



Ostereier färben

Kinderleicht mit Naturfarben



Die Farben zum Eierfärben
können selbst hergestellt werden.
Lesen Sie mehr auf Seite 2.

Foto: pixabay.com/ak-o



Ostereierfärben ist ein Spaß für die ganze Familie.

Foto: pixabay.com/ak-o

Ostereier färben

Kinderleicht mit Naturfarben

(AK-O). Das Osterfest naht und zu Hause wird farbenfroh dekoriert – bunte Ostereier gehören einfach dazu! Es ist ein schöner Brauch, diese zu färben und zu verzieren, um die Ostertafel zu schmücken oder sie im Garten zu verstecken, der richtig Spaß machen kann. Ob gefärbt oder bemalt – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt – jeder kann sich hier austoben.

Viele Familien erinnern sich an alte Traditionen und färben die Eier wie ihre Mütter und Großmütter mit natürlichen Farbstoffen. Das ist nicht schwer – Pflanzen, Gemüse, Kräuter und Tees aus Küche und Garten können dazu verwendet werden. Die Färbungen sind oft nicht so intensiv, aber dafür frei von Zusatzstoffen, die in Lebensmittelfarben enthalten sind, und es ist kinderleicht.

Vorbereitungen

Verwenden Sie Eier aus dem Bioladen. Die Schale der Eier von freilaufenden Hühnern ist härter, daher zum Färben besser geeignet. Reinigen Sie die Eier vor dem Färben mit Essigwasser, damit sie die Farbe besser annehmen. Weiße Eier eignen sich für hellere Farbtöne, braune Eier intensivieren die dunkleren Farbtöne. Pieksen Sie die Eier vor dem Kochen nicht an, so gelangt keine Farbe ins Innere und die Eier sind länger haltbar. Damit sie beim Kochen nicht aufplatzen, am besten vor dem Kochen einige Stunden bei Zimmertemperatur aufbewahren.

Farbsud erstellen

Der Sud von frischen Pflanzen, Tee, Kaffee oder Gemüse kann sofort

verwendet werden. Rinden, Blätter und Beeren sollten erst einige Stunden einweichen und dann mindestens 30 Minuten aufgekocht werden. Rote Farbe mit Rote Bete oder blaue Farbe mit Blaukraut: 500 g des frischen, klein geschnittenen Gemüses in einem Liter Wasser für 30 bis 40 Minuten kochen. Anschließend das Färbewasser durchsieben.

Gelbe Farbe mit Kurkuma oder Safran: 3 bis 4 Teelöffel für 30 Minuten in einem Liter Wasser einweichen und anschließend 30 Minuten kochen lassen.

Grüne Farbe mit Holunderbeeren: 100 Gramm in einem Liter Wasser zwei Stunden einweichen und danach 30 bis 60 Minuten kochen. Anschließend das Färbewasser durchsieben.

Braune Farbe mit schwarzem Tee: 100 g Tee mit 1 Liter Wasser aufko-

chen, ca. 1/2 Stunde ziehen lassen, danach die Teeblätter abgießen.

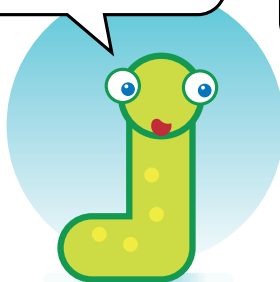
Eier färben

Kochen Sie die Eier 10 Minuten und schrecken Sie sie danach mit kaltem Wasser ab. Die Eier sollten mindestens eine halbe Stunde in dem erkalteten Farbsud liegen. Zwischendurch die Eier mit einem Löffel herausheben und die Farbintensität prüfen. Um einen kräftigeren Farbton zu erhalten, ist bei manchen Farben eine Färbedauer von ein bis drei Stunden notwendig. Ein Farbbad über Nacht intensiviert das Ergebnis. Ist die gewünschte Färbung erreicht, Eier zum Trocknen auf ein Küchentuch legen. Für einen intensiven Glanz reiben Sie die Eier mit einem in Pflanzenöl getunkten Tuch ein oder verwenden Sie eine Speckschwarte.

Die Maade aus Südhessen...

Osterferien...

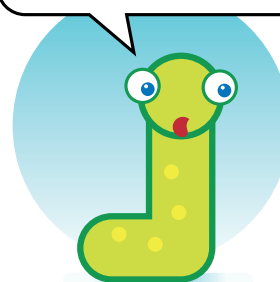
Un? Was machst du so in de Ferien?



Ei nix. Ich würd lieber weiter in die Schul gehn...



Wir haben uns früher über die Ferien gefreut.



Nach 2 Jahrn hab ich die Naas von Ferien voll!





Verlorenes Ei kann man in verschiedenen Variationen zubereiten.

Verlorene Eier Joinville mit buntem Gartensalat

Osterküche

Verlorene Eier, auch als pochierte Eier bekannt, werden ohne Schale in siedendem Wasser sanft gegart. Gerne werden sie zu Spinat serviert und sind damit ein tolles Osteressen. Klassisch sind auch Rezepte mit Kartoffeln und einer Béchamel- oder Senfsauce. Für mein Rezept probiere ich mal eine etwas andere Variante, nämlich Verlorene Eier Joinville, auf runden Croutons mit Garnelenschwänzen und Garnelensauce. Da es für dieses Rezept keine vegetarische oder vegane Alternative gibt, serviere ich einen bunten Gartensalat dazu.

