

# mein südhessen

Die Mitmachzeitung am Wochenende!  
www.rheinmainverlag.de  
**HEIMATBLATT RÖDERMARK**  
Unabhängige Wochenzeitung und amtliches Bekanntmachungsorgan der Stadt Rödermark

Samstag, 26. November 2022

Das Leben in und um Rödermark, Auflage 10.100

mein südhessen  
auf Facebook

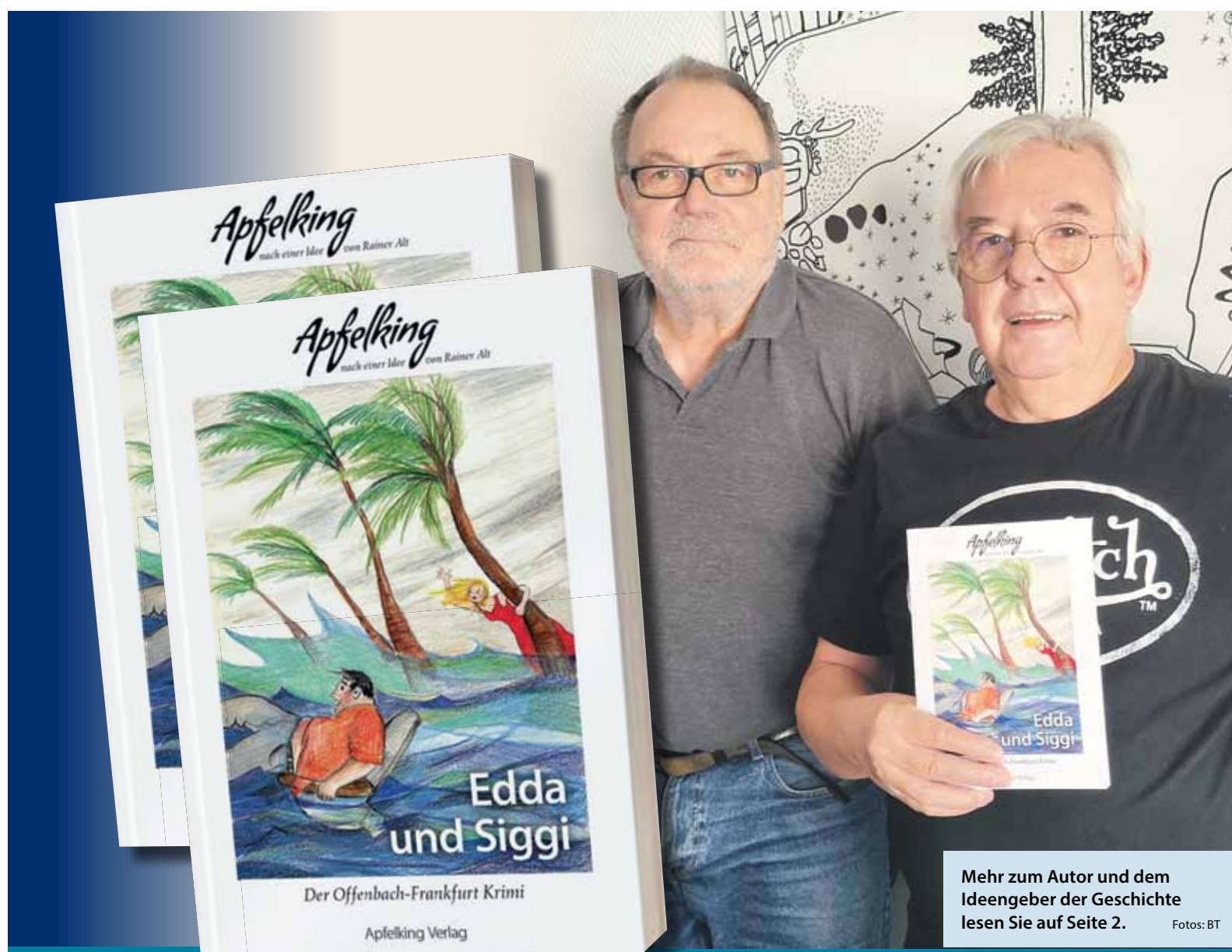
www.facebook.com/  
rheinmainverlag



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



Die Heimat im Abo  
