

# meinsüd hessen

**Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!**  
www.rheinmainverlag.de

Samstag, 19. Februar 2022

Das Leben in und um Langen/Egelsbach, Auflage 16.170

Alle E-Paper, Nachrichten und Anzeigen auf  
[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



**Engel ELEKTROMOBILE** Der eFachhandel seit 2009 für:  
**e-Bikes, e-Scooter, e-Mobile**

Sie sind herzlich in unser ebike Testcenter eingeladen!

Jetzt noch: **15%**  
Auf alle 21er Modelle!



Lastenräder



eMTB/SUV



Komfort-eBike

Service

Beratung & Probefahren  
Hol-bring Service  
Ratenzahlung

Kostenlose eBike Erstinspektion  
Teststrecke zum Probefahren  
Nur noch im Februar Inspektions –  
Termine sichern für € 49,-

eMobile

eScooter



Engel ELEKTROmobile GmbH - Gleisstraße 3, Nähe REWE 63303 Dreieich/Dr´hain, Tel. 06103 386 9449  
[www.elektromobile-rhein-main.de](http://www.elektromobile-rhein-main.de) [info@lautlos-durch-rhein-main.de](mailto:info@lautlos-durch-rhein-main.de)

**REWE  
CENTER  
EGELSBACH  
Dein Markt**



**Alles für gute  
Laune**



**Funny-frisch  
Chipsfrisch**  
versch. Sorten,  
je 175-g-Btl.  
(100 g = 0.50)

47% gespart

**0.88**



**Krombacher  
Pils**  
versch. Sorten,  
je 20 x 0,5-l-Fl.-  
Kasten (1 l = 1,00)  
zzgl. 3.10 Pfand

32% gespart

**9.99**

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift  
der Partnermärkte findest du unter [www.rewe.de](http://www.rewe.de) oder der Telefon-  
nummer 0221 - 177 397 77.

Kurt-Schumacher-Ring 4, 63329 Egelsbach  
Mo bis Sa von 7 bis 22 Uhr

Die REWE-App  
Alle Angebote immer dabei.

[rewe.de](http://rewe.de)

08. Woche. Gültig ab 21.02.2022  
Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.  
Nur solange der Vorrat reicht!



# Lieblingsgetränk Kaffee

Vom Anbau bis in die Tasse

(AKZ-O). Für die meisten gehört sie im Alltag dazu: die dampfende Tasse Kaffee. Nicht umsonst ist der Kaffee das Lieblingsgetränk der Deutschen. Der Begriff Kaffee leitet sich vom türkischen kahve und arabischen qahwa ab, was „anregendes Getränk“, „Berauschesendes“, „Wein“ oder auch „Kraft“ und „Stärke“ bedeutet.

Ganze 168 Liter Kaffee trinken die Deutschen pro Jahr, deutlich mehr als Wasser und Bier. Im europäischen Vergleich liegen sie damit „nur“ auf Platz acht: Die kaffee-verrückten Finnen halten den Spitzenplatz und trinken sage und schreibe 262 Liter im Jahr.

## Arabica oder lieber Robusta?

Die Geschmäcke sind dabei ganz individuell und können auch regional stark variieren: Viele verschiedene Mischungen, Röstungen und Zubereitungsarten sorgen für unterschiedlichste Geschmackserlebnisse. In der Hauptsache gibt es zwei Sorten von Kaffee: Arabica und Robusta. Der kräftiger schmeckende Robusta wird teilweise ganz bewusst eingesetzt, um den Geschmack einer Kaffeemischung zu steuern. Arabica überzeugt dagegen mit einem breiteren Geschmacksspektrum.

Interessant: Nur diese beiden Sorten sind wirtschaftlich bedeutend. In der Natur wachsen allerdings 124 wilde Sorten der sensiblen Pflanze. Rund 60 Prozent davon sind bereits durch

den Klimawandel bedroht. Umso wichtiger ist ein nachhaltiger Anbau, der die ganz speziellen klimatischen Bedingungen erhält, in denen sich die Kaffeepflanze wohlfühlt.

## Der richtige Reifegrad und nachhaltiger Anbau überzeugen

Für einen nachhaltigeren Anbau setzen Kaffeeproduzenten u. a. auf schonende Anbaumethoden, gezielten Wassereinsatz und die soziale Förderung der Kaffeebäuer:innen. Kaffeeanbau ist nämlich vor allem eines: Handarbeit. Besonders bei der Produktion von Premiumkaffee ist Sorgfalt gefragt. Damit die Kaffeebäuer:innen den richtigen Reifegrad erkennen, tragen sie deshalb manchmal Schürzen oder Armbänder in dem passenden Rotton zum Abgleich.

Rund 800 Aromastoffe entstehen beim Rösten – Luft, Licht, Feuchtigkeit und Wärme sind ihr natürlicher Feind. Entsprechende Lagerung und eine luftdichte Verpackung, etwa als Kapsel, wirken dem Verflüchtigen der empfindlichen Aromen entgegen. Und auch hier tut sich etwas: Nespresso hat 2020 die weltweit erste Kapsel mit mindestens 80 Prozent Recyclingaluminium eingeführt. Sie gehört samt Kaffeesatz ganz einfach in die Gelbe Tonne. Foto: stockking/freepik

Kaffee, das Lieblingsgetränk der Deutschen. Faktencheck vom Anbau bis in die Tasse.

Foto: Nespresso/akz-o



LIVE BEI RADIO FRANKFURT

## Love is on air!

FRANKFURT (PM). Pünktlich zum Valentinstag Anfang der Woche – dem Tag der fliegenden Herzen für alle Frisch- und Langzeitverliebten – hatte Radio Frankfurt ganz viel Liebe im Programm. Passend dazu will eine Frankfurterin jetzt ein besonderes Zeichen setzen. Mit zuckersüßen Törtchen und romantischen Postkarten will die Frankfurter Brautmode- und Liebesexpertin Meike Buschening-Kaffenberger dafür sorgen, dass wieder mehr Liebe in der Luft liegt.

