

# mein süd hessen

Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

Samstag, 26. November 2022

Das Leben in und um Seligenstadt – Auflage 19.045

## Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen  
usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

## Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 06182/992360 · Mobil: 01577-3751467  
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspflegestudio.de



mein süd hessen  
auf Facebook

www.facebook.com/  
rheinmainverlag



albero-immobilien.de  
fon 0 61 82 2 39 70

albero  
mein Immobilienpartner

Kompetent &  
zuverlässig



Mehr zum Autor und dem  
Ideengeber der Geschichte  
lesen Sie auf Seite 2.

Fotos: BT

# Der Offenbach-Frankfurt Krimi

## Edda und Siggi

# Ein Krimi aus der Region

## Edda und Sigg

(DJJ). Gerade ist das zwölfte Buch des „Apfelking“ erschienen. Seit 10 Jahren schreibt er unter diesem Pseudonym Krimis. Der 70-jährige Autor, ein gebürtiger Franzose, der im Saarland aufgewachsen ist, vermischt in seiner Geschichte Lebenserfahrung, Erinnerungen, Gespräche und Beobachtungen, wie die von Propagandaverkäufern auf Messen. Ihn reizen die Charaktere und Konflikte. Das Schreiben ist die Fortsetzung eines durchaus abwechslungsreichen Berufslebens. Vom Personalchef im Handel bis zum Aufbau einer Spezialfirma für Logistik ging alles gut. Als er aber damit nicht

mehr erfolgreich war, ging mehr als drei Jahre als Apfelverkäufer über die Schwäbische Alb. Dabei ist ihm auch sein heutiger Autorennamen zugeflogen, denn bald hieß es in den Dörfern: „Der Apfelking ist wieder unterwegs und bringt uns die gesunden Bodenseeäpfel.“ In dieser Zeit als Apfelverkäufer hat er oft abends noch am Computer gesessen und die ersten Texte geschrieben. Das Entwickeln der Geschichten war für ihn in diesen schlechten Zeiten fast wie eine Therapie.

Das neue Buch hat interessanterweise einen befreundeten Ideengeber. Der Seligenstädter Rainer

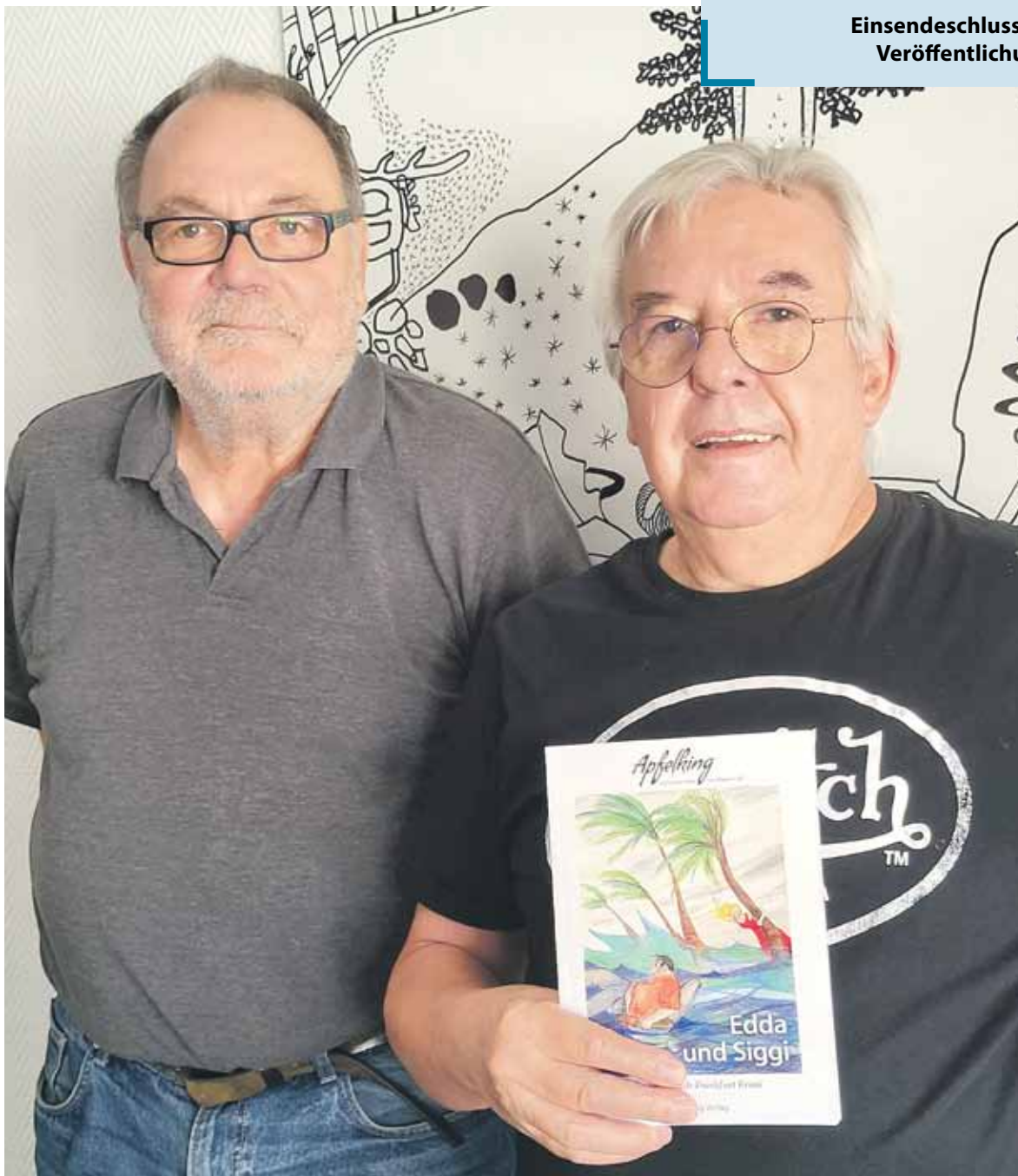
Alt, der im Rhein Main Verlag aktiv ist, hatte die Idee zum Buch schon vor ganz vielen Jahren. Der gelernte Schriftsetzer arbeitete in den 80er Jahren für die BILD-Zeitung, Frankfurt. Die ersten Versuche diese Geschichte in Verlagen zu platzieren, waren positiv, aber ein Drehbuch wollte er letztlich nicht

schreiben. Aus der Begegnung mit dem „Apfelking“ ist nun ein echtes amüsanter und spannendes Buch geworden. So hat die schreibende „Zunft“ die verrückte Geschichte von Edda und Sigg als Offenbach-Frankfurt Krimi zu Papier gebracht und auch im eigenen Verlag in den Druck gegeben.

