

NEUE NACHRICHTEN BESSUNGER

Zeitung für Bessungen und die Heimstättensiedlung

meine
süd hessen

Ausgabe 46 / 1a

19. November 2022

31. Jahrgang

Lieferservice & Abholservice

Restaurant DHILLON Seit 2008 für Sie da!

VEGANE, INDISCHE, ITALIENISCHE & AMERIKANISCHE SPEZIALITÄTEN

Kostenlose Lieferung bei telefonsicher Bestellung

www.pizza-dhillon.de
Tel. 06155/2389

**Raiffeisenstr. 16
64347 Griesheim**

Öffnungs- & Lieferzeiten:
Di - Fr 10.45 - 14.00 Uhr und 16.45 - 23.00 Uhr
Sa, So & Feiertag 12.30 Uhr - 23.00 Uhr
Montag: Ruhetag (außer Feiertag)

NEUE NACHRICHTEN
BESSUNGER
Jede Woche neu

Neue Orgel für St. Ludwig



Foto: Arthur Schönbein

Ein Blick in die Orgelbauwerkstatt

DARMSTADT – Die Innenstadtkirche St. Ludwig Darmstadt bekommt eine neue Orgel. Das Werk mit fünf Registern (vier sind bereits verbaut).

Eines für einen weiteren Bauabschnitt vorbereitet) wurde von Andreas Schiegnitz aus Albs-

heim erbaut, der ähnliche Instrumente bereits für die Herderkirche Weimar und das Zentrum für Alte Musik in Köln gefertigt hat.

Es handelt sich um eine Truhengorgel, die sich dadurch auszeichnet, dass sie im Raum frei verschiebbar und in verschiedenen Stimmungen spielbar ist. Dadurch soll insbesondere die Möglichkeit gefördert werden, die Gemeinde in kleineren Gottesdienstformen adäquat zu begleiten und mit Chören und Instrumenten in historischen Stimmungen zusammen zu musizieren.

Am 26. November um 18 Uhr stellt der Orgelbauer das Instru-

ment vor und gibt Einblicke in seine vielfältige Arbeit. Regional Kantor Jorin Sandau demonstriert die Klangfarben der Orgel, Mitglieder des Vocalensembles Darmstadt testen die Begleitfähigkeiten des Instruments mit einem Chorsatz aus ihrem aktuellen Adventsprogramm, am Schluss sind alle zu einem gemeinsamen Adventslied eingeladen. Der Förderverein St. Ludwig, der die Anschaffung ermöglicht hat, lädt anschließend zu einem Umtrunk ein.

**26.11.2022, 18 Uhr
Innenstadtkirche St. Ludwig
Darmstadt. Der Eintritt ist frei,
Spenden sind erbeten.**



Foto: Privat

GOLD-ANKAUF & AUKTION
Direktankauf oder Einlieferung von Gold & Silber, Münzen, Barren, Medaillen, Schmuck, Briefmarken, Briefe, Postkarten & Antiquitäten

AUKTIONSHAUS Albert Kiel
Darmstadt-Eberstadt - Tel.: 06151 - 55047 - Fax: 55049
Pfungstädter Str. 35 - Email: info@kiel-briefmarken.de

**DARMSTÄDTER PERSPEKTIVE
DARMSTÄDTER MAKLER**

Telefon 06 151 - 308 25-0
www.kleinstauberimmobilien.de

KLEINSTEUBER
immobilien GmbH

HEB seit 1897
Hausratversicherung. Einfach. Besser.

Seit Jahrzehnten kennen wir keine Beitragserhöhungen.

www.heb.de

Antik Galerie
WIR SIND IHR ANSPRECHPARTNER

GOLD AN- UND VERKAUF
ANTIKGALERIE_POORHOSAINI

tobias.poorhosaini@gmx.de | 06151.25688
0151.24070700 | www.antikgalerie24.de
Schulstraße 1, 64283 Darmstadt

SCHENKE LEBEN, SPENDE BLUT.
drk-blutspende.de

Ihre Partnerin im häuslichen Bereich

Pflegedienst Conny Schwärzel GmbH

- ✓ Grundpflege
- ✓ Behandlungspflege
- ✓ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ✓ Betreuung und Entlastung
- ✓ Beratung
- ✓ Vermittlung

Pflegedienst Conny Schwärzel GmbH
Riedstraße 2, 64295 Darmstadt, Tel. 06151 783065, Fax 782372
Bürozeiten: Montag – Freitag von 9 – 15 Uhr

Pflegehelferinnen gesucht!

willenbücher bestattungen
Seit 1868 in Familienbesitz

BESTATTUNGS-VORSORGE:
DIE LETZTEN WÜNSCHE SICHER GEREGLT.