Für die Garnelensauce die Garnelen von der Schale lösen und kaltstellen. Karotte, Sellerie und eine Knoblauchzehe schälen und klein schneiden. Lauchzwiebel klein schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Die Garnelenschalen und das Gemüse andünsten. Knoblauch, Lorbeerblatt und Tomatenmark dazugeben und weiterbraten, bis sich am Topfboden ein Bratensatz bildet. Mit einem Schuss Weinbrand oder Cognac, Wein und Fischfond ablöschen und einköcheln. Sahne dazugeben und weiterköcheln. Dann die Sauce durch ein Sieb passieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit einem Pürierstab etwas aufschäumen. Die Garnelen mit et-

was Öl und einer Knoblauchzehe in einer Pfanne anbraten. > Für den Salat zwei Karotten schälen und fein raspeln. Die Tomaten in kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln in Röllchen schneiden. Öl, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer in einer Schüssel zu einem Dressing verrühren. Salatblätter, Möhrenraspel, Tomaten und Frühlingszwiebel unterheben. > Für die verlorenen Eier Wasser auf 80° C erhitzen. Etwas Essig ins Wasser geben. Die Eier einzeln in eine Schöpfkelle aufschlagen und vorsichtig ins Wasser gleiten lassen. Das Eiklar sollte den Dotter umhüllen. Nach drei bis vier Minuten die pochierten Eier herausnehmen, abschrecken und vorsichtig zum Abtropfen auf Küchenpapier legen. Mit einem Ausstecher aus vier Toastscheiben runde Plätzchen ausstechen. Den restlichen Toast in Würfel schneiden. Pfanne mit Knoblauch ausreiben und etwas Öl darin erhitzen. Die Toastscheiben und die Würfel von allen Seiten in der Pfanne kurz anrösten. Auf je eine Toastscheibe ein pochiertes Ei legen, mit etwas Garnelensauce beträufeln und je zwei gebratene Garnelen darauf anrichten. Die Toastwürfel über den Salat geben und zum Gericht reichen. Dazu passt ein Glas Weißwein.

Foto: Freepik

Einkaufszettel für 4 Personen

4 frische Eier
Essig
4 Scheiben Toast
8 Garnelen mit Panzer
(frisch oder TK)
1 Lauchzwiebel
1 Karotte
kleines Stück Knollensellerie
2 Knoblauchzehen
50 g Butter
1 Lorbeerblatt
1 EL Tomatenmark
1 Schuss Weinbrand
oder Cognac
250 ml Weißwein
400 ml Fischfond
1 Becher Sahne
Olivenöl
Salz, Pfeffer

Für den Salat

Gemischte Salatblätter
2 Karotten
2 Tomaten
2 Lauchzwiebeln
Essig, Öl
Salz, Pfeffer
Prise Zucker



Grafik: freepik.com/vecteezy.com

DEIN ALTER NERVT?

Dann ist es höchste Zeit
für einen neuen Job bei Mission Leben!

Für unser Altenpflegeheim
Haus Priska in Dieburg suchen wir

Pflegeschulung

in Voll- oder Teilzeit (m/w/d)

sowie

Hauswirtschaftskräfte

in Teilzeit (m/w/d)



Unser Haus Priska in Dieburg:

- individuelle Arbeitszeiten möglich
- offen für Mitgestaltung und Ideen
- junge Einrichtung mit wohnlichem Charakter
- wenige Minuten zu Bahnhof und Innenstadt



Komm' jetzt zu Mission Leben!

Wir bieten Dir einen sicheren Arbeitsplatz,
der zu Deinem Leben passt.

Bewerbungen gerne direkt über www.mission-leben.de/jobs.

Kontakt für Rückfragen: Einrichtungsleiterin Jutta Schmidt
im Haus Priska, Tel.: 06071 – 4998-0, Albinstraße 1, 64807 Dieburg.

www.mission-leben.de

Im Verbund der
Diakonie

Osterbräuche und ihre Bedeutung

Hätten Sie's gewusst?



Ein klassisches Spinatgericht –
gemeinsam mit Kartoffeln und Ei.

Fotos: Pixabay

An Gründonnerstag gibt's Spinat

Ein alter Brauch besagt, dass an Gründonnerstag grünes Gemüse wie Grünkohl, Salate, Nessel, junge Triebe und grüne Kräuter gegessen werden sollen. Der Brauch steht im Einklang mit den Fastenvorschriften der Karwoche. Das Essen von grünem Gemüse und Kräutern soll Kraft und Heilung bringen. Im Gegensatz zu früheren Zeiten ist der Spinat heute vermutlich das am einfachsten zu kochendem grünem Gemüse, da er tiefgekühlt und küchenfertig nur erwärmt werden muss. Dazu Kartoffeln, ein Spie-

gelei und fertig ist das Essen. Für alle Spinatmuffel hier noch einige leckere grüne Alternativen: Wie wäre es mit einer Kräutercrèmesuppe, einem knackigen grünen Salat oder einer Gemüsequiche mit Brokkoli, Zucchini und grüner Paprika? Die Fleischesser müssen es eben mit den Schwaben halten: Am Gründonnerstag das Fleisch einfach in der Maultasche, dem sogenannten „Herrgottsbscheißerle“, verstecken.

Das Schweigen der Glocken

Am Karfreitag schweigen vielerorts die Kirchenglocken. Sie verstum-

men mit dem Gründonnerstagsgottesdienst zur Feier des letzten Abendmahls und läuten erst wieder am Ende der Osternacht. Zum Gottesdienst rufen stattdessen sogenannte Ratschen. Das sind hölzerne Lärminstrumente die auch als Raseln, Schnarren, Rappeln, Rappeln und vielen anderen Bezeichnungen bekannt sind. Durch Drehung schleifen federnde Holzblätter an holzbezahnten Walzen entlang und verursachen dadurch ein klapperndes Geräusch. Es gibt sie als kleine Handratschen, aber auch als große Ratschenwagen. In vielen Gemein-

den laufen die Ministranten damit durchs Dorf und rufen die Gemeinde zum Gottesdienst. Je nach Größe und Schnelligkeit der Drehung können die Instrumente ganz schön laut werden. Von den Ratschen abgesehen ist der Karfreitagsgottesdienst aber eher still. Es ertönen weder Orgel noch Instrumente, Chor und Gemeinde singen a cappella. Die Kirche und der Altar sind schmucklos, ohne Kerzen, Blumen und Altartücher. Die Flügelaltäre sind geschlossen und zeigen nur die schlicht gestalteten Außenseiten der Türen.