### Mein Südhessen Gewinnspiel:

**5 Bücher** werden unter den Einsendern des Stichwortes: „Apfelkrimi“ mit Namen und der vollständigen Adresse an die E-Mail: [gewinnspiel@rheinmainverlag.de](mailto:gewinnspiel@rheinmainverlag.de).

**Einsendeschluss ist eine Woche nach Veröffentlichung des Beitrages.**



### Edda und Sigg

Der Krimi beginnt ganz harmlos bei einem Urlaub auf Koh Samui. Ein Tsunami vernichtet die Identifikationen der Figuren und ab da wird es ziemlich zwielichtig. Die ewige Rivalität zwischen den Fußballvereinen Eintracht Frankfurt und Kickers Offenbach sind Teil der Geschichte. Versicherungsbetrug und neue Karrieren liegen auch in den Handlungsträgern verpackt. Situationskomik, rasante Polizei Verfolgungsjagden und Pointen wechseln sich im Buch immer wieder ab. Da am Ende eine Figur im Hamburger im Eintracht Frankfurt Stadion endet, kann man durchaus von keinem Happy End sprechen.

Apfelking: „Das Buch habe ich in nur sechs Wochen nach der Idee von Rainer Alt geschrieben. Ich liebe es Krimis zu schreiben, weil das so ausgesprochen diffizil ist. Ich verstehe intelligente Menschen nicht, die aus niedrigen Motiven Morde begehen. Die Chance dafür in einer Zelle zu landen, ist relativ hoch. Außerdem fallen mir immer wieder neue verstrickte Themen ein. Gerade ist ein Buch mit dem Titel „Die Corona-Verschörung“ auf dem Weg. Darin erwacht Hitler zum Leben und dieser versucht mit seinem Enkel an die Macht zu kommen. Die Bücher werden über seinen eigenen Verlag vermarktet und sind bestellbar unter: [www.apfelkrimis.de](http://www.apfelkrimis.de).

# Glasfasernetz für Seligenstadt Süd: Deutsche Glasfaser startet Nachfragebündelung

Bürgerinnen und Bürger entscheiden über Glasfasernetz in Seligenstadt Süd – 33 Prozent Vertragsabschlüsse für den Ausbau und den kostenlosen Hausanschluss benötigt:  
Infoabend über Glasfaserprojekt am 24.11.2022 im Bürgerhaus Riesen

**SELIGENSTADT (PM).** Homeoffice statt Pendeln, Serienstreaming statt linearem Fernsehen, Internettelefonie statt Festnetz: Seligenstadt Süd hat in den kommenden Wochen die Chance auf die Anbindung an das Glasfasernetz, mit dem die Bürgerinnen und Bürger in Höchstgeschwindigkeit im Internet surfen können. Dafür startet Deutsche Glasfaser am 24.11.2022 die Nachfragebündelung.

Deutsche Glasfaser ist der führende Glasfaserversorger für den ländlichen Raum in Deutschland und treibt den Glasfaserausbau schnell und unbürokratisch voran. Dafür ist das Unternehmen auf die Unterstützung der Bürgerinnen und Bürger in Seligenstadt Süd angewie-

sen. Bis zum Stichtag am 13. März 2023 können die Anwohnerinnen und Anwohner im Ausbaubereich im Rahmen der Nachfragebündelung einen Vertrag mit Deutsche Glasfaser abschließen, um einen kostenfreien Glasfaseranschluss bis ins Haus oder in die Wohnung zu erhalten. Wenn mindestens 33 Prozent der anschließbaren Haushalte in Seligenstadt Süd mitziehen, steht dem Ausbau nichts mehr im Wege. Die Kommunalverwaltung und Deutsche Glasfaser hatten einen Kooperationsvertrag geschlossen und damit den ersten Schritt in Richtung digitale Zukunft von Seligenstadt Süd gemacht. „Als Digital-Versorger der Regionen ist es unser Ziel, den ländlichen Raum

in Deutschland flächendeckend mit stabiler und zukunftssicherer Infrastruktur zu versorgen. Wir bringen die Erfahrung und die Technologiekompetenz mit, die für einen schnellen Glasfaserausbau erforderlich sind. Dabei sehen wir uns als verlässlicher Partner der Kommunen und Menschen vor Ort und setzen auf eine enge Zusammenarbeit,“ so Jörg Blum, Projektleiter von Deutsche Glasfaser.

Die neue Infrastruktur berücksichtigt alle Haushalte im Ausbaubereich und schafft die Voraussetzung, dass auch Nachzügler noch angeschlossen werden können. Dann allerdings müssen diese Haushalte die Anschlusskosten von derzeit 750 Euro selbst tragen.

Das Team von Deutsche Glasfaser informiert ausführlich über den Netzausbau, die buchbaren Produkte und Leistungen sowie den Projektverlauf auf einem Infoabend.

Der Infoabend findet am 24. November 2022 im Bürgerhaus Riesen, Sackgasse 14, 63500 Seligenstadt um 19:00 Uhr statt. Im Rahmen einer Präsentation werden die Besucher nicht nur über Deutsche Glasfaser und das Projekt in Seligenstadt Süd informiert – auch haben sie die Möglichkeit, den Experten ihre Fragen zu stellen.

Alle Informationen über Deutsche Glasfaser und die buchbaren Produkte sind zudem online unter [www.deutsche-glasfaser.de](http://www.deutsche-glasfaser.de) verfügbar.

## Nach zwei Jahren Pause erstmalig wieder Hobbykünstlermarkt im Riesen

**SELIGENSTADT (PM).** Nach zwei Jahren Corona bedingter Zwangspause findet in diesem Jahr wieder der beliebte Hobbykünstlermarkt im Bürgerhaus Riesen statt.