Heimatblatt Rödermark



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

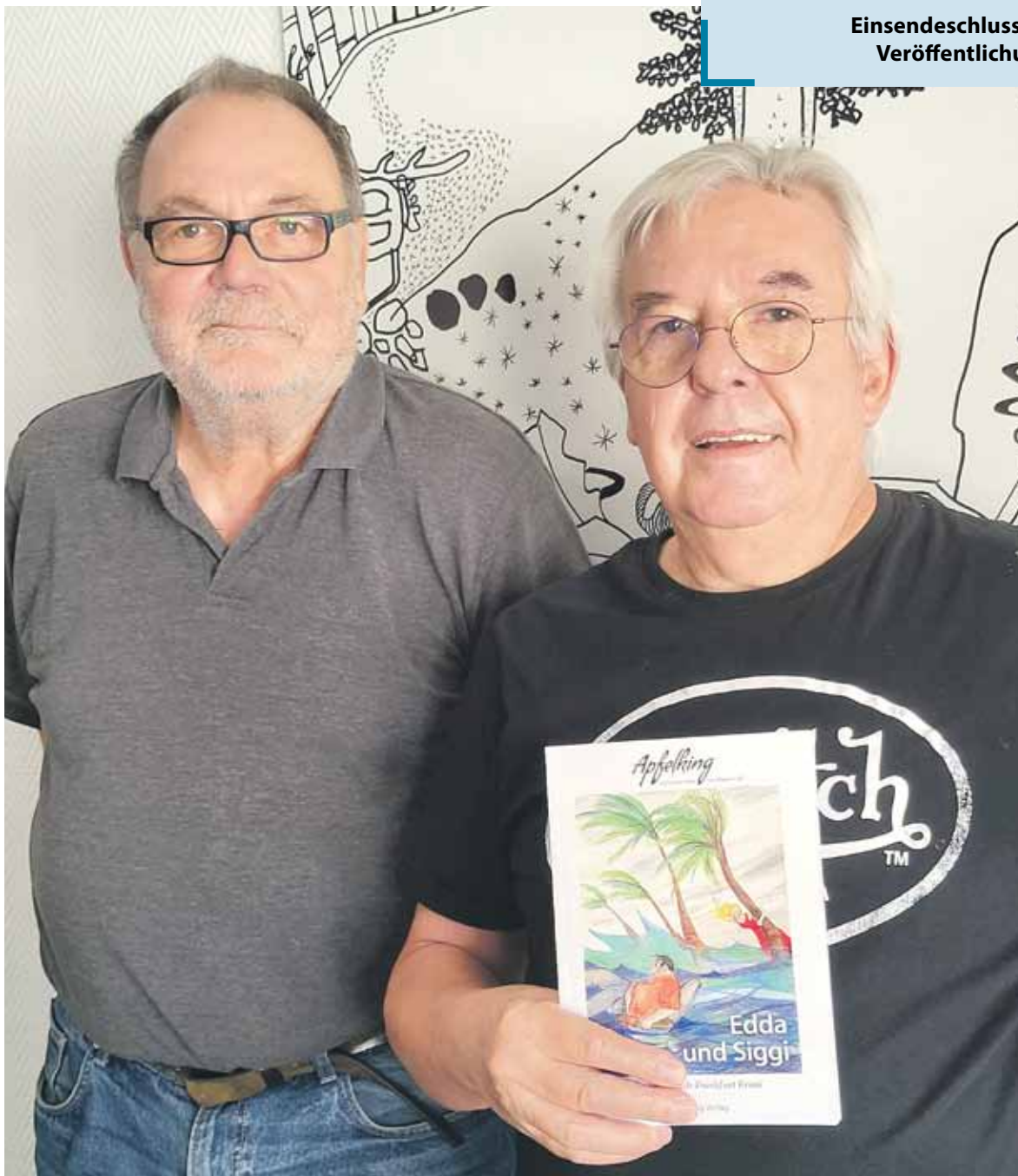
Alt, der im Rhein Main Verlag aktiv ist, hatte die Idee zum Buch schon vor ganz vielen Jahren. Der gelernte Schriftsetzer arbeitete in den 80er Jahren für die BILD-Zeitung, Frankfurt. Die ersten Versuche diese Geschichte in Verlagen zu platzieren, waren positiv, aber ein Drehbuch wollte er letztlich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

