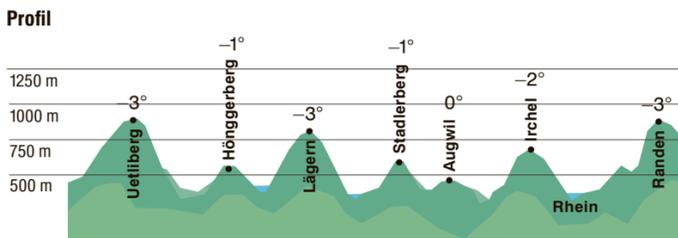


Wetter · Anzeige

Zürcher Unterland heute



Sonne/Mond

08:11 16:56
08:42 16:34
11.1 18.1 25.1 3.2

Biowetter/Schadstoffe

Herz/KL gering
Migräne gering
Rheuma stark
Nerven gering
Feinstaub gering
Stickoxide gering
Ozon gering

Höchsttemperaturen Kloten

— 2024 — 2023

Teilweise Hochnebel, darüber Sonne pur

Allgemeine Lage: Über weiten Teilen Europas dominiert nun der Einfluss von Hoch Hannelore. Das Zentrum befindet sich nach wie vor bei Schottland. Abgesehen von den unteren Niveaus ist die Luft im Alpenraum trocken und auf den Bergen auch nicht allzu kalt.

Region heute: Am heutigen Tag macht sich Hochnebel mit einer Obergrenze von 1000 bis 1200 Metern breit. Diese Schwaden lichten sich zumindest teilweise. Ober- und ausserhalb der grauen Suppe darf man sich über strahlenden Sonnenschein freuen.

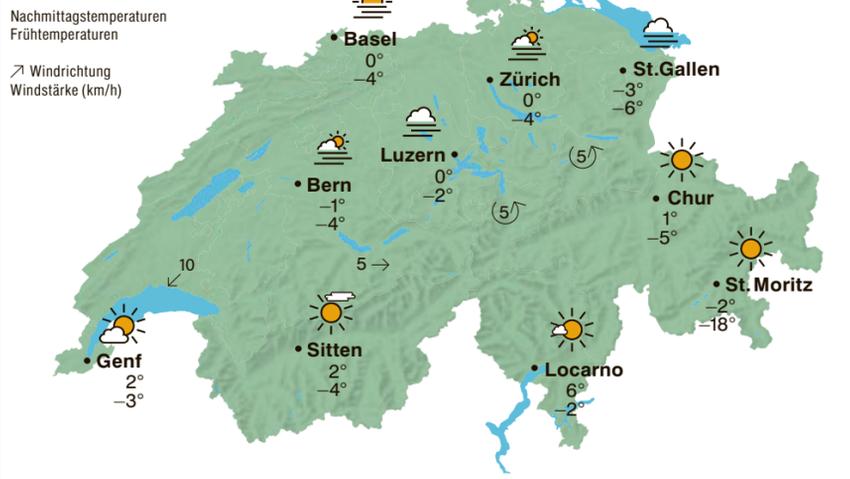
Aussichten: Am Freitag und Samstag ändert sich nicht allzu viel, unser Wetter bleibt hochdruckbestimmt. Die Hochnebelobergrenze sinkt von Tag zu Tag, ausserhalb des Nebels ist es ununterbrochen sonnig.

MeteoNews AG
Leutschenbachstrasse 95, 8050 Zürich
Das Schweizer Wetterportal: meteonews.ch
Persönliche Wetterberatung: 0900 575 775
(CHF 3.20/Min. vom Schweizer Festnetz)

Messwerte Kloten

	Regen/24h	06:00	12:00	18:00
04.01.	4.8	6.6°	8.2°	6.0°
05.01.	2.8	2.9°	6.1°	5.4°
06.01.	13.0	3.8°	3.8°	3.4°
07.01.	6.3	2.3°	3.6°	1.3°
08.01.	0.0	-2.4°	-2.5°	-1.9°
09.01.	0.3	-3.0°	-3.2°	-3.9°
10.01.	-	-4.7°	-	-

Heute in der Schweiz



Aussichten

	Freitag	Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch
Alpennordseite	0° -5°	0° -5°	2° -3°	3° -1°	2° -1°	8° 1°
Alpen 1500 m. ü. M	0° -9°	0° -8°	-2° -8°	-2° -4°	-3° -6°	2° -4°
Alpensüdseite	8° -3°	8° -3°	6° -3°	6° -2°	6° -1°	7° 1°
Wahrscheinlichkeit	90%	85%	80%	75%	70%	65%

Wintersportbericht

Skigebiet	Pistenzustand	Schneehöhen (Tal/Berg)	Anlagen (offen/gesamt)
Atzmännig	pulver	15/30	4/5
Hoch-Ybrig	pulver	70/110	12/13
Flumserberg	pulver	70/100	17/17
Pizol	pulver	70/120	12/12
Davos	hart	90/189	45/46
Braunwald	pulver	30/140	11/12
Elm	pulver	50/220	6/6

Warnkarte heute

Delivered by:

Messstreifen zur Überprüfung der Druckqualität 290 v. 4.5.1. quality&more - Druckzentrum Zürich

Marktplatz

Donnerstag, 11. Januar 2024 Eine Dienstleistung des Zürcher Unterländers

Was Bauchfett mit Stress zu tun hat

Bauchfett bei Männern ist nicht nur lästig und unschön, es stellt auch ein Gesundheitsrisiko dar. Dabei ist das Bauchfett nicht die Ursache, sondern das Resultat vieler Faktoren: Der wohl wichtigste ist Stress.