Am ersten Adventswochenende, vom 26. bis 27. November, präsentieren Hobbykünstler aus Seligenstadt und Umgebung ihre selbst gefertigten Werke.

Die Öffnungszeiten sind am Samstag, von 11.00 bis 19.00 Uhr und am Sonntag, von 11.00 bis 18.00 Uhr. Der Eintritt ist frei. Das Café des Frauenchors der Germania 03 ist an beiden Veranstaltungstagen geöffnet und bietet den Besuchern frischen Kuchen und Kaffee.

Die langjährige Initiatorin des Marktes, Rosi Albert, hat die Organisation des Hobbykünstlermarktes in diesem Jahr an ihre Nachfolgerin Silvia Mühlhauser abgegeben, die ebenfalls schon seit vielen Jahren bei der Durchführung des Marktes hilft. In Zusammenarbeit mit der Stadt wurde wieder ein abwechslungsreiches Angebot an selbstgefertigtem Kunsthandwerk mit Schmuck, Keramikartikeln, Holzarbeiten, Näh-, Strick- und Häkelwaren, Weihnachts-

Glückwunschkarten, Seifenketten, verschiedene Malereien und sonstigen Arbeiten zusammengestellt. In diesem Jahr sind neben den altbewährten Ausstellern auch drei neue Hobbykünstler hinzugekommen. Folgende Ausstellerinnen und Aussteller werden sich ihren Besuchern präsentieren: Yvonne Battle, Silvia Bischof, Birgit Burghardt, Carmen Caciauna, Olga Ceccarelli, Michael Eiblmaier, Iselotte Feller-Liesegang, Günter Frommknecht, Eva Gerth, Irmgard Glaab-Laurentsen, Hedi Heeg, Marianne Hansen, Elke Huther, Karolin John, Silvia und Stefanie Jung, Judy Kumpe, Eva Lindhuber-Klein, Silvia Mühlhauser, Ingrid Müller, Sabine Ollfisch, Suzana Pravdic, Simone Stillger, Susanne Tauber, Sigrid Trippel, Jasmin von Werner, Ursula Walter, Erika Winter, Guruta Wolf, Ute Zeiger.

„Wir freuen uns, dass der Hobbykünstlermarkt nun endlich wieder stattfinden kann! Er ist eine wunderbare Ergänzung und Bereicherung zu unserem Adventsmarkt auf dem Marktplatz“, so Bürgermeister Dr. Daniell Bastian.

Plakat: Seligenstadt



Foto: Bondex/txn

# Rückblick auf Freibadsaison 2022: Rekordeinnahmen dank des heißen Sommers

Kartenvorverkauf für die nächste Saison läuft gut an

**SELIGENSTADT (PM).** Der durchgängig heiße und trockene Sommer bescherte der Einhardstadt Seligenstadt in diesem Jahr Rekordeinnahmen in Höhe von 246.566 € brutto. Selbst im Jahr 2018, das einen ähnlich schönen Sommer vorzuweisen hatte, wurden nur 237.794 € an Eintrittsgeldern eingenommen.

„Diese erfreulichen Zahlen sind ohne Frage in erster Linie den konstant heißen Sommermonaten zu verdanken“, freut sich Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. „Hinzu kam aber auch, dass wir die neue Kleinkindanlage in Betrieb nehmen konnten, was viele Familien mit kleinen Kindern in unser Freibad zog. Die Erlebnis-Wasserlandschaft für unsere kleinsten Gäste kam durchweg sehr gut an und sucht im näheren Umkreis ihresgleichen. Der dritte Grund für die guten Besucherzahlen dürfte der Wegfall der Coronabeschränkungen gewesen sein. So war es allen Freibad-Fans in diesem Jahr endlich wieder möglich, die Freizeitanlage in vollen Zügen uneingeschränkt zu nutzen und zu genießen.“

Insgesamt wurden in der Saison 2022 67.055 Karten verkauft. 35.554 entfielen auf Einzelkarten für Er-



wachsene, 30.243 auf Einzelkarten für Begünstigte, 521 auf Zehnerkarten für Erwachsene, 394 auf Zehnerkarten für Begünstigte, 154 auf Dauerkarten für Erwachsene, 144 auf Dauerkarten für Begünstigte und 45 auf Dauerkarten für kinderreiche Familien. Die relativ niedrigen Verkaufszahlen bei den Dauerkarten resultieren daraus, dass noch viele alte Karten aus dem Jahr 2020 genutzt wurden, die aufgrund der Coronajahre ihre Gültigkeit behalten hatten. In den Monaten Juni und Au-

gust wurden mit 23.789 und 22.492 die meisten Karten verkauft.

Ein guter Sommer wirkt sich bekanntlich auch immer positiv auf den Vorverkauf für die nächste Saison aus. Trotz der Anpassung der Benutzungsgebühren konnten im Zeitraum vom 20. Oktober bis 15. November bereits 47 Dauerkarten für Erwachsene und 12 für Begünstigte an der Zentrale im Rathaus verkauft werden.

„Die moderate Erhöhung der Gebühren stieß bei den Kunden auf

Verständnis, zumal die Karten bei einem frühen Erwerb, noch in diesem Kalenderjahr, zu Vorzugspreisen erhältlich sind“, erklärt der Rathauschef abschließend.

Wer also noch ein schönes Weihnachtsgeschenk für seine Liebsten sucht, der kann sich im November und Dezember an der Rathauszentrale die vergünstigten Tickets sichern (Dauerkarten Erwachsene 80 €, Dauerkarten Begünstigte 45 €, Dauerkarten kinderreiche Familien 20 €).

Foto: Seligenstadt

## Die limitierte 50 Euro-Gutschein Card für 45 Euro ist wieder da

Ausgabe ab 24. November – unbefristet einlösbar

**SELIGENSTADT (PM).** Sowohl für den Handel als auch dessen Kundschaft sind es nach wie vor angespannte Zeiten. Um das Weihnachtsgeschäft in der Einhardstadt Seligenstadt anzukurbeln, bietet die Tourist-Info mit dem Beginn des Adventsmarktes (24. November) die „Seligenstädter Gutschein-Card“ im Wert von 50 Euro für 45 Euro an. Die Differenz von fünf Euro übernimmt die Stadtverwaltung.