Radio Frankfurt hat mit ihr gesprochen: „Jeder freut sich doch über einen kleinen Liebesgruß – egal ob Liebesbrief oder Postkarte. Wer seinem Partner mit kleinen Aufmerksamkeiten immer wieder ganz old-school zeigt, wie gern man ihn oder sie hat, punktet auf ganzer Linie. Das müssen eben nicht immer der große Rosenstrauß oder das Candlelight Dinner sein. Wichtig ist, dass es von Herzen kommt“, sagt Meike im Radio Frankfurt Interview. Mit dem Verkauf der Postkar-

ten und aus dem Erlös der Törtchen möchte die Brautmode-Verkäuferin, die man auch aus der VOX Sendung „Zwischen Tüll und Tränen“ kennt, auch etwas Gutes tun und einen Großteil der Einnahmen an die Frankfurter Kinderkrebshilfe und ein Hilfsprojekt in Uganda spenden.



FREQUENZEN  
UKW / DAB+  
95,1 Frankfurt/Main  
95,1 Wiesbaden / Rhein-Main  
97,3 Hanau  
100,8 Darmstadt  
Kabelfrequenz  
106,2 Unitymedia Hessen

**REWE  
CENTER  
EGELSBACH  
Dein Markt**



# Mein Markt. Dein Markt.



3-kg-Netz

Aktionspreis

**2.22**

Spanien:  
**Orangen**  
Sorte: siehe Etikett, Kl. I,  
je 3-kg-Netz (1 kg = 0.74)



**Schweine-Nacken**  
mit Knochen, am Stück  
oder in Scheiben,  
Haltungsform 2,  
je 1 kg

Aktionspreis

**4.99**



58% gespart

**0.33**

**Müller  
Milch Reis**  
versch. Sorten,  
je 200-g-Becher  
(100 g = 0.17)



40% gespart

**0.88**

**Landliebe  
Joghurt**  
versch. Sorten,  
je 500-g-Glas (1 kg = 1.76)  
zzgl. 0.15 Pfand



47% gespart

**0.99**

**Barilla  
Pasta**  
versch. Ausformungen,  
je 500-g-Pckg.  
(1 kg = 1.98)



20% gespart

**1.59**

**Senseo  
Kaffeepads Classic**  
je 111-g-Btl.  
(100 g = 1.43)  
**oder Jacobs  
Crema Pads**  
je 118-g-Btl. (100 g = 1.35)



33% gespart

**1.79**

**Erasco  
Eintopf**  
versch. Sorten,  
je 800-g-Dose  
(1 kg = 2.24)

**Mit dem REWE App  
Coupon noch mehr  
sparen!**

Preis mit  
REWE App

**1.59**



Erasco  
Eintopf  
versch. Sorten,  
je 800-g-Dose (1 kg = 1.99)

+ Coupon aktivieren



**Jack Daniel's  
Tennessee Whiskey**  
40% Vol.  
**oder Honey**  
35% Vol.,  
je 0,7-l-Fl.  
(1 l = 21.41)

21% gespart

**14.99**

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.

**Kurt-Schumacher-Ring 4 • 63329 Egelsbach**  
Für dich geöffnet von Montag bis Samstag von 7 bis 22 Uhr



Die REWE-App  
Alle Angebote  
immer dabei.



rewe.de



# Aachen im Portrait

Der Elisenbrunnen gilt als eines der Wahrzeichen der Stadt.

Foto: Stadt Aachen; Andreas Herrmann

Aachen ist eine kreisfreie Großstadt in Nordrhein-Westfalen und liegt dort im Regierungsbezirk Köln. Die Stadt liegt im Grenzgebiet zu den Niederlanden sowie Belgien direkt am Nordrand der Eifel und damit im sogenannten „Herzen Europas“. Diese Tatsache erklärt wohl die vielfältigen kulturellen, aber auch architektonischen Einflüsse, die die Stadt bis heute auszeichnen. Besondere Aufmerksamkeit erhielt Aachen im neunten Jahrhundert, als Karl der Große Aachen zum politischen, kulturellen und spirituellen Zentrum seines Reiches machte. Daher rührt auch sein Rufname „Vater Europas“.

## Krönungsort von Königen und Kaisern

Doch bereits zuvor kann Aachen auf eine lange Geschichte zurückblicken. Die Römer erbauten in der ehemaligen keltischen Siedlung einen großen Thermenbezirk. So war Aachen bereits seit der Antike für seine Badekultur und einen hohen Lebensstandard bekannt. Später diente die Stadt bis zu Zeiten der Reformation vielen römisch-deutschen Königen und Kaisern als Krönungsort.

Heute hat Aachen rund 254000 Einwohner, davon sind rund 20 Prozent Studierende. Diese Tatsache zeigt eindrucksvoll, wie groß die Bedeutung der vier Hochschulen in der kreisfreien Stadt ist. Die wohl berühmteste Universität ist die Rheinisch-Westfälische Technische Hochschule (RWTH). Sie zählt seit Jahren zu den größten und traditionsreichsten technischen Universitäten in ganz Europa.

## Der Aachener Dom – erstes Weltkulturerbe Deutschlands

Überregional bekannt ist Aachen außerdem vor allem durch den Aachener Dom – das Wahrzeichen der Stadt. Der Dom ist das erste UNESCO-Weltkulturerbe Deutschlands und lockt jedes Jahr eine Vielzahl von Reisenden nach Aachen. Seine Architektur und Ausstattung betont bis heute die Bedeutung und Imposanz des Bauwerks, das Ende des achten Jahrhunderts im Auftrag Karls des Großen erbaut wurde. Ergänzt wird der Aachener Dom von der Domschatzkammer. Sie gilt als bedeutendste kirchliche Schatzkammer nördlich der Alpen und enthält eine große Sammlung an sakralen Gold- und Silberschmiedearbeiten. Zu den Sehenswürdig-

keiten der Altstadt gehören neben dem Dom auch der Elisenbrunnen, das Aachener Rathaus, die vielen Thermen, die noch aus der Zeit der Römer herrühren und der Katschhof direkt im Herzen Aachens. Hier können Besucher tief in die Geschichte Aachens eintauchen. Von den Treppen am Rathaus haben Sie zudem einen einzigartigen Blick auf den Aachener Dom. Der Platz strahlt dabei eine ganz besondere Atmosphäre aus – ein echtes Kleinod abseits des bunten innerstädtischen Treibens.

