

Geschenke für Kinder: Wie viel Geld geben Sie aus?

Umfrage: Mitmachen und **Gutschein gewinnen**

Peine. In zwei Wochen ist Weihnachten. Das Fest der Liebe und der Familie kommt mit großen Schritten schnell näher. Was ursprünglich mit Licht, Freude und Hoffnung verbunden war, wird immer mehr zum Fest der Konsumflut. Die Innenstädte sind in diesen Tagen voller Menschen, die auf der Suche nach dem passenden Geschenk die Geschäfte stürmen. Auch die Online-Shops melden von Jahr zu Jahr immer neue Rekordzahlen beim Verkauf. Weihnachten ist für die meisten Händler die Zeit, wo der höchste Umsatz gemacht wird. Während sich viele ältere Menschen in erster Linie über das Zusammensein mit der Familie und ein gutes Essen freuen, leuchten die Augen der



Wie viel Geld geben Sie dieses Jahr pro Kind für Weihnachtsgeschenke aus?

FOTO: BRITTA SCHULZE

Kinder besonders beim Auspacken der vielen Weihnachtsgeschenke. Doch in der Zeit hoher Inflation fallen Geschenke bei dem ein oder anderen in diesem Jahr auch mal kleiner aus als sonst.

Wir würden gerne von Ihnen wissen, wie viel Geld Sie dieses Jahr pro Kind für Weihnachtsgeschenke ausgeben. Machen Sie mit bei unserer Umfrage und gewinnen Sie einen 50-Euro-Gutschein von Media Markt. Was Sie dafür tun müssen? Hinterlassen Sie auf unserer Online-Gewinn-

spielseite einfach Ihre Kontaktdaten. Mit ein bisschen Glück wird Ihr Name gezogen. Um zur Verlosung zu gelangen, scannen Sie einfach den QR-Code. Viel Glück!

In der vergangenen Woche wollten wir von Ihnen wissen, ob Sie für eine Neuwahl des Bundestages sind. Bei einer rekordverdächtigen Teilnehmerzahl von 1401 Teilnehmern sagten 36,4%: Nein. 61,6% sind für Neuwahlen. Und 2% der Teilnehmer sind noch unentschieden und müssen noch überlegen.



Direkt zur Umfrage: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

HOF Lauenroth
www.hof-lauenroth.de

WEIHNACHTSBAUMVERKAUF

- ▲ **Witterungsunabhängige Verkaufsfläche** auf unserem Hof.
- ▲ **Lieferservice** Sie suchen Ihren Baum aus, wir liefern direkt bis an die Haustür.
- ▲ Exzellente Auswahl an gesunden **Nordmannentannen**, alle gängigen Größen vorhanden.
- ▲ Aus **nachhaltigem Anbau**

www.hof-lauenroth.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Bültener Straße 3
31246 Ilse / Adenstedt
Tel. 05172 / 75 83

**Mo. bis Fr. 9:00 bis 18:00 Uhr
Sa. 9:00 bis 13:00 Uhr**

Zu jedem Weihnachtsbaum gibt es 5 kg Kartoffeln als Weihnachtsgeschenk dazu.

32536101_002423

Im Internet finden Sie uns unter:
www.hallopeine.de

ANZEIGE

So gelingen feste Nägel

Apotheker empfehlen eine spezielle Nährstoffkombination.



Brüchige Nägel können schnell ungepflegt wirken und mindern unser Selbstbewusstsein. Dabei handelt es sich bei dem Problem viel häufiger um ein Ungleichgewicht im Nährstoff-Haushalt als um mangelnde Pflege...

Wer zu spröden oder brüchigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch ungepflegt zu wirken. So berichtet eine Betroffene: „Viele glauben, ich kaue an den Nägeln. Das habe ich noch nie gemacht. Sie reißen einfach von allein ein.“

Tatsache ist: Während die eigene Pflege (z. B. Maniküre) natürlich einen wichtigen Baustein für feste Nägel darstellt, ist es damit oft trotzdem noch nicht getan. Denn hinter brüchigen Nägeln können letztendlich zahlreiche andere äußere Einflüsse stecken. Hierzu zählt etwa häufiges Händewaschen

oder -desinfizieren sowie der Kontakt mit Putzmitteln. Die Nägel werden dadurch spröde, können in Folge weniger Wasser binden und brechen ab oder reißen ein. Auch künstliche Fingernägel können langfristig die Hornschicht schädigen und die echten Nägel darunter in Mitleidenschaft ziehen.