Die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol führt zu Fetteinlagerungen im Körper – bei Männern speziell in der Bauchregion. Oft nicht sichtbar und darum «viszerales» oder auch Organfett genannt, erhöht es das Risiko für eine Reihe von Krankheiten wie chronische Entzündungen, Stoffwechselstörungen, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes etc. Hinzu kommen Nebenerscheinungen wie eine unausgewogene Ernährung, Bewegungsmangel oder auch Schlafstörungen. BB-Antiaging befasst sich schon seit über 20 Jahren mit diesen Themen. Dank dem einzigartigen Ansatz, der den Menschen als ganzheitliches Wesen betrachtet, sind wir in der Lage, rasche und nachhaltige Erfolge

zu erzielen. Unser bewährtes 4-Säulenkonzept basiert auf einer umfassenden Analyse, einem individuellen Behandlungs- und alltagstauglichen Ernährungsprogramm und ergänzenden erstklassigen Produkten. Wir nehmen uns Zeit für ein erstes Gespräch, in dem wir die Lebensumstände, Ess- und Schlafgewohnheiten sowie mögliche Stressfaktoren besprechen. Zudem erfassen wir Körperdaten wie Muskelmasse, Wasser- und Fettanteil. Ergänzend stehen uns spezifische Blut- und Gen-Analysen zur Verfügung. Der erste und wichtigste Schritt besteht darin, sich bei uns für eine Analyse anzumelden.

BB-Antiaging Body and Beauty Center
Rosenstrasse 13, 8600 Dübendorf, www.bb-antiaging.ch

Boxspringbetten – hilfreiche Tipps und Infos

Ein gutes Boxspringbett bietet höchsten Liegekomfort für besonders erholsame Nächte und einen gesunden Schlaf.

Bei Möbel Ferrari findet man die grösste Auswahl mit über 70 verschiedenen Boxspringbetten, von Preiswert gleich zum Mitnehmen, bis hin zu hochwertigen, individualisierbaren Boxspringbetten von namhaften Herstellern, wie zum Beispiel von HUKLA, SINKRO, ADA bis hin zu BICO. Bei vielen Boxspringbetten ist die Federung sogar in mehrere Zonen aufgeteilt. Dank ihrer mehrschichtigen Federung ist das Boxspringbett besonders ergonomisch und rüchenschonend. Der Körper wird optimal entlastet, punktgenau gestützt und jede Bewegung perfekt abgefedert. Die Wohnberater von Möbel Ferrari beraten Sie gerne in der grössten Möbelausstellung im Oberland. **Die Ausstellung ist von Montag bis Freitag von 9–19 Uhr und am Samstag von 9–18 Uhr durchgehend geöffnet.**



Weitere Informationen: www.moebel-ferrari.ch



Shop & Win: Mit etwas Glück übernimmt das Zänti bis am 27. Januar Ihren Einkauf.

Das Zänti stopft Ihr Januarloch!

Das Januarloch ist nicht nur ein Mythos. Darum vergütet das Zentrum Regensdorf vom 5. bis 27. Januar 2024 Einkäufe im Gesamtwert von 5000 Franken zurück. Einkufen, Kassenzettel hochladen und gewinnen!

Gefeiert, fein getafelt, grosszügig Geschenke gemacht? Nach den Festtagen und dem Jahreswechsel folgt im Januar oft gähnende Leere im eigenen Portemonnaie, Ebbe macht sich breit auf dem Bankkonto: Das Januarloch lässt grüssen, trist und grau. In diesem Jahr ist aber alles anders, denn das Zentrum Regensdorf macht seinen Kundinnen und Kunden eine spezielle Freude: Dank der neuen Zänti-Promotion «Shop & Win» stopft das Regensdorfer Einkaufszentrum die Januarlöcher Ihrer Kunden im Gesamtwert von 5000 Franken mit Zänti-Geschenkkarten.

5000 Franken gegen den Januar-Blues
Jetzt geht es den Januarlöchern ans Eingemachte. Die Zänti Kundinnen und Kunden können im Januar den gesamten Betrag ihres Einkaufs zurückgewinnen! Jede Besorgung im Zentrum Regensdorf zwischen dem 5. und 27. Januar 2024 bietet eine neue

Chance für einen Gewinn. Mit etwas Glück übernimmt das Zänti den gesamten Betrag des Einkaufs.

Kassenzettel hochladen und gewinnen
Mitmachen ist ganz einfach: In einem der über 40 Fachgeschäfte im Zänti einkaufen, Kassenzettel fotografieren, Foto auf Zänti-Homepage hochladen, Formular mit den Kontaktdaten ausfüllen, abschieken, Daumen drücken und auf eine Rückvergütung des Einkaufs hoffen. Das Zentrum Regensdorf vergütet so viele Einkäufe in Form von Zänti-Geschenkkarten zurück, bis ein Gesamtwert von 5000 Franken erreicht ist. Die Gewinnerinnen und Gewinner werden persönlich benachrichtigt und müssen ihre Zänti-Geschenkkarten am Infopoint im Zentrum Regensdorf bis am 29. Februar 2024 abholen. Dank Shop & Win können die Zänti Kundinnen und Kunden dem Januarloch ein Schnippen schlagen und mit auf den rückvergüteten Einkaufsbetrag hoffen. Das Zänti wünscht viel Glück.

Zentrum Regensdorf
Im Zentrum 1, 8105 Regensdorf
www.zentrum-regensdorf.ch