

>> GIEßENER ZEITUNG

Meine Zeitung Meine Woche

www.giessener-zeitung.de

Nr. 49 | 18 Jahrgang | Samstag, 6. Dezember 2025



Von „O Tannenbaum“ bis „Alle Jahre wieder“: Das Mitsingkonzert bringt Weihnachtsfreude für alle. FOTO: UNIVERSITÄTSGESELLSCHAFT GIESSEN

Mitsingkonzert auf dem Gießener Kirchenplatz

Am Samstag, 20. Dezember, von 15 bis 16 Uhr an der StadtRaumBühne

GIESSEN | Wer die schönsten Weihnachtslieder in stimmungsvoller Atmosphäre auf dem Gießener Weihnachtsmarkt schmettern möchte, ist am Samstag, den 20. Dezember, um 15 Uhr herzlich eingeladen!

Vor der StadtRaumBühne auf dem Gießener Kirchenplatz erwartet Sie auch in diesem Jahr wieder ein ganz besonderes, weihnachtliches Mitsingkonzert. Das BID Marktquartier und die Gießen

Marketing GmbH laden alle großen und kleinen Sängerinnen und Sänger ein, sich musikalisch auf die Festtage einzustimmen.

Gemeinsam mit dem DamenXingKreis, einem Chor aus ehemaligen Schülerinnen des LandgrafLudwig-Gymnasiums in Gießen, begeben wir uns eine Stunde lang auf eine fröhliche vorweihnachtliche Musikreise. Von Klassikern wie „O Tannenbaum“ und „Alle Jahre

wieder“ bis hin zu Familienhits wie „In der Weihnachtsbäckerei“ und „Schneeflöckchen Weißröckchen“ – hier kommt garantiert Weihnachtstimmung auf!

» Die Liedtexte gibt es ganz einfach per QR-Code aufs Handy oder klassisch auf Papier – damit jeder mit voller Stimme Teil dieses großen Chores sein kann.

Heute in der GZ:

- » Vorweihnachtszeit in der Region Seiten 2-3
- » Veranstaltungen Seiten 4-5
- » Biebertaler Weihnachtstreiben Seiten 6-7
- » Aus den Vereinen Seite 8
- » Tierisches Seite 10
- » Lifestyle Seite 11

Adventskonzert in der Marienstiftskirche

LICH | Am morgigen Sonntag, 7. Dezember, um 18 Uhr wird zu einem besonderen Advents- und Weihnachtskonzert in die Evangelische Marienstiftskirche Lich eingeladen. Im Mittelpunkt des Abends stehen die Kantaten I und III des Weihnachtsoratoriums von Johann Sebastian Bach sowie das Magnificat von John Rutter. Die Kammerphilharmonie Bad Nauheim begleitet die Aufführung, die unter der Leitung von Christof Becker steht. Die Solisten des Abends sind Helena Günther (Sopran), Sora Winkler (Alt), Donát Havář (Tenor) und Nicolai Klawan (Bass).

Neue Mitspieler gesucht

Blockflötenensemble des Musikfördervereins Gießen

Von Bürgerreporter
Angelika Burga Seidel-Ulrich

von J. S. Bach und dem „Ave Verum“ von W. A. Mozart.

Schnuppern am 19. Dezember

Das Ensemble besteht zur Zeit aus 10 Mitspielern, die Stimmen sind mehrfach besetzt. Wer Lust hat sich zu orientieren und mitzumachen, kann zu der Probe 19. Dezember um 16 Uhr in den Pfarrsaal der Kirche kommen, Zugang von der Grünberger Straße in Gießen um 16 Uhr sein Weihnachtskonzert.

Zu hören ist unter anderem das Blockflötenensemble mit vierstimmigen Sätzen von Weihnachtsliedern, der „Air“

» Kontakt: und weitere Informationen unter: Telefon: 0641-57155, Mail: burga.seidel-ulrich@gmx.de

GOLDANKAUF
ALTGOLDSTELLE SEIT ÜBER 15 JAHREN IM 

WIR KAUFEN AN:

ALTGOLD • MÜNZEN • MEDAILLEN
BRILLANTSCHMUCK • ZAHNGOLD • UHREN
GOLD & SILBERBARREN • EDELMETALLE



INDUSTRIESTR. 2 • DUTENHOFEN • 0176 96167589
BARGELD SOFORT!

Feuer im Eis und lila Wolken

Öffentliche Chemie-Weihnachtsvorlesung – „Die Profis“ am 18. Dezember



Am Donnerstag, 18. Dezember, steht wieder die Weihnachtsvorlesung an – sichert euch am Montag und Mittwoch kostenfreie Karten.

FOTOS: ROLF K. WEGST

GIESSEN | Wenn Profis experimentieren, dann muss doch alles klappen. Die Chemiker Prof. Dr. Richard Göttlich, Prof. Dr. Siegfried Schindler und Heiko Barth, Institute der Chemie der Justus-Liebig-Universität Gießen (JLU), zeigen dies auf unterhaltsame Weise bei ihrer traditionellen Weihnachtsvorlesung am 18. Dezember.

Zahlreiche Experimente – zum Beispiel ungewöhnliche Farbänderungen, Feuer im Eis oder die Erzeugung von lila Wolken – stehen auf dem Programm des aktionsreichen Spektakels im Hörsaal. Die Veranstaltung beginnt um 20 Uhr, Einlass ist ab 19.30 Uhr.

» Kostenlose Karten sind erhältlich

bei der Fachschaft Chemie (Heinrich-Buff-Ring 19) am Montag, 8. Dezember, und am Mittwoch, 10. Dezember, jeweils ab 18 Uhr. Pro Person werden maximal drei der sehr begehrten Karten ausgegeben.

Für Schulklassen (Oberstufe) gibt es einen Sondertermin am 17. Dezember um 19 Uhr (Einlass ab 18.30). Eine Teil-

nahme ist nur möglich nach vorheriger Anmeldung per E-Mail bei Prof. Schindler: siegfried.schindler@anorg.chemie.uni-giessen.de

» Donnerstag, 18. Dezember, 20 Uhr, Einlass ab 19.30 Uhr / Hörsaalgebäude Chemie, HS 112, Heinrich-Buff-Ring 19, Gießen

High-Tech trifft Herzenswärme

Winterfest im Makerspace Gießen setzt Zeichen gegen Einsamkeit

GIESSEN | Am heutigen Nikolaustag, dem 6. Dezember, lädt der Makerspace Gießen von 14 bis 18 Uhr zu einem besonderen Winterfest ein, bei dem neben technologischen Highlights wie 3D-Scans die soziale Aktion „Kreative Karten gegen Einsamkeit“ im Mittelpunkt steht.

In Kooperation mit dem Freiwilligenzentrum Gießen für Stadt und Landkreis Gießen e.V. ruft das Team des Makerspace dazu auf, Weihnachtspostkarten für Menschen zu gestalten, die die Feiertage oft allein verbringen müssen.