## Spannungsfeld zwischen Moderne und Tradition

Dieses Spannungsfeld aus historischer Altstadt auf der einen Seite und dem pulsierenden Leben durch eine Vielzahl von Studierenden auf der anderen Seite prägt die Stadt in

ganz besonderem Maße. Das Aachener Pontviertel greift diese Gegensätze wie kein anderer Stadtteil auf. Die bunte Mischung aus Kneipen, Restaurants und Cafés, jedoch immer vor dem Hintergrund der historischen Altstadt, machen das Aachener Studentenviertel auch für Besucherinnen und Besucher zu einem ganz besonderen Highlight. Wer in seinem Urlaub auch kulinarisch Neues entdecken möchte, ist in Aachen genau richtig. Die „Aachener Printe“ ist ein Lebkuchengebäck mit vielen Gewürzen und häufig mit Schokolade überzogen. Sie wird bereits seit 1820 in Aachen gebacken. Obwohl das Gebäck ursprünglich für die Herbst- und Winterzeit vorgesehen war, werden die Aachener Printen heute auch aufgrund der großen Beliebtheit bei Touristen ganzjährig hergestellt.



Die Aachener Altstadt von oben.

Foto: Stadt Aachen; Peter Wery



Das Aachener Rathaus.

Foto: Pixabay



## Dr. med. Predrag Matic

Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie,  
Diabetologie und Notfallmedizin

### Insulinpumpen – Ein Gewinn in der Diabetestherapie

Die Diabetologie ist eins der Gebiete der Medizin, in dem mit am meisten geforscht wird. Man hat oft das Gefühl jeden Monat kommt ein neues Gerät oder ein neues Medikament auf den Markt. Die Therapie wird gerade im Bereich des Diabetes mellitus I immer technischer. Aber auch bei Diabetes mellitus II wird immer mehr möglich. Für eine normnahe Blutzuckereinstellung ist das auch besonders wichtig. So stößt man doch bei der klassischen Insulintherapie schnell an Grenzen. Insuline haben eine gewisse Wirkung und Wirkdauer die man nur bedingt beeinflussen kann. Einen echten Gewinn stellen, nun schon seit einigen Jahren, die Insulinpumpen dar. Eine Einstellung der Therapie ist so viel genauer möglich. Mit einer Insulinpumpe kann eine Basalrate (Basis an Insulin für den Tag) konfiguriert werden, die 24 Stunden individuell angepasst werden kann. Das heißt es werden, über den Tag verteilt, kleine Mengen an kurzwirksamen Insulin, an den Körper abgegeben. Die Dosierung der Basalrate ist pro Motorschritt bei 0,0025 I.E. alle 3min möglich. Das kann von Modell zu Modell etwas variieren. In der Kinderdiabetologie sind Insulinpumpen, auch durch diese kleinen Abgabemengen, kaum wegzudenken. Ein Pen kann kaum kleinere Schritte wie 0,1 I.E. bieten. Aber gerade kleiner Kinder benötigen meist kleinste Mengen an Insulin. Das ist nur mit Hilfe einer Pumpe möglich. Die Basalrate kann bei Bedarf auch gesenkt oder angehoben werden. Das kann der Fall sein, wenn eine körperliche Betätigung ansteht, bei Krankheit, Menstruation, ect. Mit der sogenannten temporären Basalrate kann die gesamte laufende Basalrate, für eine individuell fest-

gelegte Zeit, um die erforderlichen % gehoben oder gesenkt werden. Im Vorfeld ist dafür unbedingt eine gute Schulung durch das Diabetesteam nötig. Eine Insulinpumpe ermöglicht weiterhin ist eine exaktere Abgabe der Insulineinheiten für Mahlzeiten. Es kann eine Mahlzeit verzögert werden, wenn sie zum Beispiel sehr fett- oder eiweißreich ist. Das heißt, man sagt der Pumpe das die errechneten Einheiten über einen längeren Zeitraum abgegeben werden sollen. Ebenso kann ein Bolus in 2 Schritten abgegeben werden. Ein Teil sofort und der Rest verzögert. Ähnlich wie es ein gesunder Körper machen würde. Bei Unterzuckerungsgefahr kann die Insulinabgabe auch abgebrochen werden. Alles in Allem kann es eine Therapie sein, die einem Diabetiker Lebensqualität zurückgibt. Wichtig ist eine gute Schulung im Umgang mit der Pumpe.

Weiterhin sollte der Patient aber schon vor dem Beantragen gut beraten werden. Der Markt hat inzwischen für fast Jeden das Richtige Modell. Die Auswahl lässt von, mit oder ohne Schlauch, mit oder ohne Kombination mit einem CGM Gerät, mit oder ohne Fernbedienung und Vielem mehr, keine Wünsche offen. Umso wichtiger ist im Vorfeld eine gute Beratung. Weiterhin sind für einen Pumpenantrag oft einige Kriterien zu beachten, welche unbedingt besprochen werden sollten.

Unser Diabetesteam berät Sie gern!

#### Offenbach am Main

Kleiner Biergrund 18  
63065 Offenbach am Main  
Tel.: +49(0)69-8008519-0  
www.praxis-matic.de



## Das Wort zum Sonntag

### Die Glocke des Glücks

Als ich dieser Tage die ersten Schneeglöckchen in unserem Garten entdeckte, fiel mir eine Geschichte wieder ein, die ich oft und gerne den Kindern im Religionsunterricht erzählte – die Geschichte von der Glocke des Glücks von Hani Neubauer.

Sie handelt von einem König, der so traurig war, dass er das Bett nicht mehr verlassen konnte. Ein Fremder besuchte ihn, schenkte ihm ein Glöckchen und versprach ihm, es gäbe eine Glocke, die sein Herz wieder fröhlich machen würde.

Daraufhin brachten viele Menschen Glocken zum Königsschloss, große Glocken, kleine Glocken, Glocken aus Glas, aus Metall, Glocken mit zarten und mit tiefen Tönen.