Traditionell schweigen am Karfreitag vielerorts die Kirchenglocken.



Zusätzliche Unterkunft für Geflüchtete im LaDaDi

Unterkunft in Pfungstadt bezugsfertig

DARMSTADT-DIEBURG (PM). Der Krieg in der Ukraine zwingt viele tausend Menschen in die Flucht. Sie suchen Schutz und Hilfe, auch im Landkreis Darmstadt-Dieburg. Diese Aufgabe nehmen der Kreis und die 23 Kommunen natürlich an. Nach der Halle in Weiterstadt, die am 18. März mit den ersten Geflüchteten belegt wurde, sollen ab heute (07.) circa 80 Menschen aus der Ukraine in die ehemalige Impfbulanz in Pfungstadt einziehen. Die Zuweisung des Landes Hessen, die immer donnerstags stattfindet, sieht für den Kreis am heutigen Donnerstag insgesamt 139 Zuweisungen vor. Die anderen Geflüchteten werden in anderen Unterkünften im Kreis und in Wohnungen untergebracht.

In einem gemeinsamen Kraftakt mehrerer Fachbereiche wurde auch das Gebäude in Pfungstadt zu einer Unterkunft ertüchtigt. „Die Kolleginnen und Kollegen des der Allgemeinen Verwaltung und des DaDi-Werkes haben auch jetzt wieder hervorragende Arbeit geleistet und innerhalb kurzer Zeit ein Ort für die Menschen aus der Ukraine geschaffen, die vor dem abscheulichen Krieg fliehen“, so Landrat Klaus Peter Schellhaas und der Erste Kreis-

beigeordnete Lutz Köhler. Innerhalb von drei Wochen wurde das Gebäude zu einer Unterkunft umgebaut. „Anders als in Weiterstadt können wir hier die Menschen in Zimmern unterbringen. Damit können wir den Geflüchteten mehr Privatsphäre bieten. Aber auch die Unterkunft in Pfungstadt soll nur eine Heimat auf Zeit sein. Wir verfolgen nach wie vor das Ziel, die Geflüchteten in Wohnungen zu vermitteln“, sagt Sozial- und Jugenddezernentin Christel Sprößler.

Das Gebäude in Pfungstadt bietet Platz für rund 270 Menschen. Insgesamt sind bisher gut 2.000 ukrainische Flüchtlinge im Landkreis registriert. Einige davon haben Schutz bei Freunden und Verwandten gefunden, andere befinden sich auf der Durchreise. 113 Menschen (Stand: 7. April) sind derzeit in der Halle in Weiterstadt untergebracht, 36 im Kreisjugendheim in Ersthofen und 36 in der Gemeinschaftsunterkunft in Reinheim. Private Wohnungsangebote werden weiterhin dezentral organisiert. „Ohne die gute und enge Zusammenarbeit mit unseren 23 Kreiskommunen könnten wir diese Mammutaufgabe nicht bewältigen“, erklärt Sprößler.

„Aber auch ohne die Solidarität und Hilfsbereitschaft der Menschen im LaDaDi geht es nicht. Die Beteiligung der Bürgerschaft ermöglicht es, den Menschen aus der Ukraine neben einer Unterbringung auch ein Ankommen im Alltag zu gewährleis-

ten. Die zahlreichen Asylkreise, die Kinder- und Jugendförderungen der Städte und Gemeinde, Vereine, Initiativen und Privatpersonen unterstützen den LaDaDi seit Wochen – dafür herzlichen Dank“, ergänzen Sprößler, Köhler und Schellhaas.

ANZEIGE

Lymphödeme? Schwellungen bei Venenleiden? Hilfe durch adaptive Kompression

(mbm/me) Schwere Beine, Spannungsgefühle und Schmerzen? Ein ausgeprägtes Venenleiden, das offene Bein (Ulcus cruris venosum) oder eine eingeschränkte Funktion des Lymphsystems sind häufige Gründe für Schwellungen. Die Ödeme können mit adaptiven (= anpassbaren) circaid Kompressionsversorgungen von medi entlastet werden. Dann fühlen sich die Beine wieder entspannter an.

Die Unterschenkel-Kompressionsversorgung circaid juxtalite kommt beim venösen Ödem und zur Behandlung beim offenen Bein zur Anwendung. Das Kompressionssystem circaid juxtafit zur Entlastung von Lymphödem ist für den Ober- und Unterschenkel sowie für den Arm erhältlich. Neben dem Pflegepersonal oder Angehörigen können auch Patienten, deren Beweglichkeit es erlaubt, das Kompressionssystem selbstständig anlegen. Die circaid Kompressionsversorgung ist auch mit Schuhen anwendbar – das fördert die Mobilität im Alltag.

Der Arzt legt den therapeutisch notwendigen Kompressionsdruck der circaid Versorgung fest. Dieser wird mit einer Messkarte, dem circaid Built-In-Pressure System, korrekt und einfach eingestellt. Die circaid Kompressionsversorgung kann jederzeit selbstständig abgenommen, wieder angelegt und nachjustiert werden. (1) Der Kompressionsdruck bleibt während der Tragedauer konstant, (2) die Versorgung sitzt korrekt und rutscht nicht. So wird die Rückbildung des Ödems optimal gefördert. circaid Kompressionsversorgungen sind atmungsaktiv, das geruchshem-



mende Material mit antibakteriellem Effekt ist geeignet für Waschmaschine und Trockner. Ist das Ödem entlastet, folgt die Erhaltungsphase mit medizinischen Kompressionsstrümpfen (beispielsweise mediven von medi).