## Nach zwei Jahren wieder „Advent am BraaretBernsche“

**RÖDERMARK (PM).** Die Veranstaltung „Advent am BraaretBernsche“ ist eine der Traditionsveranstaltungen der Initiative „Wir sind Breidert“. Die erste Veranstaltung „Advent am BraaretBernsche“ fand am 22.12.2012 statt. Es sollte damals ein entspanntes Zusammentreffen kurz vor Ende der Adventszeit sein. Eingeladen wurde damals mit der Aussage:

*Jede(r), ob groß oder klein, jung oder alt, geboren in Deutschland oder woanders, ist eingeladen in den Wald am Rande des Breidert zu kommen um dort andere Menschen zu treffen, sich mit ihnen auszutauschen, sie näher kennen zu lernen, sich in dem besonderen Ambiente zu entspannen und ganz einfach Freude und ein etwas anderes Erlebnis zu haben.*

Vermutlich war damals der Impuls für die Veranstaltung der Abschluss der Renovierungsarbeiten die das Bernsche selber und den Pavillon in neuem Glanz erstrahlen ließen. Quasi die Neueröffnung des BraaretBernsche.

Danach fand regelmäßig am Anfang der Adventszeit die Veranstaltung regelmäßig statt. Dieses Jahr, je nachdem wie man zählt, zum achten bzw. neunten Mal, statt. Sie hat



sich jedes Jahr weiterentwickelt. Es kam Musik mit dem Musikverein Viktoria 08, die BraaretNachtigallen organisierten sich als Chor. Die Auftritte der „Seitz-Brothers“ sorgten für Begeisterung. Und dann kam 2020 Corona, die Veranstal-

tung konnte nicht stattfinden. Das wollte Wolfgang Seitz nicht wahrhaben und sagte „dann stell ich mich mit meiner Gitarre alleine hin und singe Weihnachtslieder“. Gesagt getan: In 2021 konnte coronabedingt nichts passieren, dieses Jahr

gibt es „Advent am BraaretBernsche“ wieder im Original statt. Sie hat sich auch wieder etwas weiterentwickelt. Die „Behindertenhilfe“ ist dabei, der „Breidert-Imker Adrian Haus bietet Bio-Bienenhonig von den Bienenstöcken am BraaretBernsche an und gibt Hintergrundinformationen.

Weitere Informationen und Hinweise auf spezifischen Besonderheiten können dem beigefügten Flyer entnommen werden.

Wir haben auch noch Bilder von früheren Veranstaltungen beigefügt.



„Advent am BraaretBernsche“ ist schon eine besondere Veranstaltung, sie hat ein besonderes Flair und wird umfassend von „Ehrenamtlichen“ getragen. Weil es die erste Nach-Corona-Veranstaltung ist haben wir entschieden die Nettoerlöse der Veranstaltung dem Brotkorb bzw. dem DRK-Lebensmittelladen zu spenden.

Es wäre hilfreich wenn schon im Vorlauf von der sicher nicht alltäglichen Veranstaltung berichtet werden würde.

Fotos: Stadt Rödermark



**Mehr lokale Nachrichten aus Rödermark?**

**Abonnieren Sie jetzt das Neue Heimatblatt Rödermark!**



„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.