Mich begeistert es, zu sehen, wie viele Menschen bereit sind zum Helfen, bereit zur Unterstützung, bereit, sich für andere auf den Weg zu machen.

Und diese Menschen sehen auch wir tagtäglich, Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, in der Pflege, in den Rettungsdiensten, in den Hospizen, bei den Feuerwehren, .... Und viele tun dies ehrenamtlich, in ihrer Freizeit, ohne Bezahlung.

An dieser Stelle mal ein großes DANKE an alle, für ihr Engagement, besonders in dieser Corona-Zeit.



Aber nun zurück zu unserem König – viele Glocken wurden ihm gebracht, aber die Glocke des Glücks war nicht darunter. Da kam ihm eine Idee, vielleicht sollte er sich mal selbst auf die Suche begeben.

Und dies tat er. Er stand auf, ging nach draußen und merkte schnell, wie gut tut die Bewegung, wie gut die frische Luft.

Und er ging, spürte die Luft, die Sonne, spürte das Nahen des Frühlings und entdeckte plötzlich mitten im Schnee, kleine weiße Glöckchen.

Voller Freude wusste er, dass er seine Glocke des Glücks gefunden hatte.

Auch unser Winter geht langsam dem Ende entgegen, die Tage werden länger, die Sonnenstunden mehr, die Schneeglöckchen blühen. Erfreuen wir uns an ihrem Anblick, an den kleinen Glöckchen des Glücks.

Foto: privat

Susanne Fitz

Dekanatsbeauftragte  
für Notfallseelsorge

#### 100 Prozent grüne Energie

ANZEIGE

### Endlich auf der PlayStation 5 zocken Dank Stromanbieter E WIE EINFACH und Sony Interactive Entertainment

Da Gaming und Energie einfach zusammengehören, haben der digitale Stromanbieter E WIE EINFACH und PlayStation eine ganz besondere Partnerschaft auf die Beine gestellt. Neukund:innen können ab sofort über die Website oder telefonisch unter 0800/44 11 800 einen Tarif mit 100 Prozent Ökostrom abschließen und erhalten ein wahres Power-Bundle: Zusätzlich zur PlayStation 5 enthält das Angebot das lang erwartete Game „Horizon Forbidden West“, 12 Monate PlayStation Plus sowie on top eine 24-monatige Tarif-Preisgarantie. „Die Kooperation mit PlayStation ist für uns das perfekte Match. Denn als digitaler Challenger ist es so

möglich, unsere Zielgruppe passgenau zu erreichen. Und das alles natürlich mit grüner Energie“, so Katja Steger, Geschäftsführerin von E WIE EINFACH.





Statt den Planeten weiter mit Müll zu verunreinigen, sollten wir lieber zu Mehrwegalternativen greifen.

Foto: Pixabay

## Nachhaltigkeitstipps

Immer auch an kommende Generationen denken

Energiewende, Materialengpässe und mehr. Viele dieser Themen beschäftigen im Moment die Gesellschaft. Und oft sind Veränderungen nicht vom einzelnen abhängig, sondern von der Gesellschaft. Doch auch jeder einzelne kann mithelfen, dass das Bewusstsein für mehr Nachhaltigkeit steigt. Und damit sogar bares Geld sparen. Denn nachhaltig produzierte Dinge sind zwar meist in der Anschaffung teurer, ihr Lebenszyklus aber auch deutlich länger. Bestes Beispiel ist der Vergleich Einwegprodukte/Mehrwegprodukte.

### Einwegprodukte vermeiden

Einwegprodukte landen nach einmaliger Benutzung, wie der Name schon sagt, im Müll. Aber häufig vergessen wir, wie viel Müll wir tatsächlich produzieren, da uns das Gespür dafür fehlt. Oder wusstest du, dass du statistisch gesehen 1,5 Kilo Müll pro Tag produzierst? Die gute Nachricht ist: Nichts ist austauschbarer als das Einwegprodukt! Auf der Suche nach Alternativen helfen unsere Tipps zum The-

ma „Einwegprodukte vermeiden“.

- Stoffserviette statt Papierserviette
- Waschbarer Putzlappen statt Küchenrolle: Nähe dir dauerhafte Lappen einfach selbst.
- Stofftaschentuch statt Papiertaschentuch: Stofftaschentücher gehörten früher zum guten Ton. Regelmäßig gewaschen sind sie weder unhygienisch noch eklig.
- Stoffbeutel statt Plastiktüte: Packe in jede deiner Taschen und auch in dein Auto einen Stoffbeutel. So bleibst du flexibel.

Alle Einwegprodukte nun wegwerfen? Lieber nicht. Sie sind schon produziert, ihr nahes Ende ist vorprogrammiert und auf jeden Fall noch aufbrauchen.

### Weiterverkaufen statt wegwerfen

Der Frühling naht und damit auch der alljährliche Frühjahrsputz. Dabei fallen auch immer wieder Dinge an, die nicht mehr benötigt werden. Sei es Dekoration, nicht mehr passende Kleidung oder Möbel, die nicht mehr gefallen. Auch der Trend hin zu weniger Besitz kann eine Rolle spielen. Wer nicht

wegwirft, sondern ein zweites Leben schenkt, der schont nicht nur die Umwelt, sondern tut etwas für seinen Geldbeutel. Auch, wenn man meistens nur noch ein paar Euro bekommt. Haben ist besser, wie nicht haben.

Für den Weiterverkauf gibt es zahlreiche Möglichkeiten. Egal, ob den klassischen Flohmarkt, oder verschiedene Apps oder Gruppen im SocialMedia. Erfahrungsgemäß gibt es immer jemanden, der genau dieses Ding sucht. Und wenn nicht? Dann freuen sich verschiedene Einrichtungen wie die Tafel, der 2nd-Hand-Laden oder das Sozialkaufhaus über eine Spende. Damit tust du dann nicht nur dem Klima etwas Gutes, sondern auch Menschen, die es nicht so leicht haben.