Die handgemachten Unikate werden an die Besucher des „Café Nachtlicht“ übergeben. Dieses Projekt des Freiwilligenzentrums Gießen für Stadt und Landkreis Gießen e.V. mit Unterstützung des sozialpsychiatrischen Diensts des Landkreises Gießen bietet als offene Begegnungsstätte jeden Samstagabend einen geschützten Raum für Menschen in schwierigen Momenten oder Zeiten der Einsamkeit und wird von einem ehrenamtlichen Team begleitet. Um die Hürde für das Schreiben zu senken, unterstützen lokale Künstlerinnen und Texterinnen die Aktion mit gespendeten Bildmotiven und vorformulierten Textbausteinen. Nils Seipel und Johannes Schmid vom Organisationsteam betonen die Bedeutung des

Analogien: „Ein Makerspace ist mehr als nur ein Maschinenpark, es ist ein Ort der Gemeinschaft. „Machen“ bedeutet für uns auch, soziale Verantwortung zu übernehmen. Gerade heute, wo künstliche Intelligenz auf Knopfdruck Texte und Bilder generieren kann, bekommen ein handgemaltes Motiv und ein selbst geschriebener Satz eine ganz neue, tiefere Wertigkeit. Wir setzen bei dieser Aktion bewusst auf dieses Menschliche als Zeichen der Solidarität. Von Hand gemacht für die Menschen hier vor Ort.“

Auch der typische Makerspace-Charakter kommt beim Fest nicht zu kurz: Besucher können sich für eine 3D-gedruckte Miniatur-Figur einscannen lassen oder private Weihnachtspostkarten gestalten und direkt vor Ort in den Versand geben. Für das leibliche Wohl ist mit frischen Waffeln, Glühwein und Punsch gesorgt.

» Der Eintritt ist frei. Parken ist in den umliegenden Straßen und Parkplätzen möglich. Sowohl der Parkplatz Ringallee als auch die Bushaltestelle Marktplatz sind fünf Gehminuten entfernt. Weitere Informationen zum Makerspace und seinen Angeboten finden Sie auf der Website des Makerspace Gießen: www.makerspace-giessen.de



Einblick in den Veranstaltungsort des Makerspace Gießen. FOTO: TILL SCHÜRMANN

Ihr Experte in Sachen Schmuckankauf!
Seit 20 Jahren im Neustädter Tor

Zahngold



Altgold



Gold- und Silber-Barren

Gold- und Silber-Münzen

Sofort-Bargeld



ERCAN
JUWELIER

Neustadt 28 · 34390 Gießen · Tel. 0641 9724450



Infoveranstaltung

„Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“

GIESSEN | Schon so oft dran gedacht ...und doch noch nicht gemacht!

Was passiert, wenn wir krankheits- oder unfallbedingt in eine Situation geraten, in der wir selbst keine Entscheidungen mehr treffen können? Warum ist es wichtig, dass wir uns frühzeitig über mögliche Vorsorgeregelungen informieren? Wie können wir wirksam Vorsorge treffen? Wie muss eine Patientenverfügung richtig formuliert sein? Welche Dokumente sind außer der Patientenverfügung noch notwendig, z.B. Vollmachten? Und wie kann ich sicherstellen, dass mein eigener

Wille im „Falle des Falles“ von den Ärzten auch berücksichtigt wird?

Fragen über Fragen, die für viele von uns schwer zu beantworten sind.

» Der Hospiz-Verein Gießen e.V. möchte Sie herzlich dazu einladen, sich auf diese Fragen einzulassen und die ersten Antworten für sich zu finden: Am **Mittwoch den 17. Dezember** von 16.30 bis 18 Uhr in den Räumen des Hospiz-Vereins Gießen e.V., Paul-Zipp-Str. 183, 35398 Gießen. Melden Sie sich bitte an unter Telefon: 0641-98444860 oder Mail: info@hospiz-verein-giesen.de

Das besondere Konzert

Klavierabend in der Vitos-Kapelle



Von Bürgerreporter
Rainer Römer

GIESSEN | Gabriel Yeo kommt am Sonntag, 7. Dezember, nach Gießen in die Vitos Kapelle. Bekannt sowohl als Solist als auch als Kammermusiker, steht Gabriel Yeo auf den renommier- ten Bühnen Deutschlands und bei internationalen Wettbewerben.

Dazu gehören regelmäßige Auftritte von internationalem Format wie beim „Leeds International Piano Competition“, „Concours International de Piano Clara Haskil“ und beim „Santa Cecilia International Piano Competition“ Porto. Gabriel Yeo (*1998 in Münster) wird für seine tiefgründigen Interpretatio- nen geschätzt, die sich stets in den Dienst der Musik stellen und „techni-

sche Perfektion mit musikali- scher Aus- drucks- kraft verbinden“ (Westfälische Nach-richten).



» Alles Wichtigste auf einem Blick: Datum: Sonntag, 7. Dezember Uhrzeit: 17 Uhr Ort: Kapelle der Vitos Klinik Gießen, Licher Straße 106 Eintritt: frei

Alle Jahre wieder im AWO-Pflegeheim

Von Bürgerreporterin
Andrea Ohrisch

WETTENBERG | Zur inzwischen liebgewonnenen Tradition geworden ist ein Auftritt des gemischten Chores der Sängervereinigung Germania-Eintracht Wismar bei den Senioren des AWO-Pflegeheimes in Wismar.

Gemeinsam Weihnachtslieder singen

In diesem Jahr lädt die Pflegedienstleitung die Sängerinnen und Sänger für Freitag, 12. Dezember um 15 Uhr unter Leitung von Matthias Hampel ein, die Pflegeheimbe- wohner mit Weihnachtsliedern zu erfreuen und gemeinsam mit ihnen zu singen.

Bühne frei

»**GIEßENER ZEITUNG** präsentiert
TINKO
Kindertheater Gießen e. V.

Samstag, 13.12.2025
Sonntag, 14.12.2025

Die Bremer Stadtmusikanten

16 Uhr (Einlass 15.30 Uhr)

Kleine BÜHNE Gießen · Bleichstraße 28
E-Mail: [tickets@tinko-kindertheater.de](mailto:tinko-kindertheater.de)
Mehr Infos unter: www.tinko-kindertheater.de

Karten über
0641 97288480

Weihnachtsbaumverkauf in Annerod

Am Samstag, 13. Dezember



Auch in diesem Jahr wird wieder ein Baum-Lieferservice angeboten.

FOTO: BENJAMIN KRAUSE

Von Bürgerreporter
Benjamin Krause

FERNWALD | Wie in den vergangenen Jahren wird der Fußball-Förderverein (FÖV) des SV 1945 Annerod am 13. Dezember auf dem Gelände des Tennisclubs Annerod wieder den Anneröder Weihnachtsbaumverkauf veranstalten.

Faire Preise

Es erwarten Sie nachhaltig produzierte und frisch geschlagene Nordmann-Tannen aus der Region in verschiedenen Größen von 1 Meter bis 2,50 Meter – ein echter Mehrwert, da diese Bäume nicht importiert werden und somit die heimische Forstwirtschaft unterstützen. Auch deswegen sind die Preise absolut fair.

Von 12 bis 18 Uhr

Von 12 bis 18 Uhr können Sie sich in al- ler Ruhe bei Glühwein, Crepé und Ku- chen oder Bratwurst und Bier in festli- cher Atmosphäre Ihren Lieblingsbaum auf dem weihnachtlich dekorierten Gelände aussuchen. Der Fußball-För- derverein bietet auch wieder einen

Lieferservice an, so dass Sie keinen Anhänger zum Transportieren benötigen und Ihr Auto auch zuhause stehen lassen können. Kommen Sie doch auf einen Glühwein, eine Bratwurst oder ein Stück Kuchen vorbei, suchen Sie sich Ihren Weihnachtsbaum für dieses Jahr aus, lassen Sie sich den Baum bequem nach Hause liefern und verbringen Sie mit uns ein paar schöne Stun- den.