Die adaptiven Kompressionsversorgungen können bei medizinischer Notwendigkeit vom Arzt verordnet werden. Sie sind im medizinischen Fachhandel erhältlich.

**Anforderung Infomaterial
medi Verbraucherservice**
Telefon 0921 912-750
E-Mail verbraucherservice@medi.de
Download unter:
www.medi.de/service/infomaterial
Surftipp
www.medi.biz/circaid

Quellen: (1) Rabe E et al. S2k-Leitlinie: Med. Kompressionstherapie d. Extremitäten mit Med. Kompressionsstrumpf (MKS), Phlebologischem Kompressionsverband (PKV) und Med. adaptiven Kompressionssystemen (MAK). <https://www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/037-005.html> (Letzter Zugriff 15.03.2022) | (2) Pannier F et al. S2k-Leitlinie: Diagnostik und Therapie der Varikose. www.awmf.org/leitlinien/detail/ll/037-018.html (Letzter Zugriff 15.03.2022) | **Zweckbestimmungen:** circaid® Beinversorgungen: Die Kompressionsversorgung dient bei Patienten mit Venen- und Lymphkrankungen zur Kompression des Beins. I circaid® juxtafit® essentials Arm: Die Kompressionsversorgung dient bei Patienten mit Venen- und Lymphkrankungen zur Kompression des Arms.

Sonnige Aussichten für Privatanleger

Green Bonds: So können auch Durchschnittssparer vom Solarboom profitieren

(djd-p). Die Bundesregierung will den Ausbau der Versorgung mit Ökostrom massiv und nun unter hohem Zeitdruck forcieren. Eine zentrale Rolle wird die Solarenergie spielen. Sie erweist sich gerade aktuell als Fels in der Brandung und verlässlicher Partner für große Industrieunternehmen und Haushalte. Die großen Player am Energiemarkt sind ständig auf der Suche nach Solarparks, um der Nachfrage nachzukommen. Von diesem Boom konnten bislang vor allem Großinvestoren und vermögende Privatanleger profitieren, „normalen“ Sparern fehlen meist die Mittel für den Einstieg in den krisenresistenten Markt. Die gute Nachricht: Nun können auch Durchschnittssparer an diesem Markt partizipieren, und zwar über entsprechende Unternehmensanleihen. Die EUSOLAG European Solar AG etwa baut einen renditestarken Solarparkbestand mit



Foto: djd/EUSOLAG/Getty Images/Adam Smigajski

langfristigen Abnahmeverträgen mit großen europäischen Energiekonzernen wie RWE, Uniper, Vattenfall und Axpo auf. Die zugehörige, als Green Bond zertifizierte Obligation (WKN: A3MQYU) hat eine Laufzeit von fünf Jahren und eine jährliche Verzinsung von 6,25 Prozent, zu beziehen bei der jeweiligen Hausbank oder direkt über die Börsenplätze in Frankfurt, Düsseldorf und München sowie über die von institutionellen Investoren genutzte Bond Port Plattform der Schweizer Bank UBS.

Anzeige

Einladung zum Osterkaffee

Zwei tolle Rezepte zum Nachbacken

Ostern steht vor der Tür und wir freuen uns schon jetzt auf eine gemütliche Kaffeetafel mit Freunden und Familie. Auf den Kaffeetisch gehören traditionell natürlich Klassiker wie Osterbrot, Osterlamm, Rübliorte und Rosinenbrötchen. Zwei dieser leckeren Backwerke stelle ich euch hier in unserer Frühlingsküche vor: Das klassische Osterbrot mit Mandeln und Rosinen und eine Rübliorte mal anders, nämlich mit Frischkäse. Damit auch Veganer diese leckeren Köstlichkeiten zu Ostern genießen können, sind in Grün die veganen Alternativzutaten aufgeführt.

Klassisches Osterbrot mit Mandeln und Rosinen

Für den Teig aus Mehl, Butter, Zucker, Eiern, Trockenhefe und lauwarmer Milch einen Hefeteig herstellen. Mit einem Geschirrtuch abdecken und gehen lassen, bis der Teig auf die doppelte Menge aufgegangen ist. Dann noch einmal gut durchkneten. Wenn nötig etwas mehr Mehl einarbeiten, der



Teig sollte geschmeidig sein. Für die Füllung die Rosinen, Mandeln, Butter und Zucker verrühren. Den Hefeteig in drei gleichgroße Stücke teilen und anschließend ausrollen. Die Füllung in der Mitte gleichmäßig verteilen und dann alle drei Teigstücke von der Längsseite her zusammenrollen. Dann aus diesen drei Strängen vorsichtig einen Zopf flechten und diesen nochmals für eine halbe Stunde gehen lassen. Dann ein Ei mit der Milch mischen und das Osterbrot damit bestreichen. Bei 175° C etwa 60 Minuten backen. Das Brot aus dem Ofen nehmen. Den Saft von 1–2 Orangen auspressen, erhitzen und den Puderzucker darin auflösen. Die Mischung über das Brot gießen und

sofort mit den gehobelten Mandeln bestreuen.

Rübliorte mal anders

Frischkäsetorte mit Karotten Für den Boden die Butter schmelzen und die Kekse fein zerbröseln. Beides in einer Schüssel gut mischen und dann fest in eine gefettete Springform drücken. Die Form für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen. Für die Creme zuerst die Karotten schälen und fein raspeln. Die Sahne nach Packungsangabe mit dem Sahnesteif aufschlagen. Danach den Frischkäse mit dem Zucker, dem Vanillezucker und dem Orangensaft vermischen und die Sahne unterheben. Die Mischung in die Springform füllen und für eine weitere Stunde in den Kühlschrank stellen. Die Torte vorsichtig aus der Form lösen und nach Belieben verzieren, z. B. mit Marzipanrübli oder Schokoladeneiern. Osterbrot und Frischkäsetorte auf dem Kaffeetisch anrichten und bei einer Tasse Kaffee oder Tee genießen. Mahlzeit!