Herdweg 6–8, Bessungen · Telefon 64705 · www.willenbuecher.org

KÜCHENträume
Wir verwirklichen Ihren Küchentraum

LEICHT

Als Küchenspezialist mit über 45 Jahren Erfahrung wissen wir, auf was unsere Kunden Wert legen. Lebensraum Küche – wir nehmen Ihre Küche persönlich! **Wir freuen uns auf Sie!**

Küchenhaus unger
Ideen – Erfahrung Kompetenz

Zweimal in Ihrer Nähe:
64572 Büttelborn/Klein-Gerau
Am Seegraben 3 · Tel. 06152-2125
64283 Darmstadt
Elisabethenstr. 34 · Tel. 06151-24222 www.kuechenhaus-unger.de

P Parkplätze vorhanden.

next125 Miele SIEMENS LEICHT schüller BLANCO

CENTURY 21 Jens André Immobilien

06151 - 101 67 69
darmstadt@century21.de

SCHÜTZENSTRASSE 8
64283 DARMSTADT
www.darmstadt.century21.de

IHR IMMOBILIENMAKLER FÜR SÜDHESSEN

Jens André Dipl. Kaufmann Inhaber	Katharina Bihn Immobilienkauffrau Immobilienberaterin Teamleiterin	Lisa Nguyen Bachelor of Science Immobilienberaterin	Theresa Kufeld Bankbetriebswirtin Immobilienberaterin	Elina Huovinen-Schüdde Dipl.-Ing. (Arch.) Selbstständige Immobilienberaterin	Christian Maurer Auszubildender zum Immobilienkaufmann	Marvin Bildstein Auszubildender zum Immobilienkaufmann
---	---	---	---	---	--	--

Verlängerte Wochenend-Öffnungszeiten im Nordbad

Größere Flexibilität für die Bürgerinnen und Bürger

DARMSTADT – Gute Nachrichten für alle Schwimmerinnen und Schwimmer: Das öffentliche Schwimmen im Darmstädter Nordbad wird ab Samstag, 19. November, samstags und sonntags erstmals bis 20 Uhr möglich sein.

Bisher war die Schwimmzeit samstags auf 19 Uhr und sonntags auf 15 Uhr begrenzt. Während der Woche ist die Belegung durch Schulen und Vereine im Nordbad sehr hoch. Deshalb wird mit der Verlängerung nun der Anteil der Schwimmzeiten für die Öffentlichkeit am Wochenende spür-

bar ausgeweitet. „Wir sehen, dass vor allem die Darmstädter Bürgerinnen und Bürger am Wochenende das Nordbad sehr gerne besuchen“, freut sich Bürgermeisterin und Sportdezernentin Barbara Akdeniz. „Besonders das Familienangebot mit Spielparcours im 25-Meter-Becken des Nordbades samstags von 10 bis 16 Uhr und sonntags von 10 bis 12:30 Uhr wird sehr gut angenommen“, so Akdeniz. „Dies hat uns veranlasst, die Öffnungszeiten am Wochenende auszuweiten, um den Bürge-

rinnen und Bürgern hier ein noch breiteres Angebot und eine noch größere Flexibilität beim Wahrnehmen zu ermöglichen.“ Der Eigenbetrieb Bäder weist allerdings darauf hin, dass an einzelnen Sonntagen von 12:30 bis 16 Uhr im 50-Meter-Becken Ligaspiele des Wasserballvereins Darmstadt stattfinden. In dieser Zeit steht das 50-Meter-Becken im Nordbad für die Öffentlichkeit nicht zur Verfügung. Die übrigen Becken können allerdings genutzt werden.