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

SIEMENS AEG BOSCH Miele my stetter Bauknecht SIEMENS AEG BOSCH Miele my stetter

# stetter-lagerverkauf.de

Bauknecht stetter my Miele BOSCH AEG SIEMENS

Bauknecht SIEMENS AEG BOSCH Miele my stetter Bauknecht



**Ihr Vorteil-**  
**unser Konzept!**  
Wir helfen Ihnen  
**richtig sparen!**

- Kühlschränke** ab 149,-
  - Trockner** ab 199,-
  - Wasch-**  
**automaten** ab 249,-
  - Einbaugeschirr-**  
**spüler** ab 299,-
  - Einbauherde** ab 299,-
  - Einbaukühlschränke** ab 199,-
- Abholpreise! Vollservice gegen geringen Aufpreis.

**Einbau-Geräte**  
**Miele SIEMENS BOSCH**  
**LIEBHERR** und Importware  
sowohl fabrikneu, originalverpackt als auch  
Ausstellungsstücke und Lackfehler-Geräte  
**stark reduziert!**

**Für Sie**  
**immer**  
**Discountpreise** für  
**Auf Wunsch**  
**Lieferung, Montage,**  
**Entsorgung**

**Scheuen Sie keinen**  
**PREISVERGLEICH**  
**Vergleichen Sie**  
**Vergleichen Sie**  
**Vergleichen Sie**  
**Stetter-Lagerverkauf schlägt**  
**nicht immer aber**

**DAS BESTE**  
**BILLIGER**  
**ABHOLER**  
**VOLLSERVICE**  
**SCHARF**  
**KALKULIERT**

**PREISVERGLEICH**  
**INTERNETPREISE**  
**PREISE**  
**LEISTUNGEN**  
**VERFÜGBARKEIT**  
**INTERNETPREISE**  
**IMMER ÖFTER**



**stetter**  
Willi Stetter e. K.  
Inhaber Willi Stetter  
**Elektro-Hausgeräte**  
Filiale  
63853 Mömlingen  
Obenburger Str. 13  
Tel. 0 60 22 / 20 43 26 · Fax 20 43 28  
E-Mail [moemlingen@stetter-lagerverkauf.de](mailto:moemlingen@stetter-lagerverkauf.de)  
Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. von 10 - 18 Uhr Sa. von 9 - 13 Uhr  
Hauptsitz  
64380 Roßdorf-Gundernhausen  
Hauptstr. 69  
Telefon 0 60 71 / 7 43 00 · Fax 7 43 02  
E-Mail [verkauf@stetter-lagerverkauf.de](mailto:verkauf@stetter-lagerverkauf.de)  
Öffnungszeiten:  
Mo. bis Fr. 10 bis 18 Uhr, Sa. 9 bis 13 Uhr

**RESTPOSTEN · LAGERWARE · AUSSTELLUNGS-**  
**STÜCKE · individuelle NEUBESTELLUNGEN**

Abbildungen haben symbolischen Charakter. Druckfehler + Liefermöglichkeiten vorbehalten. Abgabe an Endverbraucher in handelsüblichen Mengen.

SIEMENS AEG BOSCH Miele my stetter Bauknecht SIEMENS AEG BOSCH Miele my

# 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



## Umweltfreundlich und nachhaltig

Lösemittelfreie Holzlasur für Möbel und Hölzer

(AKZ-O). Holz ist hochaktuell, modern und vielseitig, ein beliebtes Material bei der Garten- und Innenraumgestaltung. Der Werkstoff ist wohngesund und vermittelt das Gefühl von Behaglichkeit. Für eine pflegende und schützende Wirkung und eine ansprechende Färbung der Holzoberfläche sollte eine Lasur möglichst hochwertig sein. Die lösemittelfreie Lasur des ökologischen Herstellers Auro (www.auro.de) bietet bereits nach zwei Anstrichen ein brillantes Ergebnis und ist maschinell abtönbar in 65 Nuancen. Für Innenräume und im Außenbereich ist die nachhaltige Holzbeschichtung sehr gut geeignet, sie ist wasserverdünnbar, schnelltrocknend und emissionsarm.