### Lebensmittel nicht verschwenden

Im Durchschnitt gibt jeder Deutsche 355 Euro im Monat für Essen und Lebensmittel aus. Davon landet aber auch eine größere Menge immer wieder im Müll. Der Deutsche Haushalt wirft jedes Jahr pro Person etwa 75 kg Lebensmittel weg.

Davon wäre rund die Hälfte noch genießbar, obwohl das MHD abgelaufen ist. Somit lassen sich durch einen optimierten Einkauf nicht nur Ressourcen schonen, sondern auch bares Geld sparen.

- Besser planen: Jeder sinnvolle Einkauf beginnt schon zu Hause, ganz nach der Devise: Planvoll statt für die Tonne. Deshalb: Einkaufszettel schreiben! So behältst Du den Überblick.
- Besser lagern: Tatort Küche: Hier werfen wir am meisten weg. Doch mit der richtigen Lagerung lassen sich Lebensmittel vor der Tonne bewahren. Zur Grundausstattung gehören verschließbare Dosen, Bienenwachstücher, Obstschalen und ein Brotkasten. Damit lagerst Du Deine Lebensmittel am besten – ganz nach ihren Bedürfnissen.
- Besser essen: Die richtige Menge beim Kochen ist Erfahrungssache. Wichtige Helfer sind z.B. Kochbücher oder Kochcommunitys im Internet.
- Teile Deine Lebensmittel: Dafür gibt es seit in vielen Städten die Initiative Foodsharing.



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](http://www.rheinmaintv.de)

### Neu in der Mediathek

#### Merck-TU Darmstadt-Juniorlabor

Die Internationale Chemie-Olympiade ist ein Wettbewerb, in dem sich Schülerinnen und Schüler im Bereich Chemie miteinander messen. Die Sieger des Bundesentscheids stellen die deutsche Mannschaft, die im Juli 2022 an der 54. Internationalen Chemie-Olympiade in China teilnimmt. Begleitend zum Wettbewerb fanden an der TU Darmstadt in der vergangenen Woche Workshops für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus Hessen und Thüringen statt. Hier dürfen die Jugendlichen im Juniorlabor Versuche durchführen, die ihnen einen Eindruck von moderner Laborpraxis und aktuellen Analysemethoden vermitteln.

#### Christian erklärt die Welt

Unser Sportmoderator Christian Seelmann kennt sich nicht nur sportlich sehr gut aus, sondern erklärt auch immer freitags unseren Zuschauern die Welt. Diesmal dreht es sich um die Frage: Warum sterben Bienen nach dem Stechen? Aber es gibt durchaus mehr interessante Fakten über die Insekten zu erzählen. Wussten Sie beispielsweise, dass ein Bienenleben bei Minustemperaturen nicht unbedingt vorbei sein muss? In den kalten Wintermonaten rücken die Schwestern ganz eng zusammen und wärmen sich gegenseitig. Angesagt ist Power-Kuscheln und Warmzittern. Und, da sie ihren Stock einige Monate nicht verlassen, müssen sie bereits im Sommer für ausreichend Proviant vorsorgen, der sie über den Winter bringt.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de).



ANZEIGE

Foto: Delpixart/iStock.com

## Keine Angst vor Sehverlust! Sie sind nicht allein!

Irgendwann blind zu sein – davor hat jeder Angst. Tatsächlich gibt es Netzhauterkrankungen, die unbehandelt zur Erblindung führen können. Rund sieben Millionen Menschen in Deutschland haben eine Altersabhängige Makula-Degeneration (AMD), mehrere 10.000 Menschen sind von seltenen Netzhauterkrankungen betroffen. Gemeinsam ist ihnen ein oft sehr langer Weg bis zur Diagnose.

Betroffene und Angehörige brauchen Beratungen von Experten und den Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen. Beides finden sie in der Selbsthilfeorganisation PRO RETINA Deutschland e. V.

### Online-Symposium zu seltenen Netzhauterkrankungen am 2. März 2022

PRO RETINA weist Wege zu Diagnose, Hilfsmitteln und Therapie – für ein eigenständiges Leben trotz Sehbehinderung. Dank PRO RETINA sind Menschen mit Netzhauterkrankungen nicht allein. Um darauf aufmerksam zu machen, wird am Tag der seltenen Erkrankungen alles in bunte Farben getaucht.

**Sie haben Fragen? Wir sind gerne für Sie da.**

Netzhauttelefon: 0800 / 227 217 – 1.

Mehr unter [www.pro-retina.de](http://www.pro-retina.de)



Selbsthilfevereinigung von Menschen  
mit Netzhautdegenerationen

Helfen Sie helfen –  
mit Ihrer Spende!

Für die Unterstützung danken wir



NOVARTIS



## Napoleon soll es besser haben

**SELIGENSTADT (TSV).** Napoleon hat eine traurige Vergangenheit, er verbrachte über 10 Jahre alleine in einem Zwinger. Napoleon ist ein sehr ruhiger, liebenswerter Hund. Er lebt auf der Pflegestelle mit anderen Hunden zusammen, möchte aber eher seine Ruhe. Es wäre schön, wenn er seine letzten Jahre in einem besseren Umfeld verbringen könnte. Mit Kindern fühlt er sich nicht wohl. Gassigehen ist etwas schwierig, sein Grundstück möchte er am liebsten gar nicht verlassen. Notfalls muss er

hinausgetragen werden. Autofahren liebt er auch nicht. Wir wünschen uns für ihn einen ruhigen Haushalt mit einem geduldigen hunderfahrenen Herrchen. Außer, dass er Männer bevorzugt, sind seine Ansprüche nicht sehr groß. Er liebt den Garten – dieser ist allerdings ein absolutes Muss – und seinen Platz auf dem Sofa. Er genießt Streicheleinheiten und schmilzt dahin. Mit Enge hat er ein Problem und wehrt sich dann auch mal. Napoleon ist absolut stubenrein und kann auch gut alleine

bleiben. Bisher hat er noch nicht gebellt, lt. seiner ehemaligen Unterkunft kann er es aber.

Er sollte am besten als Einzelhund leben, kann aber auch zu einem älteren, ruhigem Hund dazuziehen. Anderen Tieren geht er lieber aus dem Weg.

Napoleon ist hat eine Schulterhöhe von 45 cm und wiegt 17 Kilo.