Die Gutschein-Card im praktischen Scheckkartenformat wurde vom Seligenstädter Gewerbeverein eingeführt und erfreut sich dank einer breiten Akzeptanz großer Beliebtheit. Der Schenkende legt sich zwar auf Seligenstadt als Einkaufsstadt fest, nicht aber auf ein bestimmtes Geschäft. Der Beschenkte kann zwischen rund 80 teilnehmenden

Geschäfte, Restaurants, Cafés und Dienstleister wählen.

„Der Rabatt von zehn Prozent soll unsere Bürgerinnen und Bürger dazu ermuntern, ihre Weihnachtseinkäufe vor Ort zu erledigen“, erklärt Bürgermeister Dr. Daniell Bastian.

Die Aktion der städtischen Wirtschaftsförderung, unterstützt vom Gewerbeverein und vom SeligenstadtMarketing, ist auf 500 Exemplare begrenzt.

„Jeder kann dazu beitragen, die Vielfalt an Geschäften, Restaurants, Cafés und Dienstleistern in unserer Einhardstadt für die Zukunft zu sichern“, betont Wirtschaftsförderin Tanja Frisch.

Pünktlich zum Start des Adventsmarkts am 24. November gibt es die limitierte Gutschein Card in

der Tourist Info im Einhardhaus, Aschaffener Straße 1, zu kaufen (Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa, So und Feiertage 10-15 Uhr). Sie kann nur bar bezahlt werden. Pro Kunde und Tag werden höchstens fünf Gutschein Cards ausgegeben, solange der Vorrat reicht.

Die rund 80 teilnehmenden Geschäfte, Restaurants, Cafés und Dienstleister, bei denen die Gutschein Card eingelöst werden kann, sind unter [www.gutschein-seligenstadt.de](http://www.gutschein-seligenstadt.de) gelistet. Sowohl für die noch im Umlauf befindlichen als auch neuen Gutschein Cards gibt es keine zeitliche Befristung.

Kontakt: Wirtschaftsförderung Stadt Seligenstadt, Tanja Frisch, 06182 878000, [wirtschaftsfoerderung@seligenstadt.de](mailto:wirtschaftsfoerderung@seligenstadt.de).

Foto: Seligenstadt



# Tipps zum Energiesparen mit Sonnenschutz

Wärmeverluste reduzieren

(AKZ-O). Das Potenzial zum Energiesparen mit Sonnenschutz ist größer, als viele denken. Die Europäische Sonnenschutz-Organisation ES-SO bezieht die möglichen Energieeinsparungen und CO<sub>2</sub>-Emissionsreduktion in Gebäuden auf 19 Prozent, wenn nur 75 Prozent der Fenster mit automatischem Sonnenschutz ausgestattet wären. Bei Rollos und Plissees denkt man zunächst an Schutz vor übermäßigem Licht- und Sonneneinfall. Im Herbst und Winter stellt sich jedoch heraus, dass man es mit wahren Multitalenten zu tun hat. Der heruntergefahrenen Sonnenschutz reduziert den Verlust der Wärme durch die Fenster wie ein außenliegender Rollladen und senkt so die Heizkosten. Je nach Produkttyp ist der Effekt unterschiedlich stark. Claudia Peretzki, Produktmanagerin Sonnenschutz beim Dachfenster-Hersteller Velux, erläutert: „Wer maximale Energieeinsparungen realisieren will, sollte auf ein Wabenplissee setzen. Dank der innovativen Struktur mit den zusätzlich isolierenden Luftkammern trumpft es in puncto Dämmeigenschaften am Dachfenster besonders auf.“

Doch nicht zu jeder Tageszeit ist es sinnvoll, den Sonnenschutz zu schließen. Gerade in der kalten Jahreszeit kann man von solaren Ener-

giegewinnen durch die Fenster profitieren – quasi eine kostenlose Heizungsunterstützung. Wenn die Sonne scheint, sollten Rollos oder Plissees demzufolge eingefahren sein. Im Dachgeschoss ist der solare Energieeintrag besonders hoch: Im Vergleich zu Fassadenfenstern oder den senkrechten Fenstern in Gauben oder Giebelwänden leiten Dachfenster aufgrund ihrer Ausrichtung zum Himmel das Licht direkt in die Räume und sorgen so für einen bis zu dreimal höheren solaren Energiegewinn.

Während des Sommers ist es jedoch wichtig, ein übermäßiges Aufheizen der Räume zu vermeiden. Denn das Herstellen einer angenehmen Raumtemperatur mittels Klimaanlage und die Abkühlung per Ventilator sollten vermieden oder auf ein Minimum reduziert werden, um Strom zu sparen. Es empfiehlt sich der Einsatz von außen liegendem Sonnenschutz, wie beispielsweise Rollläden oder Hitzeschutz-Markisen. Im Optimalfall werden diese zudem über Sensoren gesteuert, die automatisch über den Abgleich von Innen- und Außentemperatur entscheiden, ob die solaren Energiegewinne durch das Fenster gerade erwünscht sind oder nicht. Für Dachfenster ist etwa das Smart-Home-System Velux Active erhältlich.



Auch wenn es draußen stürmt und schneit, kann es in der Wohnung behaglich warm bleiben: Rollläden auf Velux Dachfenstern verbessern die Wärmedämmung.

Foto: Velux/akz-o

## Herbstzeit ist Radiozeit Jetzt mit DAB+ genießen

ANZEIGE

Eigentlich hat Radio das ganze Jahr über Saison. Wenn aber die Tage immer kürzer und die Nächte wieder kühler werden, dann ist das Radio wie ein modernes Lagerfeuer. Es ist ein treuer Begleiter und erzählt Geschichten. Die Geschichten können wahr oder ausgedacht sein; sie können von Sport, Musik oder Wirtschaft handeln; sie laden immer zum Mitlachen, Miterleben und Mitfühlen ein.