Foto: Pixabay



Einkaufszettel für das Osterbrot

Für den Teig:

- 500 g Mehl
- 125 g zerlassene Butter (Alsan)
- 100 g Zucker
- 3 Eier (3 TL Sojamehl)
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1/4 Liter Milch (Hafermilch)

Für die Füllung/ zum Bestreichen:

- Rosinen
- 150 g gemahlene Mandeln
- 50 g gehackte Mandeln
- 50 g zerlassene Butter (Alsan)
- 70 g Zucker
- 1 Ei (Veganer lassen es weg)
- Etwas heiße Milch (Hafermilch)

Für die Glasur:

- 200 g Puderzucker
- 50 g gehackte Mandeln
- 1 Ei (Veganer lassen es weg)
- 50 g zerlassene Butter (Alsan)
- 1–2 Orangen
- gehobelte Mandeln

Einkaufszettel für die Torte

Für den Boden:

- 200 g Kekse
- 100 g Butter (Alsan)

Für die Creme:

- 250 g Frischkäse (Sojacreme)
- 250 g Sahne (Hafersahne)
- Sahnesteif
- Saft von 2 Orangen
- 100 g Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 2–3 Karotten

Für die Deko:

- Marzipanrübli/ Schokoladeneier

Warum bringt der Hase die Ostereier ...

... und nicht das Huhn?

Ungefähr seit dem Jahr 1678 gibt es in Deutschland einen alten Brauch: An Ostern gehen alle Kinder auf die Feldwiesen und in die Gärten und suchen nach Ostereiern. Dabei sieht man oft Hasen, denn Hasen leben in Feldwiesen. Hühner sieht man dort selten, denn die leben

meist auf dem Bauernhof. Deshalb die Vermutung, dass die Hasen die Eier versteckt haben müssen.

Es gibt auch noch eine zweite Erklärung. Die hängt mit dem kirchlichen Osterfest zusammen. An Ostern feiern christliche Menschen

das Leben von Jesus Christus. Zu diesem Fest wurden früher die Kirchen mit Bildern geschmückt. Auf die Bilder wollten die Maler eigentlich das Leben malen. Aber sie wussten nicht, wie. Deshalb malten sie Hasen und Eier, als Zeichen für das Leben. Sie malten Hasen, weil

die jedes Jahr ganz viele Hasenkinder bekommen. Eier malten sie, weil daraus neues Leben schlüpft. Vielleicht weil auf den Bildern immer nur Hasen mit Eiern, aber nie Hühner zu sehen waren, bringt nun der Osterhase die Eier.

Foto: Pixabay



Moderatorenteam
Philipp Bächstädt
und Anke Seeling

Das Wichtigste aus Rhein-Main immer IM BLICK.

Fakten.
Hintergründe.
Emotionen.

Mo-Fr
18:30 Uhr und
19:30 Uhr

Zu empfangen über ASTRA Satellit, im hessischen Kabelnetz, per DVB-T2 und Magenta TV sowie im Livestream unter www.rheinmaintv.de

Neu in der Mediathek

Aus Überzeugung

Ihre Glatze ist ihr Markenzeichen! Das sagt Rahel Welsen aus Darmstadt. Sie ist Fotografin und Künstlerin. Für eine Ausstellung im Haus am Dom in Frankfurt hat sie Frauen fotografiert, die, wie sie selbst auch, eine Glatze haben. Damit macht sie allen Frauen Mut, zu sich selbst zu stehen.

rheinmain Wirtschaft

Beim „Frühlingsgespräch 2022“ der Wirtschaftsförderung des Kreises Bergstraße in Lorsch erörterten Vertreter der Kommunalpolitik und der Wirtschaft die Folgen des Ukraine-Krieges und gaben eine Zwischenbilanz über den Stand von Digitalisierung und Dekarbonisierung in der Region. Aber auch der Fachkräftemangel durch die demografische Entwicklung war ein Thema. So müsse man sich bei der Integration von Flüchtlingen eher auf mittelfristige Hilfe einstellen, meinte Robert Lippmann von der IHK Darmstadt. Vor allem die Sprachbarriere sei noch ein Hindernis in vielen südhessischen Firmen. Beim Thema Dekarbonisierung plädierte Landrat Christian Engelhardt dafür, den CO₂-Ausstoß nicht auf Kosten der Lebensqualität zu reduzieren, sondern dabei auf Technik und Innovation zu setzen. In der Digitalisierung dagegen profitiere die heimische Wirtschaft von der „Digitalstadt Darmstadt“ und den dort angesiedelten IT-Netzwerken.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter www.rheinmaintv.de.

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de



DRAHT-WEISSBÄCKER

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG
Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg
Tel. (06071) 988 10 · Fax (06071) 5161

Internet: www.draht-weissbaecker.de
Email: draht@weissbaecker.de

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- Rankanlagen
- auch Privatverkauf

Tier der Woche



Molly

Hoffungsvolle Tierblicke e. V.

Molly (Molly, w, 3 J., 45 cm, 15 kg) wurde auf der Straße gefunden, einfach ausgesetzt. Molly ist sehr lieb zu anderen Hunden und offen Menschen gegenüber. Sie liebt lange Spaziergänge, ist gelehrig und aufmerksam. Sie läuft schon gut an der Leine und ist stuben-

rein. Molly ist geimpft, gechippt und kastriert. Molly kann auf ihrer Pflegestelle in Riedstadt kennengelernt werden. Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V. – www.htb-ev.de – Tel 06068-4785493 oder 0162-2939838.

