



Grey's Anatomy

Seit dem 31. März ist sie im Verkauf zu haben: die 11. Staffel von Grey's Anatomy. Erneut stehen die Ärzte des Grey-Sloan-Memorial-Krankenhauses vor lebensverändernden Entscheidungen. Eine der fesselndsten TV-Serien erreicht einen neuen Höhepunkt, wenn Geheimnisse aus der Vergangenheit zum Vorschein kommen und kritische Entscheidungen die Zukunft verändern. **Wir verlosen 2 x 1 DVD-Box der kompletten 11. Staffel von abc studios.**



Sommerliche Erfrischungsets

Der fruchtig-frische Trinkgenuss hella Garten-Klassiker sauerkirsche kommt an heißen Tagen wie gerufen. Mit natürlichem hella Mineralwasser und zehn Prozent Direktsaft sorgt das leckere Erfrischungsgetränk mit Kohlensäure für spritzige Abwechslung. Der feinsäuerliche Kirsch-Geschmack ist frei von Aroma- und Süßstoffen. Das gilt auch für die weiteren hella Garten-Klassiker Sorten rhabarber und johannisbeere. Serviert in den farbenfrohen Gläsern Cheers rubino von Leonardo, setzt der neue Trinkgenuss Akzente, die ihn zum echten Sommerhit auf jedem Gartentisch machen. www.hella-mineralbrunnen.de. **Wir verlosen 2 x 1 Set, bestehend aus 1 Six-Pack hella Garten-Klassiker sauerkirsche und 12 Gläsern Leonardo Cheers rubino.**

solboy – die Innovation am Strand

Jeder kennt das Problem: Kaum ist der Sonnenschirm mühsam in den Sand gebohrt, kommt eine Böe und reißt ihn fort. sol-

boy ist die Lösung! Das Prinzip ist so einfach wie genial: Wird der Stoffbeutel am Strand mit Sand aufgefüllt, funktioniert er wie ein stabiler Schirmständer. Im handlichen Reißverschluss-Mäppchen ist der solboy gut verstaut und passt in jede Tasche. Klein und handlich zusammenfaltbar, leicht zu transportieren, einfach auf- und abzubauen. solboy hat außerdem viele zusätzliche Verwendungsmöglichkeiten: als Tisch oder praktische Ablage, als bequeme Kopfstütze, als stabile Lehne oder ausgeleert als geräumige Tasche. **Wir verlosen 5 x 1 solboy.**



Schlagsahne zum Frühstück

Mitte März ist der unterhaltsame und emotionale Familienroman des Kieler Autors Christian Callsen erschienen. Auf 260 Seiten geht es um Herausforderungen im Familienleben. Entstanden ist ein kraftvoller Roman, der den Reifeprozess einer Familie beschreibt. Die Balance zwischen Liebe, Glück und Alltags-trott sind dabei Begleiter und Nebenwirkungen zugleich. **Wir verlosen 5 x 1 Buch.**



Meditiere ich noch ...

... oder schwebe ich schon? Autor Timm Kruse ist um die Welt gereist und hat alles ausprobiert: Yoga, Schweigen, Klöster, Nicht-Denken, Schreien. Er fastete sogar für vierzig Tage. Er testete alle möglichen Religionen und bewusstseinsweiternden Drogen, las spirituelle Bücher und tobte sich an Tai Chi und Männer-Initiationen aus. Er lebte sogar wie Buddha. Von seinen Erkenntnissen und Übungen berichtet er in diesem Buch, das eine Mischung aus Memoir und Sachbuch geworden ist. Für Timm Kruse bedeutet Meditation, eins zu sein, mit dem, was man tut. Sie ist eine Reise zum Mittelpunkt des Ich. Doch keine Angst – er folgt keinen Esoterik-Klischees und verbreitet keine Spiri-Weisheiten. Er schreibt klar, witzig und bodenständig, warum unsere Welt Meditation ziemlich nötig hat. **Wir verlosen 3 x 1 Exemplar des für 12,95 Euro im Verlag Eden Books erschienenen Buches.**



Mitmachen & gewinnen

Nehmen Sie ganz einfach online unter www.kielerleben.de/gewinnspiel an der Verlosung teil!

Einsendeschluss ist der 27. Mai 2016. Als Teilnehmer sind Sie damit einverstanden, dass Ihre Adresse im Falle eines Gewinns zwecks Übersendung an das Unternehmen übermittelt wird, das den Gewinn bereitstellt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.