### DAB+ ist die neue Generation Radio

Wenn Sie Ihr „Radio-Lagerfeuer“ einschalten, stellen Sie sicher, dass Sie digitales DAB+ Radio hören. DAB+ ist der Nachfolger von UKW, voll digital und dennoch unabhängig vom Internet. Die Bedienung ist leicht und komfortabel. Mit einem DAB+ Radio stehen in Deutschland über 300 Sender zur Verfügung, regional bis zu 80, bundesweit gibt es 29 Programme. Entdecken Sie spannende neue Sender, die UKW nicht bietet.



Das Beste: Alle DAB+ Radios haben UKW inklusive. Überzeugen Sie sich von den Vorteilen und entscheiden Sie sich für ein DAB+ Radio. Alle Infos unter [www.dabplus.de](http://www.dabplus.de).

### Geräte bereits ab 30 Euro

Gönnen Sie sich und Ihren Liebsten ein DAB+ Radio! DAB+ Radios sind zukunftssicher. Im Auto ist DAB+ z. B. bereits serienmäßig. Für zu Hause gibt es Geräte ab 30 Euro. Wechseln Sie jetzt auf digitales Radio. Die perfekte Auswahl finden Sie auf [www.dabplus.store](http://www.dabplus.store).



[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)

Ihre  
Onlinezeitung

RheinMainVerlag

## Chronisch lecker: Ernährung bei Asthma

ANZEIGE

Du bist, was du isst, lautet ein altbekanntes Sprichwort. Dass gesunde Ernährung den Körper und den Geist fit hält, ist für die meisten Menschen nichts Neues. Was viele jedoch nicht wissen: Mit der richtigen Wahl der Lebensmittel lassen sich sogar entzündliche Prozesse im Körper positiv beeinflussen. Das ist grundsätzlich für jeden, aber insbesondere für Menschen mit einer chronisch-entzündlichen Erkrankung wie Asthma wichtig.

Unsere Mahlzeiten sollten also nicht nur gut schmecken, sondern den Körper vor allem mit lebenswichtigen Nährstoffen versorgen. Sobald wir essen, werden daher viele unterschiedliche Stoffwechselprozesse im Körper in Gang gesetzt – wobei einige Lebensmittel z. B. auf entzündliche Prozesse im Körper einwirken.

Ernährungswissenschaftlerin Christiane Dölz bestätigt: „Es gibt Lebensmittel, die uns bei chronisch-entzündlichen Krankheiten dabei helfen können, gesünder zu werden.“

Dazu zählen beispielsweise fettreicher Fisch, pflanzliche Öle und sämtliches Obst und Gemüse.

Auf der Website [www.Asthma-Aktivisten.de](http://www.Asthma-Aktivisten.de) klärt sie weiter über entzündungshemmende Lebensmittel auf. Außerdem finden sich dort Rezepte, die gemeinsam mit Profiköchin Maria Groß entwickelt wurden. Dabei stehen gesunde, möglichst regionale und saisonale Zutaten sowie eine unkomplizierte Zubereitung im Mittelpunkt – schnell, einfach und chronisch lecker!



©Sanofi

MAT-DE-2204739-1.0-10/2022



**pappert**  
TÄGLICH FRISCHE VIELFALT

Jetzt bewerben als:

**VERKÄUFER** (M/W/D)

**FACHGESCHÄFTS-  
HELPER** (M/W/D)

**WIR BIETEN**

- Übertarifliches Gehalt
- Unbefristeter Arbeitsvertrag
- Mitarbeiterkarte mit bis zu 60,- EUR Einkaufswert
- Mitarbeiterevents
- Zuschläge

**ONLINE-BEWERBUNG**  
www.papperts.de/stellenanzeigen

**INFO TELEFON**  
06658-960129 oder  
unter 0160-97333222

**JETZT  
BEWERBEN**



papperts.de   

## Indikationsprechstunde für Gefäßerkrankungen in der Asklepios Klinik Seligenstadt

**SELIGENSTADT (PM).** Im Rahmen des 1. Dudenhöfer Gesprächs bei den Rodgauer Baustoffwerken tauschten sich der Chefarzt der Klinik für Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie Langen, Prof. Dr. Dr. Konstantinos Donas (links) und der Geschäftsführer der Asklepios Klinik Seligenstadt Uwe Jansen (rechts) zu dem Sprechstundenangebot für die Gefäßerkrankungen

und der Indikationsprechstunde aus. Diese ist immer Mittwoch zwischen 9 und 14 Uhr in der Klinik Seligenstadt. Ansprechpartner sind Prof. Dr. Dr. K. Donas und seine Oberärztin F. Dahi. Die Anmeldung kann über die Zentrale für Versorgung und Beratung (ZVB) erfolgen: per Telefon 06182 83-8318 oder per Mail an: zvb.seligenstadt@asklepios.com.



Chefarzt Prof. Dr. Dr. Donas (links) und Asklepios Seligenstadt Geschäftsführer Uwe Jansen.

Foto: Asklepios

## Kinderstadtführung an Nikolaus

**SELIGENSTADT (PM).** Spannend wird es für Kinder ab fünf Jahren am Samstag dem 10. Dezember 2022. Auf dem Programm steht eine Reise in die Vergangenheit der Einhardstadt Seligenstadt. In einer gut 90-minütigen kindgerechten Stadtführung hören die jungen Teilnehmer die Legende von Einhard, seiner Frau Emma und den Pfannkuchen, an denen Kaiser Karl seine Tochter wiedererkannt haben soll. Sie erfahren Wissenswertes über die Basilika, die Fachwerkhäuser, die Fischerzunft, das Palatium, das Turmmännchen und den Steinheimer Torturm.

„Nach einer spannenden Entdeckungstour unternehmen die Mädchen und Jungen einen kurzen Abstecher mit der Fähre nach Bayern und zum Schluss gibt es eine kleine Niko-lausüberraschung“, verrät Bürgermeister Dr. Daniell Bastian. Treffen ist um 11:00 Uhr vor der Tourist-Info.

Voranmeldungen sind erforderlich unter 06182/878010 oder per Email an touristinfo@seligenstadt.de.

Die Kosten betragen pro Kind fünf Euro.