Erlös geht an gemeinnützigen Fußball-Förderverein

Und das Beste: Die Bäume sind nicht nur lokal und nachhaltig angebaut und von bester Qualität... mit dem Erlös des Weihnachtsbaumverkaufs wird der gemeinnützige Fußball-Förderverein wieder Projekte für unser Dorf unter- stützen.

» Auch der Weihnachtsbaumverkauf 2025 steht daher wieder unter dem Motto:

„Baum für den guten Zweck“.

Der Fußball-Förderverein freut sich auf Ihren Besuch!

Mitternachtsturnier

Badminton für Jedermann am 13. Dezember

Von Bürgerreporter
Jan Krüger

HUNGEN | Auch dieses Jahr veranstaltet der Badmintonverein aus Hungen am 13. Dezember sein legendäres Mitter- nachtsturnier. Der Spaß steht bei dem geselligen Wettkampf im Vordergrund und jeder ab 18. Jahren kann mitma- chen. Ob Hobby- oder Mannschaftsspieler, Herrendoppel, Mixed oder Damen- doppel, aufgrund des Schweizer System findet jeder mit der Zeit gleichstarke Gegner. Gespielt wird also in Doppel-

paarungen – unabhängig vom Ge- schlecht. Auch in diesem Jahr gibt es zusätz- lich einen Kostümwettbewerb. Jeder verkleidete Spieler erhält dazu auch ein Freigetränk. Das Turnier startet zur Pri- metime um 2015 Uhr in der Dreifelder- halle der Gesamtschule Hungen, Friedensstraße 1. Die Anmeldung ist ab so- fort möglich. Für Speisen und Getränke ist ausreichend gesorgt.

» Das Anmeldeformular und weitere Informationen findet ihr unter www.bv-hungen.de

Vetzberger Jubiläumsjahr steht vor der Tür

800-jähriges Jubiläum in 2026 – zahlreiche Veranstaltungen geplant

Von Bürgerreporterin
Sabine Mühlig

BIEBERTAL | Schon von weitem prägt die imposante Burg Vetzberg auf Basaltblöcken das Bild des Gleiberger Landes. Als sogenannte „Vogtisburg“ wurde Vetzberg erstmals 1226 urkundlich erwähnt, wobei der eigentliche Ursprung der Burg vermutlich schon im 12. Jahrhundert liegt. Ihre Geschichte ist eng mit den Grafen von Gleiberg verbunden, bis das Dorf später eine gewisse Eigenständigkeit erlangte und unter nassauischer Herrschaft stand.

Im Spätmittelalter gerieten die Vetzberger „Ganerben“, die sich die Burg und Ländereien teilten, in wirtschaftliche Schwierigkeiten und wurden als sogenannte Raubritter bekannt. Zahlreiche Belagerungen und die Zerstörung der Burg im 14. Jahrhundert prägten diese Zeit, bis mit dem „Ewigen Landfrieden“ 1495 die letzten Ganerben die Burg verließen. Mit dem Verkauf an Nassau-Weilburg 1765 begann eine neue Epoche. Die Landwirtschaft ermöglichte nur wenig Wohlstand – viele Vetzbergenrinnen und Vetzberger wanderten im 18. und 19. Jahrhundert aus, vor allem in die „Neue Welt“. Erst mit Fortschritten in Industrie, Handel und Verkehr wandelte sich Vetzberg ab dem 19. Jahrhundert allmählich vom bäuerlichen Dorf zum attraktiven Wohnort. Die Burg, einst Zentrum des Geschehens, ist heute das Wahrzeichen eines traditionsbewussten und lebendigen Ortes. Zu diesem zählt auch eine aktive Vereinsgemeinschaft mit dem Sportverein SG Vetzberg, dem Kaninchenzuchtverein KZV-H-335, den Burgfeen, dem Biebertaler Brettspielverein, den närrischen Schlappmäulern, dem Obst- und Gartenbauverein und dem Vetzbergverein.

Die Vereinsgemeinschaft hat für die Bürgerinnen und Bürger und alle Besucherinnen und Besucher im Jubiläumsjahr ein buntes Programm erstellt. Ein besonderes Highlight wird dabei der Mittelaltermarkt im kommenden Juni darstellen, der die Geschichte Vetzbergs lebendig werden lassen und Gäste von nah und fern anziehen soll. Mit Festgot-

tesdiensten, Ausstellungen und dem traditionellen Weihnachtsmarkt soll das Dorf ein Jahr voller Gemeinschaft, Tradition und Freude begehen.



Das Jubiläumsjahr spiegelt die Verbundenheit der Vetzbergenrinnen und Vetzberger zu ihrer Geschichte und ihrem lebendigen Miteinander wider. Alle, die an Kultur, Brauchtum und Dorfgemeinschaft interessiert sind, sind herzlich eingeladen, die Veranstaltungen zu besuchen und Vetzberg kennenzulernen.

Eigene Homepage
www.vetzberg800.de

Bereits in diesem Jahr wurde mit [vetzberg800.de](http://www.vetzberg800.de) eine eigene Homepage eingerichtet. Hier finden sich neben dem Jubiläumsprogramm viele weitere Informationen wie historische Bilder, Geschichtliches und ein virtueller Rundflug über das Dorf. Ein Blick auf die Seite lohnt sich!

» Höhepunkte des Festjahres 2026 in Vetzberg:

- 4. Januar: Gottesdienst und anschließender Grenzgang
- 14. Februar: Faschingsveranstaltung
- 15. Februar: Faschingsumzug
- 14. März: Aktion „Vetzberg putzt sich“
- 5. April: Bilderausstellung und feierliche Eröffnung der „800-Jahr-Feier“
- 19. bis 21. Juni: Mittelaltermarkt im Oberdorf
- 22. August: Ortsolympiade
- 20. September: Festgottesdienst
- 30. und 31. Oktober: Halloween in der „Haagass“
- 7. November: Musikalischer Gottesdienst und Kaninchenausstellung
- 5. Dezember: Weihnachtsmarkt und Abschluss des Festjahres

„Power Flower“: Innovative Therapie gegen Vorhofflimmern

Vorhofflimmern bringt das Herz aus dem Takt – rund 1,8 Millionen Menschen in Deutschland sind betroffen. Es kann Herzrasen, Atemnot, Schwindel oder Müdigkeit verursachen und bleibt oft unbemerkt. Unbehandelt steigt das Risiko für Schlaganfall und Herzschwäche.

Mit der sog. Pulsed Field Ablation (PFA) steht eine innovative, sichere, effektive und besonders schonende Behandlung zur Auswahl: das am meisten verwendete System ist das FARAPULSE PFA-System. Ein dünner Katheter wird über die Leiste bis in den linken Herzvorhof geführt. Dort, genauer an den vier Lungenvenen, entfaltet sich der FARAPULSE-Katheter in einer Blumenform; daher wird auch von der „Power Flower“ oder „Ablation mit der Blume“ gesprochen. Kurze Stromimpulse deaktivieren gezielt die Herzmuskelzellen, die das Vor-

hofflimmern auslösen, während gesundes Gewebe weitgehend geschont wird.

