

Lieber Schatz.

Dein Porsche ist nicht gestohlen worden.
Ich habe ihn zu Schrott gefahren.



**Stärken das Rückgrat:
die Rückenmatratzen
von riposa.**

 Dank einzigartiger, ärztlich geprüfter Technologie passen sich die Rückenmatratzen von riposa Ihrem Körper perfekt an und sorgen so für optimalen Liegekomfort. Damit Sie erholsam schlafen und gestärkt aufwachen. Weitere Informationen unter www.riposa.ch

riposa
SWISS SLEEP

12 Ausland

Ein Bier nach dem Sport ist gesund

MADRID. Das hört man(n) gerne: Ein Bierchen nach dem Sport ist nicht nur erfrischend, sondern auch gesund und macht schneller fit als Wasser.

Der Spanier Manuel J. Castillo Garzón dürfte zum populärsten Wissenschaftler nicht nur unter den Profisportlern werden. Der Forscher der Universität Granada prüfte in Tests an 25 Sportlern, welches Getränk nach Anstrengung am meisten Power gibt. Klarer Sieger war: Bier! Ein Getränk, das bis dato in den

meisten Spielerkabinen tabu war. Was macht den Hopfensaft so «gesund»? Bier füllt Mineralien wie Kalium oder Kalzium auf, die beim Schwitzen verlorengegangen sind, es gibt durch Kohlenhydrate und Eiweiße die Stoffe zurück, die beim Arbeiten oder beim Sport verbrannt wurden, und zu guter Letzt enthält Bier wichtige Vitamine, die Nerven und Gehirn neu aufbauen und stärken.

Gestützt auf seine Studie empfiehlt Professor Garzón nach dem Sport 0,5 Liter Bier für Männer und 0,25 Liter für Frauen.



Rattenfleisch kostet doppelt so viel wie Pouletfleisch. Reuters

Ratten als Delikatesse

BANGKOK. Früher eine Seuche, heute ein Segen: die Ratten in Thailand. Reisbauern haben aus der Not eine Tugend gemacht und betätigen sich nun als Rattenfänger. Deren Fleisch gilt als Delikatesse; es soll fester sein und einen besseren Geschmack haben als Hühnerfleisch, dafür ist es auch doppelt so teuer. In der Provinz

Suphan Buri leben bereits gegen tausend Menschen von der Rattenfängerrei – und verdienen damit viel mehr, als wenn sie für einen Bauern Feldarbeit verrichten würden. 10 kg Ratten bringen rund 14,60 Franken ein. Seit sie ihren Beruf gewechselt haben, konnten sich viele Thais ein Motorrad oder einen Lastwagen leisten.

» Bilder

Ratten

www.20minuten.ch

Feuer in Haftanstalt – Dutzende Opfer

BUENOS AIRES. Bei zwei Gefängnismeutereien im Norden Argentiniens starben mindestens 33 Häftlinge. 32 kamen ums Leben, nachdem einige von ihnen Matratzen angezündet hatten. Wegen einer defekten Pumpe brauchte die Feuerwehr zu lange, um den Brand zu löschen; die meisten Opfer erstickten. Mehr als 20 weitere Menschen wurden verletzt.

Kosovo: Neue Gesprächsrunde

WIEN. Die Bemühungen der Uno um eine Lösung des Kosovo-Konflikts sind in eine entscheidende Phase getreten: Vertreter der EU, Russlands und der USA trafen sich in Wien zur vierten Gesprächsrunde mit Politikern aus Belgrad und Pristina. Dabei schlug Serbiens Staatschef Boris Tadic für den Kosovo einen völkerrechtlichen Status nach dem Vorbild Hongkongs vor. Die Kosovo-Albaner bestehen weiter auf