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)  
Ihre Onlinezeitung

  
Rhein Main Verlag

# Tiere der Woche

## Pherb und Vanelopé sollen gemeinsam umziehen

**SELIGENSTADT (TSV).** Die beiden drei Jahre alten Teddy-Mix Meer-schweinchen Pherb und Vanelopé wurden wegen einer Allergie der Besitzer beim Tierschutzverein abgegeben - ein ganzes Jahr lang wurde nach einem Platz im Tierheim gesucht!

Aber jetzt sind sie beim TSV und haben sich schon prima eingelebt. Die weiße Vanelopé ist etwas zurückhaltender, taut aber langsam auf. Pherb ist neugieriger, beide schaf-



fen es aber gelegentlich schon, Leckerchen aus der Hand zu nehmen. Sie sind ihr gesamtes Leben zusammen und sollen natürlich nicht getrennt werden.

Mehr Infos über die zwei erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt per Tel.: 06182-26626 oder auch gerne per Mail: info@tsvseligenstadt.de.

Fotos: TSV Seligenstadt e.V.



Moderatorenteam  
Benjamin Matthews  
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

#### Ran an den Herd!

Eine ausgewogene Ernährung ist das A und O für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit sowohl von Erwachsenen als auch von Kindern. Das Essen in Schulen ist häufig nicht ausgewogen. Da gibt es sicher noch Verbesserungspotenzial. TV- und Sternekoch Stefan Marquard hat daher Schülerinnen und Schülern, aber auch den Mensamitarbeitern, des Hermann-Staudinger-Gymnasiums in Erlenbach am Main gezeigt, wie man es besser macht. Mit dem Präventionsprojekt „Sterneküche macht Schule“ wollen der TV-Koch und die Krankenkasse KNAPPSCHAFT bereits seit sieben Jahren das Bewusstsein für gesunde Ernährung an Schulen fördern.

#### Technisches und kaufmännisches Lernen

Seit 30 Jahren verkauft Hyundai Autos in Deutschland. In dieser Zeit hat das Unternehmen mit deutschem Hauptsitz in Ofenbach seinen Marktanteil kontinuierlich ausgebaut. Vergangene Woche hat es in Hösbach im Landkreis Aschaffenburg ein eigenes Trainingszentrum eröffnet, die Hyundai Training Academy. Dort werden sowohl technische als auch kaufmännische Schulungen durchgeführt mit dem Ziel, die Mitarbeiter der rund 500 Hyundai-Standorte in Deutschland noch besser ausbilden zu können. Auf einer Fläche von 2.400 Quadratmetern mit 12 Trainingsräumen werden jährlich rund 10.000 Schulungsteilnehmer erwartet.

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

JETZT NEU  
DAB+ IN HESSEN!



# SCHLAGER RADIO

Hör auf Dein Herz!

im Radio
über Kabel
über Satellit
auf SchlagerRadio.de
per App
über Smart Speaker

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)

**90 km Draht und Gitter**

**1900 Türen und Tore am Lager**



**ZÄUNE · GITTER · TORE**

**Draht-Weissbäcker KG**

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

[www.draht-weissbaecker.de](http://www.draht-weissbaecker.de)

E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

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

# NOTDIENSTE

**26. November bis 2. Dezember**

**26 ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG**  
Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Telefon 41 91

**27 STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT**  
Marktplatz 4, Telefon 33 08

**28 SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN**  
Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80

**29 ST.-KILIAN-APOTHEKE MAINFLINGEN**  
Brüder-Grimm-Straße 23, Telefon 8 21 95 00

**30 VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM**  
Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23

**1 EASY-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG**  
Fasaneriearkaden 9, Telefon 82 06 10

**2 BAHNHOF-APOTHEKE SELIGENSTADT**  
Bahnhofstraße 19, Telefon 35 02

**Überfall, Verkehrsunfall** .....110  
**Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst** .....112  
**Polizeistation Seligenstadt** .....0 61 82 / 8 93 00  
**Giftnotruf** .....0 61 31 / 1 92 40  
**Ärztlicher Notdienst** .....116 117  
**Zahnärztlicher Notdienst** .....018 05 / 60 70 11  
**Asklepios Klinik Seligenstadt** .....0 61 82 / 83-0  
**Emma-Klinik Seligenstadt** .....0 61 82 / 96 00  
**Klinikum Aschaffenburg** .....0 60 21 / 3 20  
**Klinikum Hanau** .....0 61 81 / 2 96-0  
**Sana Klinikum Offenbach** .....0 69 / 8 40 50  
**Ketteler Krankenhaus Offenbach** .....0 69 / 8 50 50  
**Tierärztliche Klinik** .....0 61 82 / 2 10 26  
**EVO-Störungsdienst Strom** .....08 00 / 80 60 30 30  
**ZWO-Störungsdienst Wasser** .....0 61 06 / 6 99 50  
**Schlüsseldienst KÖS, Tag & Nacht** ..0178 / 4 88 80 90  
**Kartenverlust: Sperr-Notruf** .....116 116  
**Stadtverwaltung Seligenstadt** .....0 61 82 / 87-0

BLEIBEN SIE GESUND!

## Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen  
der KW 46

■■■■■M■■■S■■■A■■■I■■■S■■■  
 LANGATMIG■■■FORMULAR  
 ■■■HAT■■■IG■■■R■■■ROSINE  
 ANHIEB■■■M■■■S■■■IEL■■■ASS  
 SHE■■■R■■■KAN■■■ISTER■■■T■■■S  
 ■■■E■■■AIDA■■■UTE■■■H■■■SEIT  
 ■■■RIVALIN■■■T■■■TRAENKE  
 URIEL■■■M■■■GENRE■■■P■■■EL  
 ■■■N■■■LADEN■■■I■■■ASA■■■L  
 ■■■SPUKEN■■■L■■■TORTIL■■■LLA  
 ■■■CLE■■■G■■■OEH■■■RDAS■■■EG  
 ■■■HAG■■■HOSPITAL■■■M■■■LIE  
 FANGOE■■■ETT■■■U■■■HAGEN■■■  
 FUERST■■■I■■■HEBEN■■■D■■■W  
 ■■■MN■■■T■■■DOVER■■■R■■■SADE  
 ■■■P■■■IKEN■■■L■■■AERA■■■NT  
 TRUHE■■■L■■■SPEZIAL■■■IST  
 ■■■U■■■O■■■SPEE■■■BON■■■ZHIE  
 WEITGEHEND■■■R■■■DINER  
 ■■■HG■■■UNI■■■K■■■BEZUG■■■IW  
 AMUN■■■S■■■SEHEN■■■K■■■ALA  
 ■■■LA■■■FIBEL■■■T■■■MEIN■■■R  
 TICKET■■■C■■■MAMA■■■VOLT  
 ECU■■■E■■■ICHEL■■■ALP■■■ALE  
 ■■■H■■■ELVIS