Der Eingriff ist minimal-invasiv, dauert ca. eine Stunde und erfolgt meist im Dämmer schlaf. Viele Patient:innen können am nächsten Tag nach Hause und ihren Alltag spürbar erleichtert erleben. Seit 2021 wurden weltweit über 500.000 Menschen mit der „Power Flower“ behandelt. Leitlinien empfehlen die Katheterablation als Standardtherapie, die Kosten übernehmen die Krankenkassen.

Die Behandlung eignet sich besonders für Betroffene, die trotz Medikamenten Be schwerden haben. Sprechen Sie mit Ihrem Kardiologen über die Behandlung und Risiken der Katheterablution.

Weitere Informationen sowie Kliniken in Ihrer Nähe finden Sie im Internet auf vorhofflimmernbehandeln.de oder per QR-Code.



Unsere Zeitung ...
... ist auch Deine Zeitung!
» Meine Zeitung – Meine Woche
www.giessener-zeitung.de

Unser Engelchen ist wieder da und bringt Prozente im neuen Jahr!*

Jetzt clever Geschenke kaufen und im Januar sparen.



*Abgabe ab sofort, solange Vorrat reicht
Einmalig 20% auf einen kompletten Einkauf im Januar 2026

Kappes & Schäfer
Wäschehaus

Grünberg · Hegweg · Telefon (0 64 01) 62 50

Biebertaler Weihnachtstreiben



Weihnachtliches Flair in der Sarrians-Anlage in Rodheim

Weihnachtstreiben lädt zum Genießen und Verweilen ein

BIEBERTAL | Auch in diesem Jahr darf man sich in Biebertal wieder auf einen Weihnachtsmarkt in Rodheim freuen. Am 13. Dezember öffnet das beliebte Weihnachtstreiben ab 15 Uhr erneut seine Tore in der Sarrians-Anlage am Bürgerhaus in Rodheim und verzauert die Besucher mit festlicher Atmosphäre und kulinarischen Genüssen. Nach der erfolgreichen Premiere im letzten Jahr wird der Weihnachtsmarkt nun bereits zum zweiten Mal gefeiert und hat sich schnell als fes-

ter Bestandteil der Rodheimer Weihnachtszeit etabliert. Die Veranstaltung wurde ins Leben gerufen, um den traditionellen Weihnachtsmarkt in Rodheim zu ersetzen, der in den vergangenen Jahren nicht mehr stattgefunden hat. Inzwischen ist das Weihnachtstreiben jedoch zu einem Highlight in der Region geworden und zieht Besucher aus der gesamten Umgebung an, die die besondere Stimmung und das gemütliche Miteinander genießen.

fehlt, und lässt den Markt mit Herzblut und regionaler Verbundenheit erstrahlen.

Kulinarische Leckereien und Getränke für alle Geschmäcker

Kulinarisch kommt auf dem Weihnachtsmarkt jeder auf seine Kosten. Wer es herhaft mag, kann sich auf eine dampfende Erbsensuppe aus der Feldküche freuen, die perfekt zum winterlichen Wetter passt. Für den sü-

KFZ-Meisterbetrieb Bernhard Lindner



Rodheimer Str. 6 · 35444 Biebertal-Fellingshausen · 06409/2872 · lindner-kfz@psw-partner.de

Gemeinschaftliches Engagement für eine unvergessliche Feier

Das Fest wird auch dieses Jahr wieder von der Freiwilligen Feuerwehr Rodheim, den Altmädels Rodheim und der Burschenschaft „Frohsinn“ Rodheim organisiert – ein starkes Trio aus lokalen Vereinen, die sich gemeinsam dafür einsetzen, den Weihnachtsmarkt zu einem besonderen Erlebnis zu machen. Ihr Engagement sorgt dafür, dass es den Gästen an nichts

AHD AUTOMOBILE

Ihr persönlicher Partner

www.AHD-Automobile.de

AHD Automobile
An der Amtmannsmühle 10 Tel.: 06409 / 8080355 verkauf@ahd-automobile.de
D-35444 Biebertal Fax: 06409 / 8080356

SEIT 1.12. IN RODHEIM

Reiselädchen „Am Park“
Am Schwindwasen 4 · Rodheim



Vom Reisewunsch
zur Wunschreise

Alle bekannten Reiseveranstalter

Mo.–Fr. 9:30 – 18:00 Uhr · Sa. 9:00 Uhr – 13:00 Uhr
06409 6611090 rodheim@theotours.de



BRILLENPLAZ
Ihr augenoptiker!
in Biebertal

Brillen Platz Biebertal
Gießener Straße 7
35444 Biebertal
Telefon 06409 661225
Öffnungszeiten:
Mo.–Fr. 9.00–13.00 Uhr
14.00–18.00 Uhr
Sa. 9.00–13.00 Uhr
www.brillen-platz.de

Biebertaler Weihnachtstreiben



ßen Hunger gibt es frisch gebackene Waffeln, die noch warm und duftend serviert werden. Und auch bei den Getränken ist die Auswahl vielseitig: Von klassischem Glühwein über heißen Apfelwein bis hin zu Kinderpunsch ist für jeden Geschmack etwas dabei. Wer sich nach etwas Erfrischendem sehnt, findet außerdem eine breite Palette an kalten Getränken.

Die festliche Atmosphäre: Licht, Musik und Gemütlichkeit

Die Sarrians-Anlage wird auch in diesem Jahr wieder festlich ausgeleuchtet und versprüht damit eine zauberhafte Weihnachtsstimmung. Die funkeln-den Lichter und die liebevolle Dekoration sorgen für eine festliche Atmosphäre, die die Besucherinnen und Besucher in den Zauber der Adventszeit eintauchen lässt. Musikalische Klänge begleiten den ganzen Tag über das Treiben - klassische Weihnachtslieder und festliche Melodien sorgen für die richtige Stimmung und lassen die Herzen der Gäste höherschlagen. Für noch mehr Gemütlichkeit sorgt die Feuerstelle, die den Besuchern Wärme und einen gemütlichen Platz



bietet, um sich mit Freunden und Familie zu unterhalten oder einfach die festliche Atmosphäre zu genießen.

Nikolausbesuch für die kleinen Gäste

Ein weiteres Highlight erwartet die kleinen Gäste: Der Nikolaus wird gegen 17 Uhr erwartet und sorgt mit seinem Besuch für leuchtende Kinderaugen. Kinder dürfen sich auf eine kleine Überraschung freuen - auch

das ein oder andere Foto kann sicher gemacht werden, um die Erinnerung festzuhalten.

Ein Weihnachtsmarkt für alle – der Eintritt ist frei!

Das Weihnachtstreiben beginnt am 13. Dezember um 15 Uhr und ist für die ganze Familie ein Muss. Der Eintritt ist frei, sodass jeder die Gelegenheit hat, den Weihnachtsmarkt in der festlich erleuchteten Sarrians-Anlage zu erleben und die Seele baumeln zu lassen. Kommen Sie vorbei und genießen Sie einen unvergesslichen Nachmittag im Herzen von Rodheim!