Die Farben sind gut für die Gesundheit und Umwelt

Zunehmend wird im ganzen Haus und besonders in Kinderzimmern

auf die Unbedenklichkeit der Farben geachtet. Denn viele Produkte enthalten Lösungsmittel, die sensiblen Menschen oder Allergikern Probleme bereiten können. Als Alternative bieten sich Natur- oder Biofarben an, die auf natürlichen Rohstoffen basieren und zudem umweltfreundlicher sind. Die seidenmatte Auro Holzlasur punktet mit konsequent ökologischer Rohstoffrezeptur und bester Qualität. Selbstverständlich wird die sogenannte „Spielzeugnorm“ DIN EN 71-3 ebenso erfüllt wie die DIN 53160, die Schweiß- und Speichelbarkeit garantiert. Die Farbauswahl der Lasur ist im Colours For Life-System zu finden. Ein weiterer Vorteil: Die ökologischen Produkte sind lückenlos deklariert, die behandelten Hölzer können am Ende ihres Lebenszyklus problemlos kompostiert werden.

Fotos: Auro/akz-o



## Die kühlen Städte der Zukunft

Wenn die Temperaturen steigen ...



### Wasser

„Schwammstadt“ heißt das neue Konzept: Statt über die Kanalisation entsorgt zu werden, soll Regenwasser frei versickern. So verdunstet es und senkt die Temperaturen in der Umgebung. Verdunstung hilft außerdem, die Luft in Bewegung zu halten. Zusätzlich dürfen unterirdisch geführte Bäche und Flüsse wieder an die Oberfläche kommen und wo Platz ist, Auenlandschaften bilden. Auch hier ist Verdunstungskühlung das Stichwort.

### Stein

Genau bei dem Prinzip Schwammstadt setzt auch der Klimastein von GODELMANN an. Der dreischichtige Stein neutralisiert nicht nur Luftschadstoffe und dämmt Lärm, sondern sorgt für eine ähnliche Verdunstungsleistung wie eine Wiese. Das Prinzip: Durch die Fugen gelangt das Regenwasser gefiltert in die Speicherschicht des Steins. Von hier aus verdunstet es und kühlt so die Umgebungsluft. Die Kapillar-Schicht, also die unterste Schicht im Stein, hindert nicht nur das Wasser daran, im Erdreich zu versickern, sondern nimmt zusätzlich Feuchtigkeit aus dem Boden auf – für noch mehr Kühlung. Das übrige Regenwasser versickert gefiltert an Ort und Stelle im Erdreich und kann somit dem Grundwasser zugeführt werden. Eine Innovation, die gleichzeitig Temperaturen senkt und Flächen entsiegelt. Fotos: Godelmann\_Klimastein/akz-o

### Pflanzen

Fachleute sind sich einig: Die Städte der Zukunft werden grün. Denn Grünflächen bieten nicht nur Erholung für Menschen und Lebensraum für Tiere, sie tun auch dem Klima gut. Pflanzen, allen voran Bäume, binden CO<sub>2</sub>, produzieren Sauerstoff und kühlen durch Verdunstungskälte die Luft. Blätter funktionieren als natürliche Klimaanlage. Doch der Platz für diese Klimaretter ist gering. Innovative Planer setzen sie mittlerweile auch auf Dächer und Fassaden. Selbst Bäume werden dort oben gepflanzt.

### Luft

Zwischen Straßenschluchten sucht man oft vergebens nach einer kühlen Brise. Städteplaner und -planerinnen integrieren deshalb gezielt Grün- und Klimaschneisen, durch die kühlere Luft ungehindert vom Stadtrand in die City strömen kann. Auch ausgeklügelte Gebäudekonstruktionen lassen die Luft besser zwischen den Komplexen zirkulieren.