EIN NÄHRSTOFF-PROBLEM?

Meist liegt die Ursache für brüchige Fingernägel aber nicht außerhalb, sondern innerhalb unseres Körpers. Und zwar in Form eines Ungleichgewichtes im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt. In diesen Fällen brauchen die Nägel statt äußerlicher Maßnahmen eine optimierte Versorgung von innen.

DAS PROBLEM AN DER WURZEL PACKEN

Fragt man österreichische Apotheker, so ist deren klare Empfehlung Dr. Böhm® Haut Haare

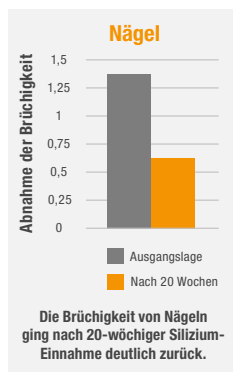
Nägel Tabletten.* Diese sind nun auch in Deutschlands Apotheken erhältlich und haben bereits viele Anwender überzeugt. Sie setzen mit wissenschaftlich belegten Mikronährstoffen genau dort an, wo äußerliche Pflege nicht hinkommt: direkt an der Nagelwurzel.

SILIZIUM REDUZIERT BRÜCHIGKEIT

Bei den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten ist besonders der hohe Anteil an Goldhirse hervorzuheben. Dabei handelt es sich um einen pflanzlichen Silizium-Lieferanten, der bereits im Mittelalter nicht ohne Grund unter dem Namen „Schönheitskorn“ bekannt war. Das darin enthaltene Silizium sorgt dafür, dass die Nägel mehr Feuchtigkeit speichern können, wodurch sie weniger schnell austrocknen und spröde werden.

Eine aktuelle Studie untermauert dies eindrücklich: Nach mehrwöchiger Einnahme von

Silizium erhöhte sich die Bruchfestigkeit der Nägel deutlich.**



Weitere Inhaltsstoffe sind etwa MSM (ein natürlicher Schwefel) für Bruchfestigkeit sowie das „Schönheitsvitamin“ Biotin. Letzteres erhöht den Keratin-Anteil im Körper, der die Nägel festigt.

IDEAL VERSORGT

Wichtig zu wissen: Während es zwar möglich ist, diese Nährstoffe auch über die Nahrung zuzuführen, sind die nötigen Mengen dafür kaum in einem realistischen Speiseplan zu verwirklichen. Die kurmäßige Einnahme eines hochwertigen Nahrungsergänzungsmittels wie Dr. Böhm® Haut Haare Nägel hingegen leistet aufgrund der hohen Dosierung der einzelnen Inhaltsstoffe einen wesentlichen Beitrag zu festen Nägeln.

Unser Tipp: Es empfiehlt sich eine kurmäßige Einnahme von Dr. Böhm® Haut Haare Nägel über 2–3 Monate. So lange brauchen die Nägel in etwa, um sich zu regenerieren.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel IT IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 10/2023.
**Barel A et al. Effect of oral intake of choline-stabilized orthosilicic acid on skin, nails and hair in women with photodamaged skin. Arch Dermatol Res 2005; 297 (4): 147-53.

Apotheken-Tipp bei brüchigen Nägeln



Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Silizium aus der Goldhirse als Feuchtigkeitsspeicher für die Nägel
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM) + Biotin für bruchfeste Nägel
- ✓ Sichtbare Ergebnisse

Dr. Böhm® - höchste Qualität aus der Apotheke



Bei Dr. Böhm® kombiniert man seit über 50 Jahren erfolgreich traditionelles Heilwissen mit aktuellsten wissenschaftlichen Erkenntnissen und höchsten Arzneimittel-Standards. Das Ergebnis: Optimal dosierte, effektive und gut verträgliche Präparate. drboehm-info.de



Aktion 2+1 GRATIS

3 x 60 Stk. Packung zum Preis von 2 Packungen.

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Schönheitskur
Für Ihren Apotheker. 180 Stk.
PZN 18851135