Mehr über Napoleon erfahren Sie direkt bei der Pflegestelle unter Tel. 0170-5330425.

Foto: TSV



# Musik barrierefrei erleben

Durchdachter MP3-Player geht speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung ein

(DJD-K). Selbst entscheiden, ob der MP3-Player eine Geschichte spielt oder ein Lied, die Lautstärke wählen oder immer wieder auf „repeat“ drücken – schon kleinste Kinder lieben es, wenn sie ohne fremde Hilfe ihre Lieblingsstücke abspielen dürfen. Für Menschen mit Behinderung aber ist es noch viel mehr – es bedeutet ein großes Stück Lebensqualität.

### Mit den Bedürfnissen wachsen

Bereits vor zehn Jahren hat der Tüftler Rainer Brang aus Nürtingen den ersten „Hörbert“ entwickelt – einen nachhaltigen MP3-Player aus heimischem Holz, intuitiv zu bedienen und extra robust. Neun bunte Tasten hat der MP3-Player, mit denen kleine Musikfans einzelne Playlists aufrufen können. Auf der auswechselbaren und wiederbespielbaren Speicherkarte ist Platz für 17 Stunden Lieder und Geschichten. Und dank energiesparender Technik



Knopf drücken und los gehts: Kinder mit besonderen Bedürfnissen können barrierefreie MP3-Player selbstständig bedienen.

Foto: djd-k/Winzki/Olesia Bilkei/stock.adobe.com

gibts rund 50 Stunden Spieldauer am Stück. Ein Netzstecker ist überflüssig. Auch weil Brang auf unnötigen Schnickschnack verzichtete, wuchs die Fangemeinde des durchdachten Hörspielers schnell. Ein weiterer Grund: Der gelernte

Softwareentwickler und sein Team suchten von Anfang an den Kontakt zu den Kunden. Wann immer ein Verbesserungsvorschlag oder ein besonderer Wunsch an ihn herangetragen wurde, machte das Team sich ans Werk und fand Lösungen. So entstanden in der deutschen Manufaktur nun zwei weitere Modelle, die barrierefreien Hörberts. Gedacht vor allem für Kinder mit besonderen Bedürfnissen. Je nach Schweregrad der geistigen oder körperlichen Behinderung gibt es die Geräte mit drei oder auch nur einer großen und besonders leichtgängigen Bedientaste für die Titelauswahl. Auch der Kippschalter lässt sich leichter bedienen. Unter [www.hoerbert.com/barrierefreiemodelle/](http://www.hoerbert.com/barrierefreiemodelle/) sind alle Funktionen der Geräte genau erklärt.

### Barrierefrei auch im Alter

Rasch fand der MP3-Player Fans, die dem Kindesalter längst ent-

wachsen waren. Zum Beispiel Erwachsene mit Sehbehinderungen oder motorischen Einschränkungen, etwa durch Rheuma. Auch Altenheime und Demenzgruppen zeigten Interesse an dem stabilen Abspielgerät, das überall mitgenommen werden kann. Denn Lieblingslieder sind auch im Seniorenalter von besonderer Bedeutung. Sie wecken Erinnerungen, fördern die Lust auf Bewegung und trainieren das Gedächtnis. Die Wahl über die großen Tasten schult spielerisch das Ursache-Wirkungs-Prinzip. Zusätzlich unterstützt die einfache Handhabung auf spielerische Weise Selbstständigkeit und Selbstbestimmung. Das motiviert und macht Spaß in jedem Alter. Derzeit wird an einem weiteren barrierefreien Modell mit noch mehr Flexibilität für Menschen mit stärkeren Behinderungen gearbeitet. Hier können externe Geräte, wie große Jelly-Buttons, über eine Buchse angeschlossen werden.

## Sudoku | Rätsel

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

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

### Auflösung der KW 6

■ F ■ E ■ E ■ G ■ A ■ L ■  
 ■ E ■ M ■ P ■ O ■ E ■ R ■ T ■ S ■ T ■ E ■ I ■ N ■ B ■ U ■ T ■  
 ■ T ■ E ■ R ■ R ■ I ■ N ■ E ■ O ■ I ■ N ■ N ■ I ■ G ■ R ■  
 ■ S ■ I ■ T ■ I ■ N ■ T ■ E ■ R ■ I ■ T ■ Z ■ E ■ E ■ R ■ A ■  
 ■ S ■ S ■ G ■ E ■ B ■ E ■ R ■ H ■ A ■ S ■ C ■ H ■ E ■  
 ■ C ■ A ■ M ■ P ■ E ■ N ■ Z ■ S ■ A ■ C ■ K ■ H ■ E ■ U ■  
 ■ I ■ H ■ N ■ A ■ N ■ B ■ A ■ S ■ I ■ L ■ I ■ K ■ A ■ S ■ M ■  
 ■ K ■ S ■ T ■ I ■ L ■ A ■ N ■ S ■ O ■ A ■ U ■ E ■  
 ■ F ■ E ■ S ■ T ■ I ■ V ■ A ■ L ■ G ■ R ■ A ■ S ■ S ■  
 ■ Z ■ I ■ R ■ K ■ E ■ L ■ B ■ G ■ L ■ I ■ E ■ D ■ E ■ F ■  
 ■ N ■ N ■ U ■ K ■ L ■ A ■ U ■ E ■ N ■ G ■ R ■ A ■ U ■  
 ■ C ■ P ■ E ■ L ■ L ■ A ■ R ■ E ■ T ■ U ■ I ■ T ■ E ■  
 ■ B ■ A ■ Y ■ E ■ R ■ O ■ A ■ U ■ S ■ T ■ R ■ A ■ E ■ G ■ E ■ R ■  
 ■ I ■ S ■ T ■ A ■ U ■ D ■ A ■ Y ■ B ■ E ■ B ■  
 ■ B ■ E ■ U ■ N ■ R ■ U ■ H ■ I ■ G ■ T ■ G ■ B ■ E ■ R ■ T ■ I ■  
 ■ I ■ M ■ E ■ C ■ O ■ I ■ R ■ E ■ V ■ A ■ L ■ R ■ T ■  
 ■ I ■ N ■ F ■ O ■ H ■ F ■ A ■ S ■ A ■ N ■ E ■ W ■ I ■ T ■  
 ■ Z ■ A ■ T ■ E ■ I ■ L ■ S ■ B ■ B ■ R ■ E ■ I ■ T ■ E ■  
 ■ S ■ I ■ N ■ K ■ E ■ N ■ O ■ K ■ A ■ N ■ U ■ A ■ L ■ T ■  
 ■ Y ■ G ■ G ■ R ■ S ■ P ■ R ■ I ■ T ■ Z ■ E ■ R ■ D ■ E ■ C ■  
 ■ A ■ R ■ Z ■ T ■ D ■ D ■ T ■ R ■ A ■ E ■ R ■ O ■  
 ■ A ■ N ■ S ■ A ■ G ■ E ■ R ■ M ■ I ■ S ■ E ■ G ■ R ■ I ■ M ■  
 ■ J ■ U ■ L ■ E ■ I ■ L ■ F ■ A ■ H ■ R ■ T ■ R ■ E ■ S ■ T ■  
 ■ F ■ A ■ N ■ L ■ E ■ G ■ E ■ N ■ R ■ E ■ T ■ O ■ R ■ T ■ E ■  
 ■ N ■ O ■ N ■ S ■ E ■ N ■ S ■