Foto: HTB e.V.

Is there life before death?

Das Wort zum Sonntag

„Is there life before death?“

Das hatte jemand in Belfast an eine Wand gesprüht, als Nordirland über Jahrzehnte vom Terror heimgesucht worden war.

Wir möchten Ostern als Fest der Auferstehung für alle, die jemals gelebt haben und noch leben werden, feiern. Wir feiern, dass es ein Leben nach dem Tod geben wird. Aber die verstörenden Bilder aus Buschta und Mariupol stellen eher die Frage aus Belfast neu: „Gibt es ein Leben vor dem Tod?“

Das Leben ist so verwundbar und so zerbrechlich, und es ist so zäh. Wir erleben unglaubliche Brutalität, wir erleben unglaubliche Hilfsbereitschaft und Selbstaufopferung. Und wir stehen nicht nur daneben. Wir sind mittendrin, wir haben unsere Erfahrungen, unsere Erinnerungen, unsere Meinungen, unsere Position, und wir tun, was wir können, wenn wir wollen.

Das Kreuz ist allgegenwärtig. Es ragt aus den frischen Gräbern zwischen den zerstörten Häusern, es glänzt auf den Kuppeln der orthodoxen Kirchen. Überall ist es das Kreuz Jesu. In jedem Kreuz treffen

sich die Gegensätze: oben und unten, Himmel und Erde, Stärke und Schwäche. Das Kreuz erscheint, wo die Liebe zu weit gegangen ist. Jesus verzichtet auf Gewalt, denn er will keine Sieger und Besiegten, er will Versöhnte. Dafür gibt er alles. Darum ist das Kreuz für uns bis heute das Zeichen der Erlösung: es unterfängt jeden noch so tiefen Abgrund, es hält unsere Gebrochenheit zusammen, und es ist der ultimative Beweis dafür, dass Jesus nie, nie, nie den Traum von einer besseren Welt aufgegeben hat. Im Kreuz tritt er mit genau diesem Traum in die Mitte unseres Lebens, um dort zu bleiben und es auszufüllen. Dann ist Ostern, das Fest der Auferstehung. Wer es glauben kann, beantwortet die Frage aus Belfast mit „ja“.

Ich wünsche uns allen ein gesegnetes Osterfest, noch mehr wünsche ich uns und allen unseren Menschengeschwistern dauerhaften Frieden.

Andreas Reifenberg
Pastoralreferent



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

„Wir helfen krebskranken und chronisch kranken Kindern und ihren Familien während der ambulanten Therapie und in der Nachsorge.“

VEREIN
für KREBSKRANKE und
CHRONISCH KRANKE
KINDER Darmstadt /
Rhein-Main-Neckar e.V.



ANZEIGE
Frag nach: „Lassen sich meine Medikamente in einer Single Pill zusammenfassen?“

Erleichterung für Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Wer mit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung, wie zum Beispiel Bluthochdruck oder einem gestörten Fettstoffwechsel, lebt, nimmt oftmals mehrere Tabletten täglich ein. Viele Patienten leiden unter dieser Tablettenlast. Es ist jedoch wichtig, dass ein Patient „therapie-treu“ ist, also die ärztlichen Empfehlungen befolgt und verordnete Wirkstoffe verlässlich einnimmt. Denn nur



Foto: Prostock-studio/
shutterstock.com

so können diese in Kombination ihre Wirkung entfalten, um die möglichen Folgen von Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen (z. B. Schlaganfall und Herzinfarkt) zu senken.

Die sogenannte „Zwei-A-Formel“ kann Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei der Therapie eine Hilfe sein:

1. Achtgeben: Nehme ich meine Medikamente so ein, wie ich sollte?

Hier ist es wichtig, darauf zu achten, ob die Medikamente täglich genauso eingenommen werden, wie der Arzt / die Ärztin diese verordnet hat.

2. Ansprechen: beim Arzt oder bei der Ärztin nachfragen:

Wird die Einnahme der Tabletten schon mal vergessen oder belastet die Einnahme mehrerer Tabletten? Dann ist man eventuell für das sogenannte

Single Pill-Therapiekonzept geeignet. Für viele Kombinationen der jeweiligen Wirkstoffe gibt es nämlich auch „Kombinationstabletten“ – „Single Pills“ genannt. Sie enthalten zwei oder drei Wirkstoffe in nur einer Tablette bzw. Kapsel. Die vereinfachte Einnahme kann Patientinnen und Patienten dabei helfen, die Therapie genauer und einfacher zu befolgen. Hier sollten Betroffene bei Bedarf ihren Arzt oder ihre Ärztin fragen, ob sich ihre Behandlung mit einer Single Pill-Therapie zusammenfassen lässt.

Für weitere Informationen oder Patientenmaterialien kontaktieren Sie unsere Servicenummer: **+49 2173 8955 4949**. Oder besuchen Sie unsere Website unter www.hochdruck-aktuell.de.

