1. Vitaminpillen nicht empfehlenswert

Aus Angst vor Nährstoffmangel greifen viele Menschen zu Nahrungsergänzungsmitteln. Doch ist das wirklich sinnvoll? DAK-Ernährungsexpertin Silke Willms sagt: Nein. Künstliche Vitaminpillen verhindern oder heilen Erkältungen nicht.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/gesundheit-archiv/news-20091218b.htm>

2. Autofahrer: Vorsicht bei Glühwein

Glühwein ist heiß begehrt, egal ob auf dem Weihnachtsmarkt oder bei der Adventsfeier. Doch wer das eine oder andere Glas getrunken hat, sollte sich nicht mehr ans Steuer setzen. Denn Glühwein steigt schnell zu Kopf – zumal, wenn er noch einen Schuss Rum oder Amaretto enthält.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/gesundheit-archiv/news-20091218a.htm>

3. Handy-Parkschein immer beliebter

In immer mehr deutschen Städten können Autofahrer ihren Parkschein per Handy lösen. 54 Kommunen bieten diesen Service inzwischen an. Im Juli 2008 waren es noch 22.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/freizeit-archiv/news-20091217b.htm>

4. Besserer Schutz vor gefälschten Medikamenten gefordert

Die Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände unterstützt die klare europäische Linie für einen stärkeren Schutz der Verbraucher und Patienten gegen gefälschte Medikamente.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/gesundheit-archiv/news-20091217a.htm>

5. Krankenkassen mit Überschuss

Die gesetzlichen Krankenkassen haben in den ersten neun Monaten des Jahres 2009 einen Überschuss von rund 1,4 Mrd. Euro erzielt. Den Einnahmen aus dem Gesundheitsfonds in Höhe von 127,8 Mrd. Euro standen Ausgaben in Höhe von 126,4 Mrd. Euro gegenüber.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/gesundheit-archiv/news-20091217a.htm>

[s-20091216b.htm](#)

6. Umfrage: Großeltern sind Ruhepol der Familie

Die Beziehung zu den Großeltern ist oft eine ganz besondere. Großeltern dürfen weniger streng sein. In die Erziehung sollten sie sich jedoch nicht einmischen. Das zeigen die Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/freizeit-archiv/news-20091216a.htm>

7. Sparen fürs Eigenheim

Um sich eine eigene Immobilie leisten zu können, würde sich fast ein Drittel potenzieller Eigenheimbesitzer ein großes Auto verkneifen. Das hat eine Umfrage von immowelt.de ergeben.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/immobilie-archiv/news-20091215b.htm>

8. Geistig fit im Alter

Je mehr neue Aufgaben und Herausforderungen es gibt, umso besser ist das fürs Gehirn. Das Magazin "Reader's Digest" gibt in seiner Dezember-Ausgabe wichtige Tipps, wie man seine grauen Zellen auch im Alter trainieren kann.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/gesundheit-archiv/news-20091215a.htm>

9. Gaspreise steigen erneut

Mitten im Winter dreht sich die Preisspirale bei Gas, so dass wieder höhere Heizkosten drohen. Während etwa 40 Gasanbieter in der laufenden Heizperiode die Preise senken, erhöhen rund 70 Anbieter die Preise.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/immobilie-archiv/news-20091214b.htm>

10. Mehrheit mag eigenen Vornamen

Die meisten Deutschen sind zufrieden mit ihrem Vornamen, nur wenige würden lieber anders

heißen. Das zeigen die Ergebnisse einer repräsentativen Umfrage.

<http://www.zurich.de/versicherung/service/news-newsletter/archiv2009/freizeit-archiv/news-20091214a.htm>