### APPETITLICH

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

Werden Sie Bürgerreporter!

Besuchen Sie unser Online-Portal [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



## ▶ Markt

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

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

**ANKAUF** Pelze aller Art, Näh- und Schreibmaschinen, Figuren, Leder, Krokotaschen, Schallplatten, Eisenbahnen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelin, Messing, Teppiche, Orden, Ferngläser, Puppen, Perrücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung. 100% seriös und diskret. Barabwicklung vor Ort. **Täglich, 8-21 Uhr.** ☎ 069-17516793

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](http://www.dachbleche24.de)

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

**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

**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 Wohnungsauflösungen und komplette Nachlässe, 100% seriös. Höchstpreise bar vor Ort, kostenlose Anfahrt, Beratung sowie Wertschätzung. Tägl. 7-21.30 Uhr, auch am Wochenende ☎ 069-67704886

**Sammler kauft:** Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken. Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 7.30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 20168617

## ▶ Stellen

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

**40-jährige Frau aus Ungarn sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt!** Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen Daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. 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

Freundliches Spielhallenpersonal in Rodgau gesucht. ☎ 0172-9016075 oder ☎ 0172-5770619.

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

Edeka, Marktkauf, B&M, JYSK, Expert Klein, Globus, Kramb GmbH, LIDL, MediMax, Netto, Norma, Polster Aktuell, Rewe, Rossmann, Thomas Philipps



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

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

[www.krebskranke-kinder-darmstadt.de](http://www.krebskranke-kinder-darmstadt.de)

## Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH  
 Anschrift: Löwengasse 12, 63263 Neu-Isenburg  
 06102/86882-0, [info@mein-suedhessen.de](mailto:info@mein-suedhessen.de)  
 Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth  
 Redaktion: Beate Tomann, Tara Lipke  
[redaktion@mein-suedhessen.de](mailto: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  
 Anzeigenschluss: EGRO Direktwerbung GmbH  
 Obertshausen, Tel. 06104-4970-0  
 Preisliste Nr. 29,  
 gültig ab 1. Januar 2022.  
 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 Preisausschreibern ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein südhessen 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](http://www.werbung-im-briefkasten.de).

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

# 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](mailto:a.g.automobile1@web.de) • [www.kfz-ankauf-24h.de](http://www.kfz-ankauf-24h.de)

# GESUNDHEIT

## 60% weniger Arthrose-Schmerzen<sup>1</sup>

Ein hochkonzentriertes Arthrose-Arzneimittel überzeugt Millionen Gelenkschmerz-Patienten mit einer klinischen Studie.<sup>1</sup>  
Was Sie über den enthaltenen Pflanzenstoff wissen sollten.

**E**ine wirkstarke Arthrose-Therapie gibt Millionen Gelenkschmerz-Betroffenen in Deutschland Hoffnung. In einer klinischen Studie fanden Wissenschaftler heraus, dass chronische Gelenkschmerzen bei Behandlung mit einem hochkonzentrierten Arzneistoff um 60% gemindert wurden.<sup>1</sup> Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der bekannten Arthrose-Arzneipflanze *Harpagophytum procumbens*. Dieser ist als geschützter HPG2400-Extrakt<sup>®</sup> im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten und hochdosiert aufbereitet. Im Vergleich zu den meisten bisherigen Therapien (Tagesdosis: 960 mg)

beträgt die aufgenommene Wirkstoffdosis bei Gelencium EXTRACT 2.400 mg.<sup>2</sup> Hier von profitieren insbesondere Arthrose-Betroffene, die meist eine besonders nebenwirkungsarme<sup>3</sup> Langzeittherapie suchen. Denn eine Dauertherapie mit chemischen Schmerzmitteln ist aufgrund des beträchtlichen Nebenwirkungsprofils (u.a. Magengeschwüre, Bluthochdruck) in der Regel ausgeschlossen. Harpagophytum-Arzneimittel hingegen sind sehr gut verträglich – mehr als 97% aller Anwender haben keinerlei Nebenwirkungen.<sup>3</sup> Zudem sind keine Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln bekannt. Die Vorteile des hochdosierten HPG2400-Extraktes<sup>®</sup> liegen

auf der Hand: Die Kombination aus starker Schmerzlinderung<sup>1</sup> bei sehr guter Verträglichkeit<sup>3</sup> ist in der Langzeittherapie ein Segen. Kein Wunder, dass Gelencium EXTRACT bereits Deutschlands meistverkaufte pflanzliche Tablette bei Arthrose ist.<sup>4</sup>

**Fazit: Mit Gelencium EXTRACT können Sie Gelenkschmerzen wirksam lindern.<sup>1</sup> Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Gelencium EXTRACT.**

Für die Apotheke

**Nr. 1**  
Arthrose-Tablette<sup>4</sup>  
[www.gelencium.de](http://www.gelencium.de)



<b>Gelencium EXTRACT</b> (Arzneimittel)	75 Tabletten: PZN 16236733	150 Tabletten: PZN 16236756	2x150 Tabletten: PZN 17532250
---	----------------------------	-----------------------------	-------------------------------



Hochwertiges Öl aus der Pflanze *Cannabis sativa*.