Ihre Spenden kommen an! www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

Sudoku | Rätsel

7		6	2	4				3
			3		7	6	8	
3	5			6	9			
4	1		9			7	5	
6		9				8		1
	7	3			8		2	4
			7	9			6	8
	4	5	1		6			
9				8	3	2		5

4	6			1	7			
9	1	3		5				
	7				3	4		
			9		4	5	8	7
	3			2			4	
8	5	4	7		1			
		2	6				7	
				7		8	1	9
			1	4			5	2

Auflösung der KW 14

AK	E	AN	I	A
SCHERE	MOZART	KUGEL		
A	RUN	PASCH	E	L
KRUMM	SOHLE	O	ALBE	
O	LEMUR	E	FRAM	ER
KLEIN	T	METROPOLIS		
C	L	A	M	BAN
SACHKENNER	G	SASSE		
RO	ADE	D	T	IROL
HALO	E	PEDAL	B	LIE
BL	G	RELL	X	L
REIFEN	E	I	Z	IVILIST
TRE	R	ENG	I	SPD
REG	I	S	P	B
THE	UB	E	G	GRAUSEN
DAVID	S	NELL	I	T
U	T	VESAL	O	LEI
CHEMIE	I	TRIO	P	RO
PHON	E	ALTE	I	SEN
ER	FRAU	ARA	C	ETE
INTERESSE	R	R	HONE	
KAR	R	BASAR	A	U
ABI	T	DUBAI	KICKER	
U	B	ERUF	I	NDIGO
HUERDE				

NACHDENKEN

7	6	2	4	9	1	5	8	3
3	8	1	7	2	5	4	9	6
5	4	9	6	3	8	2	7	1
9	5	6	3	4	7	8	1	2
2	3	8	5	1	9	7	6	4
1	7	4	2	8	6	9	3	5
6	9	5	1	7	2	3	4	8
8	2	3	9	6	4	1	5	7
4	1	7	8	5	3	6	2	9
3	4	7	8	6	2	9	1	5
2	1	5	3	7	9	6	8	4
9	6	8	4	5	1	2	7	3
4	8	9	6	1	7	3	5	2
5	3	1	2	8	4	7	6	9
7	2	6	5	9	3	1	4	8
8	7	3	1	2	5	4	9	6
6	9	2	7	4	8	5	3	1
1	5	4	9	3	6	8	2	7

Besuchen Sie unser Online-Portal
www.rheinmainverlag.de



Anzeigen | Markt

Markt

Suche antike Möbel, Gemälde, Uhren, Silber, Militaria, Bücher, Krüge, Fotoapparate ☎ 06108 - 9154213

Trapezbleche 1. Wahl + Sonderposten aus eigener Produktion, TOP-Preise, cm-genau, 98646 Eishausen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung! ☎ 03685 - 409140, 5% Online-Rabatt sicher. www.dachbleche24.de

Haushaltsauflösungen, Kleinumzüge, Umzüge, Lasttaxi, Sperrmüll, Renovierungen zum günstigen Preis ☎ 06150-590216 o. 0171-3146823

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, www.wm-aw.de Fa.

Sammler kauft: Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Gardinen, Puppen, Schallplatten, Zinn, Porzellan, Modeschmuck, Silber, Uhren, Münzen, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Bleikristall, Ferngläser, Perrücken, Möbel, Teppiche, Bilder, Orden, Krüge, Briefmarken, Perlen, Silberbesteck, Leder und Krokotaschen. Auch Wohnungsaufösungen und komplette Nachlässe, 100% seriös. Höchstpreise bar vor Ort, kostenlose Anfahrt, Beratung sowie Werteinschätzung. Tögl. 7-21.30 Uhr, auch am Wochenende ☎ 069-67704886

Kaufe jeden PKW, Bus, LKW, Geländewagen, Wohnmobile, Traktoren, alle Modelle, jeder Zustand, auch viele KM, Mängel, Unfall, Motorschaden, mit o. ohne TÜV, alles anbieten. Zahle guten Preis. ☎ 06158/7488215 o. 0174/6004673

Kaufe Wohnmobile / Wohnwagen, jeder Zustand, auch defekt. Zahle bar und fair. ☎ 0177/3105303

Kaufe an: Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Porzellan, Schallplatten, Eisenbahn, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Mode- und Goldschmuck, Möbel, Kleider, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Puppen, Gobelin, Messing, Teppiche, Orden, Ferngläser, Perrücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo-So von 8-21 Uhr. ☎ 06104 - 9879935



Stellen

MINIJOB/ TEILZEITKRAFT
Wir suchen Unterstützung für unsere Kundenbetreuung und Büroorganisation. Einen erfahrenen Umgang mit MS Office und sicherer Umgang mit der deutschen Sprache setzen wir voraus. Bitte rufen Sie uns an oder schreiben Sie uns. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. ☎ 06103 - 3018350, info@ghm-langen.de www.global-health-management.de

Nebenbeschäftigung als Zeitungszusteller für Jugendliche ab 13 Jahren am Wohnort. Bei Interesse melden: 06104-49700

Kroatische erfahrene Frau sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich spreche gut Deutsch und lese gerne vor. Ich habe Erfahrung mit Demenz und Bettlägerigen Menschen. Nur langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621-18060334, 01579-2452024

Nette deutschspr. Frau möchte ältere oder behinderte Personen rund um die Uhr betreuen ☎ 06053-8099809

KFZ-ANKAUF

WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND



ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag - Sonntag)!

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de • www.kfz-ankauf-24h.de

Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen
(einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Edeka, Marktkauf, Ecity,
JYSK, Expert Klein, Globus,
LIDL, Netto, Norma,
Polster Aktuell, REWE,
Thomas Philipps

ANZEIGE

Universeller Allwetter-Schutz fürs Holz

Geräteschuppen, Gartenhaus, Sichtblende, Pergola & Co.: Holzobjekte im Außenbereich passen immer zu einem schön gepflegten Garten. Ungeschützt der Witterung ausgesetzt, verliert Holz allerdings recht schnell sein schönes Aussehen und vergraut. Damit das nicht geschieht, bietet sich die Holzschutz-Lasur 2in1 von Xyladecor an. Sie zaubert natürlich-schöne Oberflächen und sorgt für bis zu vier Jahre zuverlässigen Wetzerschutz. Tief dringt sie in das Holz ein und schützt es von innen. Die naturmatte, nicht deckende Lasur in 14 wunderbaren Farbtönen lässt sich leicht verstreichen, ist geruchsarm und

betont die natürliche Holzmaserung. Ihr **Aqua-Tech Nässe-Schutz imprägniert das Holz**, welches so bis zu 30 Prozent weniger Nässe aufnimmt – Wasser perlt ganz einfach von der Oberfläche ab und schützt sie langfristig gegen Nässe und UV-Strahlung.



