ibiza nur leicht bewölkt, Werte um 17 Grad.  
**Madeira, Kanarische Inseln:** Es wird heiter bis wolkig, meist trocken, Werte 21 bis 25 Grad.  
**Tunesien, Marokko:** Tunis Regen, sonst wolkig, Südmarokko meist heiter, 18 bis 25 Grad.



**tz** Herausgeber: Dirk Ippen, Alfons Döser  
Chefredakteur: Sebastian Arbinger  
Stellv. Chefredakteur: Florian Benedikt, Mike Eder  
Verantwortlich: Lokales: Mike Eder, Uli Heichele (Stellv.); Bayern: Claudia Möllers, Katrin Woitsch (Stellv.); Kultur & TV: Michael Schleicher; Sport: Florian Benedikt, Armin Gibis, Mathias Müller (Stellv.); Gesundheit: Andreas Beez (Chefredakteur); Service & Panorama: Klaus Heydenreich; Politik: Klaus Rimpel, Christian Deutschländer; Wirtschaft: Corinna Maier; Gesellschaftskolumne: Ulrike Schmidt; Layout: Sebastian Raab; Bildredaktion: Stephanie Braunert; Reise: Christine Hinkofer; Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Menner; Redaktion: Tel.: 0 89 / 53 06-0, Fax: 53 06-552 Anzeigenannahme: 0 89 / 53 06-222 Anzeigen-Fax: 53 06-640/641 Verlagsleitung Werbemärkte: Andrea Schaller Vertriebsleitung: Tobias Hagmann Anzeigenpreisleiste Nr. 77, Zeitungsgruppe Münchner Merkur (MM + OVB + tz), Abonnementpreis monatlich Euro 34,95 frei Haus (einschließl. gesetzlicher USt.). Abbestellungen können nur in Textform (§126b BGB) mit einer Frist von 6 Wochen zum Quartalsende bzw. zum Ende des Vorauszahlungszeitraumes erfolgen. Samstag mit tz-Tele-Magazin. Verlag: Merkur tz Redaktions GmbH & Co. KG, 80282 München oder Paul-Heise-Straße 2-4, 80336 München, zugleich Anschrift aller Verantwortlichen. Geschäftsführer: Daniel Schöningh, Georg Anastasiadis, Sebastian Arbinger. Druck: Druckhaus Dessauerstraße GmbH & Co. BetriebsKG, Dessauerstr. 10, 80992 München Für die Herstellung der Zeitung wird Recycling-Papier verwendet.

**WISSEN, WAS ZÄHLT**  
Gepdfte Auflage  
Klare Basis für den Werbemarkt