Kurz & knapp:

2. Weihnachtstreiben in Rodheim

Samstag, 13. Dezember, ab 15 Uhr
in der Sarrians-Anlage am Rodheimer Bürgerhaus



- Warme und kalte Getränke, Erbsensuppe aus der Feldküche, Waffeln
- Der Nikolaus kommt um 17 Uhr
- Es laden ein: Altmädels, Feuerwehr Rodheim und BS Frohsinn



Fernsehtechnik Spaar

TV, Audio, Hausgeräte, Sat

- Beratung
- Lieferservice
- Installation



Gießener Straße 27a · 35444 Biebertal
Telefon 06409 6625599 · Mobil 0179 4711423



Wir Biebertal.



FALK

Fellingshäuser Straße 64 · 35444 Biebertal

Artikum

EINRAHMUNGEN - RESTAURATIONEN - KÜNSTLERBEDARF

Von Mo., dem 22.12.2025 bis Sa., dem 3.1.2026 machen wir Betriebsurlaub.
Am Mo., dem 5.1.2026 sind wir wieder wie gewohnt für Sie da.
Sonderöffnung am Samstag, den 20.12. von 10 bis 13 Uhr.

Wir wünschen Ihnen eine ruhige Weihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr.



Ludwig-Rinn-Straße 14–16 | Haus D
(im Rinn & Cloos Gewerbegebiet)
35452 Heuchelheim bei Gießen
0641 13185169 | www.artikum.com

Mo.–Fr. 15–18 Uhr · jeden ersten + letzten Samstag 10–13 Uhr



Projektgruppe Margarethenhütte e.V. GalaxyCheer Gießen erfolgreich

Vorfreude auf 100 Jahre Margarethenhütte!

Von Bürgerreporter
Gerhard Kerzmann

GIESSEN | Der für die Gemeinwesenarbeit im Wohnviertel an der Lahn zuständige Verein, die Projektgruppe Margarethenhütte e.V., veranstaltete seine jährliche Mitgliederversammlung.

Bevor es zu den Wahlen ging, berichteten die Mitarbeiter innen des Vereins über die Arbeiten in einem der ehemaligen sozialen Brennpunkte in Gießen. Themen waren u.a. die Integration neuer Bewohner innen mit und ohne Migrationshintergrund, eine Bildungsfahrt mit Frauen aus dem Wohngebiet, die aktuelle Situation in der Kinder- und Jugendarbeit mit ihren Herausforderungen sowie über ein Graffiti Projekt, das in den Herbstferien stattfand, das bei den Jugendlichen sehr gut ankam. Ein Bericht über die Seniorenanarbeit rundete das ganze ab. Auch auf der "Hütte" werden die Bewohner innen immer älter. Die wöchentlichen Treffen oder Fahrten sind für die älteren Bewohner innen daher ein fester Anker.

Es wurde auch vom diesjährigen Sommerfest berichtet, welches als Test für die im nächsten Jahr anstehende 100 Jahr Feier der Margarethenhütte stattgefunden

hat. In 2026 feiert das Wohngebiet sein 100 jähriges Bestehen, was dann vom Verein und den Bewohner innen groß gefeiert werden wird und bei allen Beteiligten für große Vorfreude sorgt.

Wahlen

Bei den Wahlen kam es zu einem Wechsel im dreiköpfigen Vorstand. Klaus Hoffmeister stellte nach 4 Jahren ehrenamtlicher Tätigkeit seinen Posten zur Verfügung. Neu gewählt für die vakante Position wurde Dr. Annika Kruse. Die beiden weiteren Vorstände Sybille Powell und Gerhard Kerzmann wurden in Ihren Ämtern wiedergewählt. Vorher wurde noch der alte Vorstand entlastet, nachdem die beiden Kassenprüferinnen Silvia Behmenburg und Simone Petri den Antrag gestellt hatten. Nach dem turnusmäßigen Ausscheiden von Simone Petri wurde Klaus Hoffmeister als neuer Kassenprüfer gewählt.

» Nach der kurzweiligen und guten Mitgliederversammlung sieht sich die Projektgruppe Margarethenhütte e.V. gut aufgestellt.

Von Bürgerreporter
Daniela Neumann

GIESSEN/HANAU | Bei der Landesmeisterschaft Hessen in Hanau präsentierte sich die Teams von GalaxyCheer Gießen erstmals seit längerer Zeit wieder auf einer Verbandsmeisterschaft – ein wichtiger Schritt für den Verein, der in den letzten Jahren stark gewachsen ist.

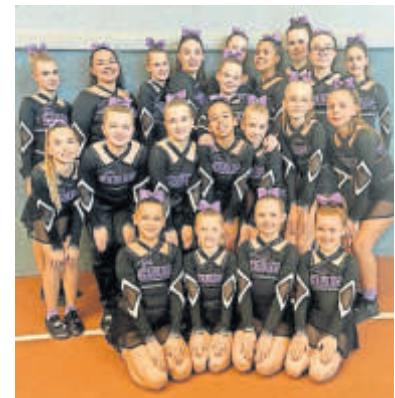
Die MilkyWays, gestartet im Small Primary Level 1, zeigten eine tolle, stabile Performance und sicherten sich direkt den Titel des Vize-Landesmeisters Hessen. Besonders beeindruckend: Viele der Athletinnen sind neu im Team und haben sich in kurzer Zeit großartig entwickelt. Für sie war es ein rundum gelungener Saisonstart.

Die CosmicForce (Youth Level 2) hatten in der Vorbereitung mit einigen krankheitsfällen und einem Ausfall zu kämpfen und konnten lange nicht voll trainieren. Trotzdem zog das Team in den letzten zwei Wochen vor der Meisterschaft noch einmal stark an und präsentierte in Hanau eine dropfreie Routine. Mit dem 6. Platz sind sie solide in die Saison gestartet – und vor allem

motiviert für alles, was jetzt noch kommt.

Beide Teams zeigen, wie sich GalaxyCheer Gießen sportlich weiterentwickelt und wie viel Potenzial im Nachwuchs steckt.

» Der Verein nimmt ab sofort wieder neue Mitglieder in allen Altersklassen und Erfahrungsstufen auf. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – für jede und jeden gibt es ein passendes Team.



Die Teilnahme zeigt, wie viel Potenzial im Nachwuchs steckt.

FOTO: DANIELA NEUMANN

ANZEIGE

Warum wird mein Haar dünner und lichter?



Schüttiges 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 Wachstums-

prozess geschuldet. Wachsen jedoch nur mehr dünne Haare nach oder werden sie spröde und brüchig, liegt die Ursache meist in einem unausgeglichenen 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 Spurenelementen 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. Bereits im Mittelalter war die Goldhirse als „Schönheitskorn“ bekannt. 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.*

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

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.

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

„Lardenbacher Bürgerliste“

Neun Ortsbeiratskandidaten stehen fest

Von Bürgerreporter
Karl-Ernst Lind

GRÜNBERG | In einer Versammlung zur Aufstellung der Kandidaten für die Wahl für den nächsten Ortsbeirat im Grünberger Stadtteil Lardenbach wurden von den Anwesenden neun Personen zur Wahl vorgeschlagen. Wie bei den bisherigen Wahlen wird es in Lardenbach auch zukünftig eine gemeinsame Liste mit dem Namen „Lardenbacher Bürgerliste“ geben.