Foto: Xyladecor

Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Anschrift: Löwengasse 12, 63263 Neu-Isenburg
06102/86882-0, info@mein-suedhessen.de
Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth
Redaktion: Beate Tomann, Tara Lipke
redaktion@mein-suedhessen.de
Alle unter der Anschrift des Verlages.
Gesamtauflage: 806.051
Erscheint am Wochenende mit den Regionalausgaben Darmstadt, Bergstraße, Vorderer Odenwald, Odenwaldkreis, Griesheim/ Hessisches Ried, Dieburg, Münster, Rodgau, Rödermark, Seligenstadt, Mühlheim/Obertshausen, Rüsselsheim, Offenbach, Main-Taunus-Kreis, Heusenstamm/Dietzenbach, Neu Isenburg, Dreieich, Hattersheim/Kelsterbach, Langen/Egelsbach und Frankfurt.
Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers.
Layout, Satz Druck- und Pressehaus Naumann

und Druck: GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen
Druck- und Pressehaus Naumann
Anzeigensatz: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen, Tel. 06104-4970-0
Vertrieb: Preisliste Nr. 29,
gültig ab 1. Januar 2022.
Anzeigen: Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr
Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

mein-suedhessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag – Freitag von 8.00 – 16.30 Uhr: 06104-4970-0

Neue Online-Services der Kreisagentur für Beschäftigung

Weiterbewilligungsantrag und Veränderungsmitteilung ab sofort auch online

DARMSTADT-DIEBURG (PM). Bereits seit Januar 2021 bietet die Kreisagentur für Beschäftigung (KfB) die Möglichkeit, Neuansprüche auf Leistungen zur Sicherung des Lebensunterhaltes nach dem SGB II (Arbeitslosengeld II) online zu stellen. Nun sind zwei weitere Angebote im Bereich der eServices an den Start gegangen. Der Weiterbewilligungsantrag und die Veränderungsmitteilung gibt es ab sofort auch online.

Alle drei Angebote beinhalten die Möglichkeit, Dokumente gleich elektronisch mit dem Antrag an das Jobcenter zu übermitteln. Die Angebote können im Internet unter <https://www.ladadi.de/gesellschaft-soziales/arbeitsmarkt.html> genutzt werden. zur Verfügung.

„Ich freue mich sehr über die Ausweitung unseres digitalen Angebotes. Ich hoffe auf intensive Nutzung, denn die Vorteile eines Online-Antrages liegen auf der Hand: keine Anfahrtswege und Wartezeiten in der Behörde, keine Portokosten und damit Kosten- und Zeiterparnis bei den Antragstellerinnen und Antragstellern, sowie die Möglichkeit der Antragstellung rund um die Uhr“, erläutert Roman Gebhardt, Leiter der KfB. „Rund 30 Prozent der Jobcenter Kunden nutzen die bisherigen Online-Angebote der KfB. Das ist gut. Mit den zwei zusätzlichen Online-Services haben wir einen weiteren Schritt hin zur Umsetzung des Onlinezugangsgesetzes (OZG) gemacht und sind auf einem guten Weg, die Verwaltung für die Menschen nicht nur digital, sondern auch schneller zu machen“, sagt die Sozial- und Jugenddezernentin Christel Sprößler.

Rhein Main Verlag



Wir erreichen Menschen.

Mit 12 eigenen Wochenzeitungen und einer wöchentlichen Auflage von über 806.000 Exemplaren ist der Rhein Main Verlag eines der führenden Medienhäuser der Region. Ob Beilagen, Anzeigen, Sonderwerbformen, die eigene Firmenzeitung, Print oder Digital... bei uns sind die Kunden immer an der richtigen Adresse! Über 25 Jahre Erfahrung in der Zeitungsbranche, kreative und zuverlässige Mitarbeiter, unser eigenes Zustellunternehmen mit fast 60-jähriger Marktpräsenz und gewachsenen Zustellstrukturen, garantieren einen optimalen Werbeerfolg!

Für unser familiäres Team suchen wir für unseren Standort in Obertshausen ab sofort zur Festanstellung in Vollzeit eine

Büroassistent (m/w/d) im Rhein Main Verlag

Ihr Profil:

- Idealerweise kaufmännische Ausbildung mit Berufserfahrung im Vertriebsinnendienst oder Büromanagement
- Schnelle Auffassungsgabe
- Freude am Umgang mit Kunden und Kollegen
- Organisationstalent
- Ausgeprägte Teamfähigkeit
- Zuverlässigkeit und Eigeninitiative
- Flexibilität
- Sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Unser Angebot:

- Interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit
- Leistungsgerechte Vergütung
- Zukunftsorientierte Unternehmensstruktur mit sehr guten Entfaltungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Eigenständiges Arbeiten in einem hochmotivierten und dynamischen kleinen Team
- Sonstige freiwillige Arbeitgeberleistungen

Interesse? Nicht warten – jetzt bewerben! Wir freuen uns auf Sie.

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen mit Angabe Ihrer Gehaltsvorstellungen senden Sie bitte ausschließlich per Mail an: regina.kasten@rheinmainverlag.de

EGRO
mediengruppe

**Verlage
Zustellorganisationen
Agenturen**

WIR SUCHEN ZUSTELLER!


mein
südhessen

**Kein
Taschengeld
mehr?**

**Kein
Problem!**

**Werde jetzt
Zusteller!**

Bewirb Dich jetzt unter

 **0 61 04 / 4 97 08 35**

oder per Whatsapp

 **0 61 04 / 4 97 00**

Für Jugendliche ab 13 Jahren.