Mehr Informationen über den cleveren Klimastein gibt es auf [godelmann.de/klimastein](http://godelmann.de/klimastein)



# 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**

# Wie ausgewechselt!

In der Menopause erfinden sich Frauen neu

(DJD-K). Die Wechseljahre gehen mit körperlichen Veränderungen einher: Ende der Fruchtbarkeit, Hitzewallungen, Schlafstörungen: Diese Veränderungen während der Wechseljahre sind nichts, worauf Frauen sich freuen.

Der neue Lebensabschnitt kann aber auch zu Enthusiasmus anregen: Endlich ist es an der Zeit, die Wünsche zu verwirklichen, die zugunsten von Familie, Karriere und Verpflichtungen hintangestellt wurden – ein neues Hobby oder ferne Reiseziele entdecken.

Bei der körperlichen Umstellung kann die Kraft von Vitalpilzen in Kombination mit Pflanzenextrakten aus Rotklee und Soja – enthalten etwa in Trivital meno – unterstützen und für hormonelle Balance bei Wechseljahresbeschwerden sorgen.

Unter [www.trivital-henning.de](http://www.trivital-henning.de) gibt es weitere Tipps.



In den Wechseljahren stehen die eigenen Bedürfnisse im Fokus: Ein Kurztrip mit den Freundinnen tut gut.

Foto: djd-k/Trivital/Getty Images/AMR Image

## 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  
 ANHIEB ■■■SI EL ■■■ASS  
 SHE ■■■R ■■■KAN I ■■■STER ■■■S  
 ■■■E ■■■A I ■■■D ■■■UTE ■■■H ■■■SE I ■■■T  
 ■■■R I ■■■V A ■■■L I ■■■N ■■■T ■■■T ■■■R A ■■■EN ■■■K E  
 U R I E L ■■■M ■■■G E ■■■N ■■■R E ■■■P ■■■E L  
 ■■■N ■■■L A ■■■D E ■■■N ■■■I ■■■A ■■■S A ■■■L  
 ■■■S P U ■■■K E ■■■N ■■■L ■■■T O ■■■R ■■■T I ■■■L ■■■L A  
 ■■■C L E ■■■G ■■■O E ■■■H R ■■■D A ■■■S ■■■E G  
 ■■■H A ■■■H O ■■■S P I ■■■T A ■■■L ■■■M ■■■L I E  
 ■■■F A ■■■N ■■■G O ■■■E ■■■T ■■■U ■■■H A ■■■G E ■■■N  
 ■■■F U ■■■E ■■■R ■■■S ■■■T ■■■I ■■■H E ■■■B E ■■■N ■■■D ■■■W  
 ■■■M ■■■N ■■■T ■■■D O ■■■V E ■■■R ■■■R ■■■S A ■■■D E  
 ■■■P I ■■■K E ■■■N ■■■L ■■■A ■■■E ■■■R A ■■■N ■■■T  
 ■■■T R U ■■■H E ■■■L ■■■S P E ■■■Z I ■■■A ■■■L I ■■■S ■■■T  
 ■■■U ■■■O ■■■S P E ■■■E ■■■B O ■■■N ■■■Z H ■■■E  
 ■■■W E I ■■■T ■■■G E ■■■H E ■■■N ■■■D ■■■R ■■■D I ■■■N E ■■■R  
 ■■■H G ■■■U ■■■I ■■■K E ■■■B E ■■■Z U ■■■G I ■■■W  
 ■■■A ■■■U ■■■N ■■■S ■■■S E ■■■H E ■■■N ■■■K ■■■A ■■■L A  
 ■■■L A ■■■F I ■■■B E ■■■L ■■■T ■■■M E I ■■■N ■■■R  
 ■■■T I ■■■C K E ■■■T ■■■C ■■■M A ■■■M A ■■■V O ■■■L ■■■T  
 ■■■E C U ■■■E I ■■■C H E ■■■L ■■■A ■■■L ■■■P ■■■A ■■■L E  
 ■■■H ■■■E ■■■L ■■■V I ■■■S