Das bisher aus fünf Mitgliedern bestehende örtliche Gremium wird nach der Kommunalwahl am 15. März 2026 auf sieben Personen steigen. Nach der anschließend erfolgten geheimen Abstimmung werden sich die am 15. März auf dem Wahlzettel stehenden Kandidaten Christian Ruppel, Stefan Weeke, Nina Böcher, Thorsten Herdejost, Frank Pernak, Herbert Kühn, Philipp Schombert, Pia Fuchs und Michael Ruppel den Lardenbacher Bürgern um einen der sieben Sitze zur Wahl stellen.

Urbanes Grün im Fokus Wuppertal ist Europas grünste Stadt

Mit dem neuen Bericht „Top Green Cities Deutschland 2025“ veröffentlicht Husqvarna erstmals einen datenbasierten Städtevergleich zur Qualität urbaner Grünflächen in Deutschland (siehe QR-Code) und setzt ihn in den europäischen Kontext. Das Ergebnis: Drei deutsche Städte belegen die Spitzensätze im Europa-Ranking, angeführt von Wuppertal, Chemnitz und Bielefeld. Insgesamt finden sich elf deutsche Großstädte unter den zwanzig grünsten Städten Europas.

Mit 18 Städten sind in Westdeutschland die meisten Städte der Top 40 vertreten, da sich hier auch die einwohnerreichsten Städte Deutschlands befinden. 15 dieser Städte liegen über dem europäischen Durchschnitt von 46 Prozent an städtischen Grünflächen, sogar



zehn liegen über dem deutschen Wert von 50 Prozent. Spitzenreiter ist Wuppertal mit 61 Prozent, gefolgt von Bielefeld und Hagen mit jeweils 58 Prozent. Sie gehören zu den zehn grünsten Städten Deutschlands.

Seit 2019 analysiert Husqvarna Städte weltweit mit Hilfe von Satellitenbildern, AI und Open-Data-Modellen. HUGSI (Husqvarna Urban Green Space Insights) soll bei der Bewertung, Pflege und Weiterentwicklung grüner Infrastruktur helfen.



Gemeinsam genießen: ROUGETTE Raclette für besondere Momente

Es gibt kaum eine schöneren Jahreszeit als den Winter, um zusammenzukommen, zu genießen und neue Erinnerungen zu schaffen. Wenn sich Freunde und Familie um den schönen gedeckten Tisch versammeln, duftet es häufig aromatisch nach Käse und fröhlichem Miteinander – denn Winterzeit ist auch Raclette-Zeit.

Mit ROUGETTE wird das Teilen noch schöner: Würzig-pikanter Geschmack, weich geschmolzen und mit einer Note von gebackenem Käse – ideal für gemütliche Genussmomente. So entstehen kleine Pfännchen voller Geschmack, die man am liebsten gemeinsam entdeckt. Der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt – erlaubt ist, was schmeckt.

Besonders in der kalten Jahreszeit ist Raclette das perfekte Gericht, um Wärme, Geselligkeit und Genuss zu vereinen. Ob beim besinnlichen Adventsabend, dem festlichen Thanksgiving mit den Liebsten oder als kulinarisches Highlight zu Silvester – ROUGETTE Raclette sorgt für Abwechslung, bringt alle an einen Tisch und lässt das Miteinander im Mittelpunkt stehen.



Unkompliziert, lecker und voller Herz verleiht ROUGETTE Raclette jeder Runde ein besonderes Erlebnis.

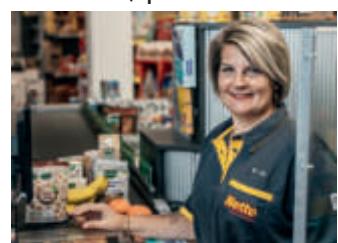
Inspiration und Rezeptideen gibt es unter www.rougette.com

Für ein solidarisches Miteinander Netto-Spendenaktion für die Tafeln

In Deutschland leben über 13 Millionen Menschen in Armut – rund 1,5 Millionen werden regelmäßig von den Tafeln unterstützt. Netto Marken-Discount setzt sich seit vielen Jahren gemeinsam mit Tafel Deutschland für diese Menschen ein. Am 1. Dezember startet der Lebensmittelhändler erneut eine bundesweite neunwöchige Spendenaktion zugunsten der Tafeln.

Bis zum 31. Januar 2026 können Kundinnen und Kunden in allen Filialen des Lebensmittelhändlers an den Kassen aufrunden und am Pfandautomaten für die Tafeln spenden. Als besondere Unterstützung verdoppelt Netto am Nikolaustag, den 6. Dezember, alle taggleichen Kundenspenden mit einer Unternehmensspende.

„Unsere Kundinnen und Kunden zeigen jeden Tag, wie viel wenige Cents bewirken können. Ihre Spenden ermöglichen konkrete Hilfe – dort, wo sie dringend gebraucht wird“, so Christina Stylianou, Leiterin der Unternehmenskommunikation bei Netto.



Punsch, winterliche Temperaturen & kalte Füße So kommt Ihre Blase gut durch die Winterzeit

Lichterglanz, Lebkuchen und frostige Temperaturen, auf den Weihnachtsmärkten hat unser Immunsystem alle Hände voll zu tun. Auch die Blase kann bei besinnlichen Stunden mit Punsch und Glühwein sensibel reagieren. Der Grund: Sinkende Temperaturen wirken auf den Körper und wir fühlen uns schneller unwohl. Damit der Weihnachtsmarkt-Bummel ohne Frösteln gelingt, heißt es gut einpacken, Füße warmhalten, regelmäßig trinken und WC-Gänge nicht aufzuschieben. So steht dem genussvol-



len Wintertag nichts im Weg – und die Blase bleibt ein entspannter Mitspieler. Viele Menschen, insbesondere Frauen, schätzen in dieser Jahreszeit Preiselbeer als natürlichen Begleiter, denn Preiselbeerextrakt trägt zum Erhalt der Harnwegs- und Blasenfunktion bei. Mit FEMANNOSE® F lässt sich dieser unkompliziert in den Alltag integrieren – ob unterwegs, beim Winterspaziergang oder zwischen Lichterglanz und Glühweinduft.

Jetzt mehr erfahren: <https://www.femalife.de/femannose/femannose-f>

Das Trinkgranulat FEMANNOSE® F mit Preiselbeer-Extrakt unterstützt gezielt Blase* und Harnwege. Es ist fruchtig im Geschmack, praktisch in der Einnahme, vegan und frei von Gluten, Laktose und Konservierungsmitteln. Jede Portion enthält 100 mg Preiselbeer-Extrakt und 2 g D-Mannose. *Der Preiselbeer-Extrakt trägt zum Erhalt der normalen Harnwegs- und Blasenfunktion bei (bei mindestens 3 Beuteln täglich).

Sprachreisen mit Jürgen Matthes Echte Erlebnisse statt Social Media

Während andere in den Ferien endlos durch Social Media scrollen, erleben Jugendliche auf den Sprachreisen von Jürgen Matthes echtes Leben, echte Menschen und echte Abenteuer. Seit über 40 Jahren steht der Name Matthes für hochwertige Sprachferien nach England – speziell für Schüler von 10 bis 19 Jahren, die ihre Englischkenntnisse verbessern und gleichzeitig unvergessliche Ferien verbringen möchten.