BINNENMEER

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

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





# Anzeigen | Markt

## ▶ Markt

**Ankauf von:** Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn-  
gold, Goldschmuck, Münzen,  
Perrücken, Puppen, Leder- und  
Krokotaschen, Figuren, Eisen-  
bahnen, Ferngläser, Bleikristalle,  
Bilder, Zinn, Modeschmuck, Sil-  
berbesteck, Bernsteinschmuck,  
Krüge, Teppiche, Porzellan,  
Schallplatten, Nähmaschine, Bü-  
cher, Uhren, Möbel, Gardinen,  
auch Haushaltsauflösungen, kos-  
tenlose Beratung u. Anfahrt so-  
wie Wertschätzung. Zahle ab-  
absolute Höchstpreise, 100% seri-  
ös u. diskret, Barabwicklung vor  
Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr  
☎ 06104/9879935

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

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohn-  
wagen,** ☎ 03944 - 36160,  
www.wm-aw.de Fa.

**Frau Milli kauft:** Pelze, Nerze aller  
Art, Kleidung, Schreib- und Näh-  
maschinen, Bilder, Porzellan, Blei-  
kristall, Uhren, Teppiche, Brücken,  
Krüge, Münzen, Bernstein, Silber  
aller Art, Silberbesteck, Alt- und  
Bruchgold, Zahngold, Gold-  
schmuck, Modeschmuck, Leder-  
und Krokotaschen, Antiquitäten,  
Messing, Gardinen, Möbel, Schall-  
platten, Orden, Ferngläser, Pup-  
pen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe  
aus Haushaltsauflösungen. Kos-  
tenlose Beratung u. Wertschät-  
zung. Zahle bar vor Ort. Täglich:  
7.30 - 21 Uhr, auch am Wochenen-  
de. ☎ 069 - 59772692

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

**KAUFE Damen/Herren Bekleidung,  
Pelz&Leder Mäntel/Jacken Handta-  
schen, Porzellan, Bleikristall, Zinn,  
Besteck, Näh/Schreibmaschinen,  
LP, s, Möbel, Handarbeiten, Teppi-  
che, Bücher, Puppen, Kameras,  
Ferngläser, Münzen, Armband/Ta-  
schenuhren usw.** ☎ 0178 3986283  
Herr Heilig

**Trapezbleche 1. Wahl + Sonder-  
posten aus eigener Produktion,  
TOP-Preise, cm-genau, 98646  
Eishausen, Straße in der Neu-  
stadt 107, bundesweite Liefe-  
rung!** ☎ 03685 - 409140,  
5% **Online-Rabatt** sicher.  
www.dachbleche24.de

## ▶ Stellen

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

**Kroatische erfahrene Frau sucht  
neue Betreuungsstelle in Privat-  
haushalt!** Ich spreche gut Deutsch  
und lese gerne vor. Ich habe Erfah-  
rung mit Demenz und bettlägerigen  
Menschen. Nur langfristig! Bitte nur  
seriöse Anfragen! ☎ 0621 -  
18060334, 01579 - 2452024

# ANZEIGEN

Telefon 061 02 - 86 88 20  
info@mein-suedhessen.de

www.rheinmainverlag.de

# 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, Action, Bauhaus,  
Easy Apotheke, Exper Klein, Globus, Hornbach,  
JYSK, Kölle Zoo, Lidl, Malteser, Medimax, Netto,  
Norma, Rewe, Rofu, Rossmann, Telekom,  
Thomas Philipps



- 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

# 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  
beate.tomann@rheinmainverlag.de  
Alle unter der Anschrift des Verlages.  
**Gesamtauflage:** 806.632

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,  
Anzeigensatz  
und Druck:** Druck- und Pressehaus Naumann  
GmbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen  
**Vertrieb:** EGRO Direktwerbung GmbH  
Obertshausen - Tel. 06104-4970-0  
**Anzeigen:** Preisliste Nr. 31 - gültig ab 1. Juli 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 ein-  
gesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Ge-  
winnspielen 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

# Dicke Luft am Arbeitsplatz

Konflikte vermeiden und nachhaltig lösen

**(AKZ-O).** Ungenaue Absprachen, Zeitdruck oder das Gefühl, nicht gerecht behandelt zu werden, führen häufig zu Unzufriedenheit unter Beschäftigten. Doch Streit unter Kollegen oder Zoff mit der Führungskraft lähmen Betriebsabläufe und kosten am Ende nur Zeit, Geld und Nerven.

## Konflikte im Vorfeld vermeiden

„Führungskräfte können eine Menge dafür tun, potenzielle Konflikte bereits im Vorfeld zu vermeiden“, weiß Jella Heptner, Referentin für Arbeitspsychologie bei der Berufsgenossenschaft Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse (BG ETEM). Sie rät daher, „offen und verständlich über entscheidende

Dann kommt es darauf an, rechtzeitig einzugreifen und gezielt auf eine Lösung hinzuwirken. Dazu ist es unter anderem ratsam, frühzeitig mit den Mitarbeitenden zu sprechen. „Vorgesetzte stehen hier besonders in der Verantwortung“, sagt Heptner, „unabhängig davon, ob sie einen Streit zwischen Beschäftigten moderieren oder selbst am Konflikt beteiligt sind. Sie müssen die Streithähne an einen Tisch bringen und darauf hinwirken, dass alle Beteiligten sachlich bleiben und persönliche Angriffe ausbleiben.“ Entscheidend sei, die wahren Hintergründe zu erkennen, die richtigen Schlüsse zu ziehen und das kreative Potenzial zu nutzen, das in solchen Auseinandersetzungen



Streit unter Kollegen lähmt Betriebsabläufe und kostet am Ende nur Zeit, Geld und Nerven.

