

Essen und abnehmen

# Das NOVO-Programm

„NOVO-Test“ ist ein Bluttest, der die Gründe von Übergewicht und Gewichtszunahme erkennen kann.

Der NOVO-Test filtert diejenigen Lebensmittel heraus, die diese Immunreaktion hervorrufen und somit zu Gewichtszunahme und Energieverlust führen.

Da jeder Mensch unterschiedlich auf Lebensmittel reagiert, erstellt NOVO für jeden Kunden ein individuelles und auf die Blutreaktion abgestimmtes Programm. Wer sich an dieses Programm hält, nimmt ab, gewinnt seine Energie zurück und kann mit der Bikinifigur fit in den Sommer starten.

**Fit in den Sommer starten**

Jedes Frühjahr findet man das gleiche Bild und die gleichen Texte in einschlägigen Magazinen und Zeitschriften – eine Diät ist besser als die andere. Alle versprechen den schnellen Erfolg und das Erreichen der Bikinifigur bis zum Sommer.

Die meisten Menschen legen über den Winter etwas an Gewicht zu. Das ist zum einen durch die oft geringere Bewegung begründet, zum anderen hat es aber auch biologische und evolutionäre Gründe.

Dabei stellt sich die Frage, was man essen kann und was nicht. Diese Frage lässt sich nicht pauschal beantworten, sondern muss für jeden einzeln ermittelt werden. Genau an diesem Punkt setzt das novo-Programm an. „novo-Test“ ist ein Bluttest, bei dem das Blut auf Nahrungsmittelunverträglichkeit von über 115 Lebensmittelenzen aus zehn verschiedenen Gruppen getestet wird. ■



Weitere Informationen über den novo-Test sind im Internet abrufbar unter [www.novo-test.de](http://www.novo-test.de)

## Rätselspaß

Refrain	gestreiftes Steppenpferd	Versuch	deutsch für 'Monogamie'	'Jesus' im Islam	Kürbisgewächs
4				7	
hoher Gerichtshof	Schneehütten der Eskimos	Allerzufluss in Gifhorn			
					2
	6	russische Grütze	künstlicher 'Mensch'		
unbestimmt	Hauptstadt von Bahrain	mongol. Herrschertitel			
	3				
aalförm. Meerestier				8	
		Männernamen	Bienenwachs (lat.)		britische Prinzessin
kurz für: etwas	Hauptstadt von Ghana			5	
	1				
antiker Tempel für alle Götter	Titel russ. Kaiserinnen				9
lateinisch: sei begrüßt		Abschiedsgruß			

1 2 3 4 5 6 7 8 9  
Lösung Kreuzworträtsel

Lösung bitte per Tel. 01378-780290\*

### WIR VERLOSEN

Einsendeschluss: 15. 09. 09

10 x NOVO-Test und einen Aufenthalt im 4-Sterne-Hotel Frankenland in Bad Kissingen

Lösung aus Heft 3-4/09  
Kreuzworträtsel: Diabetes  
Sudoku: 284  
Die Gewinner der 10 Unverträglichkeits-Allergie-Checks von Vitatest und des Basispakets der Gen-Stoffwechsel-Analyse von FormMed HealthCare werden schriftlich benachrichtigt.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der Verlagsgruppe Wiley und deren Angehörige dürfen nicht teilnehmen. Alle Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.

Lösen Sie die beiden Rätsel und rufen Sie an unter Tel. 01378-780290 für das Kreuzworträtsel und unter Tel. 01378-788905 für das Sudoku.

Oder schicken Sie uns die Lösung per Post an: GIT VERLAG GmbH & Co. KG  
Stichwort: MEDIZIN-Rätsel 5-6/09  
Christiane Rothermel  
Rösslerstr. 90  
64293 Darmstadt

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

**Spielanleitung:**

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder waagrechten Zeile und in jeder senkrechten Spalte alle Zahlen von 1–9 stehen. Dabei darf auch jedes 3 x 3-Quadrat nur je einmal die Zahlen 1–9 enthalten. In den farbigen Feldern finden Sie die Lösungsziffern, die zusammengesetzt die Lösungszahl und die letzten drei Ziffern der Telefonnummer ergeben.



Lösung Sudoku

Lösung bitte per Tel. 01378-788905\*

\* pro Anruf 50 Cent a.d. dtsh. Festnetz, ggf. abweichender Tarif a.d. Mobilnetz