Untergebracht in sorgfältig ausgewählten Gastfamilien, tauchen die Teilnehmenden direkt in den britischen Alltag ein. Vormittags findet abwechslungsreicher Englischunterricht in kleinen Gruppen statt – geleitet von qualifizierten, muttersprachlichen Lehrkräften. Nachmittags und abends warten spannende Freizeitprogramme: Ausflüge nach London und Brighton, Sportturniere, kreative Workshops und gemeinsame



Warum ein Hundemantel im Winter so wichtig ist

Nicht nur ein „Mode-Accessoire“



Von
Tierheim Gießen

GIESSEN | Viele denken, dass alle Hunde von Natur aus gut gegen Kälte geschützt sind, aber das stimmt nicht ganz.

Gesundheitsvorsorge

Gerade kleine Hunde, Kurzhaar-Rassen, Senioren oder Hunde mit gesund-

heitlichen Problemen frieren im Winter schnell. Ein Hundemantel ist daher nicht nur ein „Mode-Accessoire“, sondern kann echte Gesundheitsvorsorge sein.

Ein gut sitzender Mantel hält den Körper warm und verhindert, dass der Hund durch kalten Wind oder nasses Fell auskühlt

Kurzes oder dünnes Fell, ein niedriges

Körpergewicht oder ein geschwächtes Immunsystem machen viele Vierbeiner besonders anfällig für Erkältungen und Verspannungen. Außerdem bewegt der Hund sich natürlich entspannter und hat mehr Spaß draußen, wenn er nicht friert – selbst bei Minusgraden.

» Kurz gesagt: Ein Hundemantel kann im Winter ein echter Lebensqualitäts-Booster sein!



Hund mit Mantel. FOTO: TIERHEIM GIESSEN

Leben mit Multiplem Myelom Wie finde ich den eigenen Weg bei einem Rückfall?

Das Multiple Myelom ist eine seltene, aber ernste Krebserkrankung des Knochenmarks. Die Symptome, wie Müdigkeit, Schwäche oder Knochenschmerzen, sind oft unspezifisch, weshalb die Diagnose häufig zufällig kommt. Rückfälle gehören zur Erkrankung dazu und können eine zusätzliche Belastung sein. Gerade in diesen Momenten ist es wichtig, aktiv zu bleiben und Zuversicht zu bewahren. Mit der richtigen Unterstützung und einem positiven Blick nach vorne können Betroffene ihren Weg zurück zu sich selbst finden.

Neue Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ unterstützt Betroffene und Angehörige

GSK hat die Initiative „ZURÜCK ZU DIR“ ins Leben gerufen, um Menschen mit Multiplem Myelom bei



Foto: Monkey Business Images/
shutterstock.com

Rückfallen zu begleiten und zu stärken. Ein zentrales Element ist ein Kartenset mit wertvollen Tipps und alltagstauglichen Anregungen, inspiriert von Patient*innen, Ärzt*innen und Psycho-Onkolog*innen. Das Ziel: Mut machen und dabei un-



reiche Informationen und aktuelle Inhalte direkt aufs Handy zu erhalten.

Erfahren Sie alles über „ZURÜCK ZU DIR“ und informieren Sie sich über unsere Kanäle – jetzt auf Halt-bei-Krebs.de.

NP-DE-MMU-ADVR-250003; 11/2025

ANZEIGE

Not“fellchen“

Tiervermittlung



Von Bürgerreporterin
Ilse Toth

HEUCHELHEIM | Das Leben hat aus Pipo und Bruder Pompon vorsichtige Katzen gemacht. Sie haben die Menschen als Wesen kennen gelernt, die sie gejagt, mit Wasser besprüht haben und ihnen das Leben – was auf der Strasse ohnehin schwer für die Tiere ist, noch schwerer gemacht. Flucht und verstecken war ihre Lebensgarantie! Auf ihrer Pflegestelle waren sie unsichtbar, nur an der leeren Futterschüssel und der benutzten Toilette wusste man, dass sie in einem Versteck Zuflucht gesucht hatten. Langsam, sehr langsam werden sie mutiger und sind auch immer mehr sichtbar in der Wohnung. Es ist eine Aufgabe, aus den Angstkatzen lebensfrohe Katzen zu machen! Viel Geduld, Ruhe, Zeit und Verständnis wird nötig sein, bis dies gelungen ist! Wir wissen aus Erfahrung, dass es bei den richtigen Menschen gelingen wird. Und diese richtigen Menschen suchen wir.

» Kontakt und weitere Informationen unter www.tieroase-heuchelheim.de, iluja@gmx.de, Tel. 01782189491



Pipo und Pompon.

FOTO: ILSE TOOTH

Deutschlands Sonderweg:

Eine verpasste Chance für die Reduzierung von Gesundheitsrisiken

In der Debatte, wie sich die Gesundheitsrisiken des Rauchens verringern lassen, rückt eine Produktkategorie in den Mittelpunkt: Nicotine Pouches, mit denen Deutschland einen regulatorischen Sonderweg geht. Die kleinen, tabakfreien Beutel werden zur Nikotinaufnahme unter die Oberlippe gelegt. Da sie ohne Verbrennungsprozess auskommen, entsteht kein schädlicher Rauch. Damit stellen sie für erwachsene Raucherinnen und Raucher eine potenziell risikoreduzierte Alternative zur Zigarette dar.

Während die Produkte in vielen europäischen Ländern Teil der Strategie zur Risikoreduzierung für Raucherinnen und Raucher sind, werden seit 2021 die Produkte hierzulande von einigen Behörden als neuartige Lebensmittel eingestuft, was zu einem faktischen Verkaufsverbot führt.

Das Beispiel Schweden zeigt aber, welches Potenzial eine andere Heran-

gehensweise bietet. Durch die breite Akzeptanz und Verfügbarkeit von rauchfreien Alternativen wie Nikotinbeuteln hat Schweden mit nur noch rund fünf Prozent die niedrigste Raucherquote in der EU. Das Land steht kurz davor, als „rauchfrei“ zu gelten.

Schadensminimierung als Gebot der Vernunft

British American Tobacco (BAT) setzt sich für eine deutsche Neubewertung und eine wissenschaftsbasierte Regu-



Foto: Andrey Popov/iStock by Getty Images

lierung ein. „Wir treiben den Wandel hin zu einer rauchfreien Welt aktiv voran. Dazu gehört, erwachsenen Raucherinnen und Rauchern eine Auswahl an potenziell risikoreduzierten Alternativen zur Zigarette anzubieten“, so Eduardo Borja Veiga, General Manager von BAT in Deutschland.

Das Prinzip der Risikoreduzierung (Harm Reduction) ist ein anerkannter Ansatz in der Gesundheitspolitik. Bei der Risikoreduzierung für Raucherinnen und Raucher geht es darum, Rauchende, die sonst weiterrauchen würden, zum vollständigen Umstieg auf alternative Produkte mit geringerem Risiko zu ermutigen. „Eine spezifische Regulierung für Nikotinbeutel würde nicht nur den derzeit unkontrollierten Schwarzmarkt beenden, sondern auch erwachsenen Rauchern eine geprüfte und kontrollierte Alternative zugänglich machen. Es ist an der Zeit, die Debatte neu zu führen.“

Ihr Wohlbefinden beginnt jetzt!