## Erstmals spezielle Cannabis-Kapsel aus der Apotheke

**Entspannung & Lebensqualität:** Eine neue Qualitätskapsel (Nahrungsergänzungsmittel) bringt den Cannabis-Boom erstmals in deutsche Apotheken.

**D**er Cannabis-Boom in Deutschland hält an – nicht zuletzt durch die Legalisierungspläne der neuen Ampel-Regierung. Die Wissenschaft sieht großes Potenzial – vor allem im Bereich von Psyche, Unruhe und Schmerzforschung wird stetig von bahnbrechenden Erkenntnissen berichtet. Jetzt ist es Wissenschaftlern erstmals gelungen, das wertvolle Öl aus den Samen der begehrten Cannabispflanze *Cannabis sativa*

in Kapselform aufzubereiten (Apotheke, Gelencium Cannabis Plus Kapseln, Nahrungsergänzungsmittel). Die neue Qualitäts-Cannabis Kapsel ist komplett rauschfrei ohne Risiko einer Abhängigkeit und enthält darüber hinaus essenzielle Vitamine. So trägt die Kapsel beispielsweise zur Funktion von Energiestoffwechsel, Psyche und Nervensystem bei.<sup>5</sup> Cannabis-Anbau und -Verarbeitung erfolgen

ausschließlich in Deutschland.

**Gelencium Cannabis Plus Kapseln sind ab sofort in allen Apotheken erhältlich.**

Für die Apotheke



**NEU**

**Gelencium Cannabis Plus Kapseln** (Nahrungsergänzungsmittel)  
30 Kapseln: PZN 17839899  
[www.gelencium-cannabis.de](http://www.gelencium-cannabis.de)

<sup>1</sup>) Chrubasik. In Phytomedicine, 2002 Apr;9(3):181–94; Anwendungsbeobachtung ohne Randomisierung und Verblindung. <sup>2</sup>) Die Standard-Tagestherapiedosis bei Harpagophytum Procumbens-Monopräparaten in Deutschland beträgt bisher 960 mg – 94% der in Deutschland verkauften Packungen entsprechen dieser Tagesdosis (Quelle: Insight Health, 2019). Die Tagestherapiedosis von Gelencium Extract beträgt demgegenüber 2.400 mg. <sup>3</sup>) Vlachojannis. Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematische Meta-Analyse von 28 klinischen Studien. <sup>4</sup>) Absatz nach Packungen, Harpagophytum Procumbens-Monopräparate (Tabletten), Quelle: Insight Health, Jan.-Dez. 2021 <sup>5</sup>) Energie: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei. Psyche: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zur normalen psychischen Funktion bei. Nervensystem: Vitamin B12 und Vitamin C tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

**Gelencium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten.** Wirkstoff: 600mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Helmholzstraße 2-9 • 10587 Berlin.

**Flamme**<sup>®</sup>  
KÜCHEN + MÖBEL

**DIE GRÖSSTE  
KÜCHENAUSSTELLUNG  
IN FRANKFURT!**

WIR SAGEN  
**Danke!**

**FÜR IHRE TREUE  
GIBT ES 1/2 PREIS**  
Alle frei geplanten Küchen zum  
Ohne wenn und aber

**SIEMENS**  
GERÄTE INKLUSIVE



EXTRA VIEL  
STAURAUHM

KÜHLGERÄT  
A  
+  
G

XL-HÖHE

Bei Finanzierungswünschen  
sprechen Sie uns gerne an

**PRISMA® NIZZA –  
MODERN INSZENIERT**  
in Mineralgrün ultramatt |  
inkl. Markeneinbaugeräte |  
Maße ca. 240+280+170 cm.

**INKLUSIVE**

- ✓ Kühlschrank mit 4\*-Fach (F)<sup>2)</sup> Siemens K87V5SF0
- ✓ Einbaubackofen-Set (A)<sup>2)</sup> Siemens EQ212KA01Z
- ✓ Inselhaube (A)<sup>2)</sup> Silverline VR990DE
- ✓ Edelstahl-Einbauspüle Blanco Flex Pro 45S

SIE SPAREN  
**37%**

vorher 11.100,-\*  
**6.998,-\***



**KAFFEE & KUCHEN**



je nur **1€**

Öffnungszeiten:  
19.02. - 26.02.: 11 - 16 Uhr

Abb. ähnlich. Nur solange der Vorrat reicht. Je Coupon max. 1 Portion pro Kunde für max. 2 Personen. Gültig bis zum 26.02.2022.

Gültig bis 26.02.2022. \* Alle Preise sind Abholpreise. Lieferung und Montage gegen geringen Mehrpreis. Der angegebene Preis bezieht sich ausschließlich auf die im Artikeltext beschriebene Ausführung. \*\* Bisheriger Originalverkaufspreis. <sup>1)</sup> Ausgenommen in dieser Anzeige beworbene Artikel. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. <sup>2)</sup> Für die in der Anzeige dargestellten Elektrogeräte gelten folgende Spektren der Energieeffizienzklasse: Backöfen, Herde und Dunstabzüge A+++ bis D, Waschmaschinen, Wäschetrockner, Geschirrspüler und Kühl-/Gefrierschränke A bis G.

**Flamme**<sup>®</sup>  
KÜCHEN + MÖBEL

**FLAMME MÖBEL GMBH FRANKFURT & CO. KG**  
Hanauer Landstraße 433 • 60314 Frankfurt  
Tel 0 69 / 9 41 73 - 53  
info@flamme-frankfurt.de

**ÖFFNUNGSZEITEN:**  
Mo. - Fr.: 10-19 Uhr  
Sa.: 10-18 Uhr  
www.flamme.de

BERLIN • BREMEN • FRANKFURT • FÜRTH • MÜNCHEN

