

# Wie viel geben Sie in diesem Jahr für Weihnachtsgeschenke aus?

Mit Hallo Wochenende einen **50-Euro-Gutschein** gewinnen

VON KATHARINA WINKELMEIER

**Wolfsburg.** Die besinnliche Zeit des Jahres rückt näher, und damit auch die Frage: Wie viel geben die Menschen für Weihnachtsgeschenke aus? Nach einer aktuellen Studie planen deutsche Haushalte in diesem Jahr ein durchschnittliches Budget von 260 Euro. Allerdings sind die Unterschiede je nach Alter, Einkommen und Region erheblich.

Gleichzeitig lässt sich ein spannender Gegentrend beobachten. Immer mehr Menschen



Gechenke, Geschenke – aber wie viel darf es kosten?

FOTO: DIALOGEXPORT@DEWEZET.DE



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

rücken von klassischen Konsumgeschenken ab und entscheiden sich stattdessen für nachhaltige oder immaterielle Alternativen. Dazu zählen etwa Spenden an gemeinnützige Or-

ganisationen, Patenschaften oder Geschenke, die gemeinsame Zeit ermöglichen – wie ein gemeinsamer Kochkurs, Konzertkarten oder ein Wochenendausflug. Diese Form des

Schenkens wird zunehmend geschätzt, weil sie weniger materielle Ressourcen verbraucht und gleichzeitig oft als persönlicher und wertvoller empfunden wird.

**Ihre Meinung ist uns wichtig**  
Wir wollen gerne von Ihnen wissen: Wieviel Geld geben Sie für Weihnachtsgeschenke aus? Wer an unserer Umfrage teilnimmt, kann einen 50-Euro-Gutschein von Media Markt gewinnen.

## Auswertung der letzten Umfrage

In der letzten Woche wollten wir von Ihnen wissen, welche Rituale in der Weihnachtszeit für Sie wichtig sind. Das sind die Ergebnisse der Umfrage:

- 40,4 Prozent sagten: Besondere Mahlzeiten und Rezepte – ohne geht es nicht.
- 33,3 Prozent sagten: Ich liebe es, zur Familie und zu Freunden zu reisen.
- 22,3 Prozent sagten: Ich freue mich am meisten auf Weihnachtsmärkte und Weihnachtsfeiern.
- 4,0 Prozent sagten: Weihnachtsgeschenke sind mir am wichtigsten.

ANZEIGE

## Warum wird mein Haar dünner und lichter?



Schütteres Haar trifft viele Frauen. Die gute Nachricht: Sie können etwas dagegen tun!

Nach dem Kämmen finden sich zahlreiche Haare in der Bürste oder dem Waschbecken? Gerade bei dünnerem Haar ist die Sorge groß, dass es noch mehr an Volumen

einbüßen könnte. Dass die Haare ausgehen, ist aber normal und dem natürlichen Wachstumsprozess geschuldet. Wachsen jedoch nur mehr dünne Haare nach oder werden sie spröde und brüchig, liegt die Ursache meist in einem unausgeglichene Nährstoffhaushalt.

### Nährstoffversorgung optimieren

Umso wichtiger ist es die Haarfollikel von innen heraus zu unterstützen. Gegensteuern kann man mit der richtigen Nährstoffkombination: Eine gezielte Versorgung mit Biotin leistet einen Beitrag zum Erhalt normaler Haare.

Steht dem Haar zu wenig davon zur Verfügung, kann nicht ausreichend Keratin gebildet werden und es wird spröde und brüchig. Doch Biotin allein ist nicht genug. Durch die Zugabe der wichtigen Spurenelemente Eisen, Zink und Selen werden die Haarwurzeln umfassend mit Nährstoffen versorgt.

### Was Apotheker empfehlen

Diese Kombination an Nährstoffen ist in den Dr. Böhm® Haut Haare Nägel Tabletten enthalten. Ergänzt wird die einzigartige Formulierung durch hochreinen Schwefel (MSM) und Silizium, das in Kieselerde und Goldhirse enthalten ist.

Seit einiger Zeit ist das Qualitätsprodukt aus Österreich auch in Deutschland erhältlich und überzeugt Anwender und Apotheker gleichermaßen. Nicht umsonst ist es bei unseren Nachbarn das bereits seit Jahren führende Produkt im Bereich Haut, Haare und Nägel.\*

### Wichtig:

Haare wachsen im Durchschnitt nur 1,5 cm pro Monat. Für ein bestmögliches Ergebnis sollte das Produkt daher über einen längeren Zeitraum eingenommen werden.

\*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel It IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 09/2025.

### APOTHEKEN-TIPP BEI SPRÖDEN NÄGELN



Nahrungsergänzungsmittel

### Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Biotin, Zink und Selen für den Erhalt normaler Haare
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Natürlicher Schwefel (MSM)

Dr. Böhm® Haut Haare Nägel in Ihrer Apotheke. PZN 15390975