10er-Karte Fitness & Wellness für nur 99 Euro

LOLLAR | Gönnen Sie sich eine Auszeit oder schenken Sie Ihren Liebsten ein besonderes Erlebnis – jetzt mit vielen aufregenden Neuheiten im Lahnpark Vital!

Mit unserer 10er-Karte Fitness & Wellness profitieren Sie von maximaler Flexibilität und einer einzigartigen Kombination aus Aktivität, Regeneration und modernster Trainingsinnovation – und das alles zu einem unschlagbaren Preis von nur 99 Euro.

Neu in diesem Jahr – noch mehr Erlebnis, noch mehr Fortschritt:

- Neue große Trainingsfläche mit modernen Booty- & Beingeräten
- Exklusive HYROX-Zone: funktionelles Training wie die Profis
- Neue Vitallounge mit – EMS-Beckenbodenstuhl für effektives Beckenbodentraining – Lymphdrainage-Boots für schnelle Regeneration
- 24/7 geöffnet – trainieren, wann immer Sie möchten
- Neue leistungsstarke Klimaanlage für ein noch angenehmeres

Trainingsklima

- Innovative Diagnostik mit dem revolutionären MeScan – körperliche Werte so präzise wie nie

Das bietet die 10er-Karte:

- 10 flexible Einheiten – frei nutzbar für Fitness, Wellness oder beides
- Zugang zu modernsten Geräten, Kursen & unserer Wellnesslandschaft
- Einlösbar für die neuen Highlights im Trainings- & Regenerationsbereich
- Limitiertes Angebot – nur 1x pro Person
- Nur bis 24. Dezember erhältlich – ideal als Weihnachtsgeschenk!

Warum Fitness & Wellness im Lahnpark Vital?

Fitness auf höchstem Niveau:

- Modernste Geräte & neue Trainingsbereiche
- Individuelle Betreuung & Trainingspläne
- Effektives Training für jedes Ziel



FOTO: LAHN PARK VITAL

Wellness & Regeneration:

- Erholung in unserer Saunalandschaft
- Entspannung in Ruhezonen
- Lymphdrainage-Boots und EMS-Beckenbodenstuhl neu im Angebot

Jetzt zugreifen – nur bis 24. Dezember!

Sichern Sie sich Ihre 10er-Karte direkt im Lahnpark Vital oder in unserem Online-Shop (dafür einfach QR-Code scannen) Rufen Sie uns an unter 06406-909290 oder schreiben Sie uns per WhatsApp an 01523-4746786.

» Starten Sie fit, entspannt und voller Energie ins neue Jahr – oder schenken Sie Wohlbefinden an Ihre Liebsten!

Komfort & Flexibilität:

- 24/7 Öffnungszeiten
- Keine langfristigen Verpflichtungen
- Für jede Trainings- und Alltagsroutine passend



DIREKT
ONLINE
KAUFEN

Hello

CHRISTMAS

10ER KARTE FITNESS & WELLNESS

99€ statt 219€



Angebot gültig bis 24.12.

NORMA®

Mehr fürs Geld. zu Weihnachten

ab Montag, 8. Dezember



Äpfel vom Bodensee
Deutschland, Friedrichshafen
Kl. I, Sorten: Elstar, Braeburn oder Jonagold, große Früchte,
Kal. 75/85 + 80/90 mm,
je 2,5 kg (1 kg = 1,04)

große Früchte!

2,5 kg!
2,59*



(Abbildung ähnlich)

Clementinen mit Blatt Spanien –
Premium Sorten leicht schälbare, ausgewählte
Früchte.
je 2 kg
(1 kg = 2,-)

2 kg!
3,99*



(Abbildung ähnlich)

Mini Pflaumen Rispen-
tomaten Niederlande
Kl. I, Sorte: Anizella,
je 750 g (1 kg = 4,44)

750 g!
3,33*



(Abbildung ähnlich)

Energizer Batterien
Bonuspack CR
2032 AA je 6 Stück, oder AAA je 8 Stück
+ 4 Stück gratis

UVP 11,89
3,99*
66% billiger



BIS ZU 66% SPAREN



Coral-Fleece-Bettwäsche

Kissen ca. 80 x 80 cm, Bezug ca. 135 x 200 cm

- 100 % Polyester • Pflegeleicht
 - Mit SBS-Markenreißverschluss
 - Besonders angenehme und weiche Qualität
 - Mit Antistatik-Ausrüstung
- je Bettwäsche

15,99*

Auch online



9,99*

ca. 90–100 x 200 cm

ca. 140–160 x 200 cm

ca. 180–200 x 200 cm

11,99*

14,99*

Nicki-Velours-Spannbetttuch
in 3 Größen • 100 % Polyester

- Antistatik-Ausrüstung
- Steghöhe ca. 30 cm



* Keine Mitnahmegerät! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung. **Gültig für Nutzer der NORMA Plus App. Nur in der Filiale einlösbar. Es gelten die Bedingungen in der NORMA Plus App.

24 Artikel mit „Auch online“ sind ab sofort in dieser oder anderer Ausführung unter www.norma24.de bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)

ÖKO-TEST



Feine Nürnberger Oblaten-Lebkuchen
Bitterschokolade
je 200 g (1 kg = 11,45)

Preis-Leistungssieger!



Ständig im Sortiment
2,29

2X ÖKOTEST SEHR GUT!



Backpapier-
Zuschnitte
je Packung

NORMA®

www.norma-online.de

50/25

ÖKO-TEST
MULTITEC Backpapier-
Zuschnitte
-,95
sehr gut

ÖKO-TEST Magazin 12/2025

Steppweste „Maxi“ extra-lang für Damen • 100 % Polyester
• Leicht tailliert • Wasserabweisendes Obermaterial durch BIONIC® FINISH ECO
• Wärmend und windabweisend
• Größen S (36/38) – XL (48/50)
je Steppweste **24,99*** NEU

Schlaf-/Hausanzug „supersoft“ mit Knopfleiste,
für Damen • 100 % Polyester
• Oberteil mit Reverskragen und durchgehender Knopfleiste
• Hose mit elastischem Bund
• Größen S (36/38) – XL (48/50)
je Hausanzug **12,99*** NEU

SANTOSINI XXL-Mikrofaser-Badteppich
ca. 80 x 140 cm • 100 % Polyester
• Samtweicher Flor • Saugfähig und schnell trocknend
• Flusenfrei • Mit rutschhemmender Unterseite
je Ausführung **16,99*** ca. 140 cm NEUES Motiv

WC-Sitz 3-seitig bedruckt mit Absenkautomatik und Schnellverschluss
• Passend für alle handelüblichen WC-Becken
• Inkl. Montagematerial
• Aus hochwertigem, kratzfestem Duplast-Material
3 Jahre Garantie je WC-Sitz **19,99***

ÖKO-TEST
Goldene Feine Nürnberger Oblaten-Lebkuchen Bitterschokolade, s.g.a.
sehr gut

Feine Nürnberger Oblaten-Lebkuchen Bitterschokolade
je 200 g (1 kg = 11,45)

Ständig im Sortiment
2,29

ÖKO-TEST
MULTITEC Backpapier-Zuschnitte
-,95
sehr gut

Ständig im Sortiment
2,29

ÖKO-TEST
MULTITEC Backpapier-Zuschnitte
-,95
sehr gut