Foto: Bojan/stock.adobe.com/akz-o

Vorgänge im Unternehmen zu informieren und Zielvorgaben, Aufgaben und Zuständigkeiten klar zu beschreiben“. Nicht zuletzt entziehe ein wertschätzender und kooperativer Führungsstil, der Beschäftigte bei Entscheidungen einbezieht, so manchem Konflikt den Boden. Hilfestellung bietet die BG ETEM (www.bgetem.de) mit Seminaren, bei denen Teilnehmende konkret lernen, wie sie Lösungsworkshops im eigenen Betrieb effizient moderieren.

## Was tun, wenn es knallt?

Nicht immer aber lassen sich Konflikte bereits im Vorfeld vermeiden oder zumindest im Keim ersticken.

gen oft zum Ausdruck komme. „Im Ergebnis können konstruktive Konfliktlösungen dann sogar Vorteile für alle Beteiligten bringen“, sagt die Arbeitspsychologin.

## Professionelle Begleitung

Wie erfolgversprechend eigene Versuche der Konfliktlösung sind, hängt auch davon ab, wie weit die Meinungsverschiedenheiten bereits eskaliert sind. „Bei zunehmender Konfliktzuspitzung sollten sich Verantwortliche für eine professionelle Begleitung entscheiden“, rät Heptner. Infrage kommen dafür ausgebildete Mediatorinnen und Mediatoren, die zu Konflikten beraten.

www.rheinmainverlag.de

Ihre Onlinezeitung



ANZEIGE

# CBD: Das Supertalent aus der Hanfpflanze im Einsatz für Muskeln und Gelenke

Sicherlich haben Sie bereits von CBD gehört. Das Buchstabenkürzel steht für Cannabidiol und ist ein Inhaltsstoff der Hanfpflanze. Cannabis (Hanf) gilt als eine der ältesten Kulturpflanzen in allen Hochkulturen dieser Erde. Lange verband man bei uns mit Cannabis nur eins: Rauschzustände. Dafür ist der Inhaltsstoff THC verantwortlich, einer von mehr als 500 Inhaltsstoffen der Pflanze. Anders als das „berühmt-berühmte“ THC kann CBD aber keinen Rausch auslösen. Vielmehr werden CBD viele wohltuende und pflegende Eigenschaften nachgesagt und es wird in immer mehr Anwendungsbereichen als natürliche Alternative eingesetzt.

Nun haben Wissenschaftler CBD in hochdosierter Form, speziell für beanspruchte Muskeln und Gelenke, in ein kosmetisches Gel eingearbeitet. Das Besondere: Die Gele nutzen neben der natürlichen Kraft des CBDs auch die hilfreichen Eigenschaften von Wärme und Kälte. Doch wann hilft den Muskeln und Gelenken Wärme und wann Kälte?

## Wärme oder Kälte – wann benutze ich was?

Grundsätzlich hat sich bei chronischen Beschwerden oder bei Verspannungen Wärme bewährt. Sie weitet die Blutgefäße, dadurch wird die Durchblutung angeregt und das Gewebe

besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Bei akuten Beschwerden ist Kälte die richtige Wahl: Sie fährt die Durchblutung herunter – ein wertvoller Effekt etwa bei Schwellungen in den Beinen. Auch können durch Kälte Entzündungen abgeschwächt und Schmerzen gelindert werden.

## Cannaren und Cannaxil – hochdosierte CBD Muskel- und Gelenkgele

Cannaren, das Gel in der roten Tube, enthält neben hochdosiertem CBD (600 mg) zusätzlich Campher und hat dadurch in Verbindung mit sanftem Einmassieren wohltuende wärmende Eigenschaften.

Cannaxil, das Gel in der blauen Tube, enthält neben hochdosiertem CBD (600 mg) auch Menthol und hat somit einen angenehm kühlenden Effekt – perfekt zur Aktivierung vor anstrengenden Aktivitäten oder zwischendurch als Abkühlung für beanspruchte Muskel- und Gelenkpartien.

## Anwender sind begeistert

Im Rahmen eines Produkttests wurden die CBD Muskel- und Gelenkgele Cannaren und Cannaxil von 95 % der Anwender und Anwenderinnen mit Gut oder Sehr Gut bewertet. Erfahren Sie mehr unter:

[www.cannaren-cannaxil.de](http://www.cannaren-cannaxil.de)

Jetzt **2 € Sofortrabatt** beim Kauf von 1 Packung Cannaren oder Cannaxil sichern!



CBD Muskel- und Gelenkgele zum **Vorteilspreis**

Teilnehmende Händler: dm und Müller. Der Rabatt wird an der Kasse nach Vorlage dieses Coupons abgezogen. Dieser Coupon kann nicht für andere Produkte eingelöst oder in bar ausgezahlt werden und ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Vervielfältigungen und Veröffentlichungen sind nicht gestattet. Produkte evtl. nicht in allen Filialen vorrätig. Nur in Deutschland einlösbar. Gültig bis 12.02.2023. Münchener Markenvertrieb GmbH





## Zusteller gesucht!

Du willst dein Taschengeld aufbessern, du brauchst Guthaben für den PlayStation oder Xbox Store oder du willst für den Führerschein sparen? **Dann werde Zusteller bei uns und verdiene bis zu 520 Euro pro Monat!**

### **Für Jugendliche ab 13 Jahren.**

Bewirb Dich jetzt telefonisch unter  
**0 61 04 / 49700**

oder per Whatsapp  
**0 61 04 / 4 97 00**

### **Deine Aufgaben:**

Prospekte, Broschüren, Zeitungen, Flyer sind in einem Gebiet zu verteilen, du kannst in deinem Wunschgebiet verteilen!

**mein  
südhessen**

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe  
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen



**Egro-Direktwerbung GmbH**

Bieberer Str. 137  
63179 Obertshausen

Tel: +49 6104 4970 0  
Fax: +49 6104 4970 15