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)



propa- gieren	franz. Depart- ement	russ. Männer- name	ev. Ge- meinde- helfer	▼	▼	röm. Kaiser	Hoheits- zeichen	▼	Feuer- land- indianer	franzö- sisch: Feuer	Fibel	▼	Fluss in Frank- reich	niederl. Flüsschen	Haupt- stadt von Angola	süddt.: Hausflur	Abk.: id est (latein.)		
▶	▼	▼	▼				▼		Frech- heit	▶			▼	▼	▼	▼	▼		
portofrei			Wohl- geruch	▶					früherer dt. Fuß- baller	▼	ätzende Flüssig- keit	▶					5		
▶						bezahlter Mörder		eine Comic- figur	▶								bremsen, stoppen		
▶	7		Verkehrs- zeichen (Mz.)	▼	Futter- pflanze	▶				Kloster- vor- steher	▶		9	Küsten- segel- schiff		it. Autor	▼		
Fremd- wortteil: nicht		offe- rieren	▶						4		Ausdruck des Be- dauerns	▼	Paradies- garten	▶					
großes Kirchen- bauwerk				Grotten- molch	▶			nicht gegen		kraftlos	▶								
▶			1	Zwergen- könig (Sage)	▼		flott, elegant	▶					musik.: gut gehalten		Abk.: oben angeführt	▶			
Stachel- insekt	Empore in der Kirche	it. Mode- schöpfer	▼	nacht- aktiver Halbaffe	▶					Teer- farbstoff	▼	Fremd- wortteil: drei	▶			Kalifen- name	▼		
Tinten- fisch- art	▶						inner- halb		Speise- fische	▶				arge Lage	▶				
▶				gerichtl. Gegen- stände	▼	Meeres- gischt	▶								jüdischer Kerzen- leuchter				
Näh- faden			unab- hängig	▶	11			weib- licher Artikel	▶			Zeichen in Psalmen		britische Insel	▶				
it. Weins- schaum- creme									niederl. Provinz	▼	ein Tier- kreis- zeichen	▶	3				ökolo- gischer Wagen		
▶		6				Segel- stange		Film auf Cassette	▶					nicht häufig, rar		franzö- sisch: eins	▼		
Wett- lauf			Schmier- stoff- abfall	▼	eigenes Tun be- dauern	▶					ind. Bun- desstaat		Blues- Musik	▶					
Teil der Spindel	christ- liches Fest	balkon- artiger Vorbau	▶			2		Seebad in Marokko	▼	Soldaten- unter- kunft	▶								
▶				Ideal- situa- tion	▼	Seh- organ	▶					nach Art von (franz.)				US- Bundes- staat	▼		
Süd- frucht		Garten- gerät		Zeche, Mine	▶								Nach- frage		engl. Fürwort: es	▶			
▶						Vorname der West †				aram.: Vater		vorher	▶						
starke Feuch- tigkeit	▶				8		Rekru- tenaus- hebung	▼	europ. Hoch- gebirge	▶			10		Jazzfüh- rungs- stimme				
▶				Steppen- gras	▼	afrika- nische Holzart	▶				molda- wische Währung	▼	Stadt in Öster- reich	▶					
Stachel- tier			englisch: nach	▶					Kfz-Z. Dessau	▼	Pökel- flüssig- keit	▶				argent. Provinz (Santa ...)	▼		
physikal. Einheit	▶					int. Kfz-Z. Israel		konstant, ständig	▶										
▶			kleine Boden- platte	▶						Leu- mund	▶			Körper- spray	▶				
deutsche Vorsilbe		Teich- huhn	▶						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

# 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 Zeitungs-  
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, Druck- und Pressehaus Naumann  
Anzeigensatz GmbH & Co. KG  
und Druck: 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](http://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