Die Öffnungszeiten der Darmstädter Bäder in der Wintersaison 2022/2023 im Einzelnen:

Nordbad ab 19. November 2022
Montag: 10 bis 21 Uhr
Dienstag: 06.30 bis 21 Uhr
Mittwoch: 10 bis 22 Uhr
Donnerstag: 06.30 bis 21 Uhr
Freitag: 10 bis 21 Uhr
Samstag: 8 bis 20 Uhr, von 10 bis 16 Uhr (Familienangebot Sport- und Spielparcours)
Sonntag: 8 bis 20 Uhr, von 10 bis 12.30 Uhr (Familienangebot Sport- und Spielparcours)

Bezirksbad Bessungen ab 12. September 2022
Montag: Schul- und Vereinssport
Dienstag: Schul- und Vereinssport
Mittwoch: Schul- und Vereinssport
Donnerstag: 7 bis 22 Uhr
Freitag: 7 bis 22 Uhr
Samstag: 8 bis 19 Uhr
Sonntag: 8 bis 15 Uhr, von 10.30 bis 12.30 Uhr (Spielvormittag für Familien) (PS/DK)

90 km Draht und Gitter

1900 Türen und Tore am Lager

DRAHT-WEISSBÄCKER

ZÄUNE • GITTER • TORE

Draht-Weissbäcker KG

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

www.draht-weissbaecker.de

E-Mail: 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

Ihr Ansprechpartner bei Problemen mit der Zeitungszustellung!

Telefon Vertrieb: 06104-49700

Mail: zustellung@egro-direktwerbung.de

Beilagenhinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie folgende Beilagen:
Autohaus Renker, Alldrink, Nah&Gut, Pflegedienst City, Edeka, Action, AWG, CAP Markt, Elbracht-Computer, MediMax, Möbel AS, Marktkauf, Autohaus am Prinzert, Alldrink, Deichmann, EasyApotheke, JYSK, LIDL, Netto, Rossmann.

Einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe.

WICHTIGE RUFNUMMERN		
◇ ALLZEIT ambulanter Pflegedienst Naake	06157 9374556	
◇ Apothekennotdienst	0800 0022833	
◇ Ärztl. Bereitschaftsdienst	116117, 06151 896619*	
◇ Aids-Beratung (9-17 Uhr)	06151 28073	
◇ ASB Pflege, HausNotruf, Menü-Service	06151 5050	
◇ Bestattungen Breitwieser	06151 55890	
◇ Bestattungen Dechert	06151 96810	
◇ Bestattungen Kahrhof	06151 599080	
◇ Bestattungen Willenbücher	06151 64705	
◇ Bezirksverwaltung Eberstadt	06151 132423	
◇ Darmstädter Pflege- und Sozialdienst	06151 177460	
◇ DRK Pflege, HausNotruf, Mahlzeitendienst	06151 360610	
◇ DRK Tageszentrum f. Menschen m. Demenz	06151 3606680	
◇ Feuerwehr / Rettungsleitstelle	112	
◇ Frauenhaus	06151 376814	
◇ Frauennotruf (Pro Familia)	06151 45511	
◇ Gesundheitsamt	06151 3309-0	
◇ Giftnotrufzentrale	06131 19240	
◇ Kinderschutzbund	06151 3604150	
◇ Krankentransport	06151 19222	
◇ Medikamentennotdienst	0800 1921200	
◇ Notdienst der Elektro-Innung	06151 318595	
◇ Pflegedienst Conny Schwärzel	06151 783065	
◇ Pflegedienst Hessen Süd	06151 969770	
◇ Pflegenotruf (19-7 Uhr, Wochenende)	06151 95780888	
◇ Polizeinotruf	110	
◇ Psychiatrischer Notdienst	06151 1594900	
◇ Stadtverwaltung Darmstadt	06151-115	
◇ Telefonseelsorge	0800 1110111 o. 0800 1110222	
◇ Zahnärztlicher Notdienst	01805 607011	

* Telefonate werden aufgezeichnet

Haben Sie eine Telefonnummer im sozialen, karitativen oder informativen Bereich?

Schalten Sie einen Zeilen-Eintrag (je Ausgabe 5,- Euro) und werden Sie in über 42.000 Haushalten gelesen!

Weitere Infos unter Telefon 06151-880063 oder per Mail unter info@udvm.de

DARMSTADT – Obwohl der langjährige hessische Ministerpräsident Volker Bouffier vor einigen Monaten seinen wohlverdienten Ruhestand angetreten hat, ist er nach wie vor ein gefragter Ratgeber und Gesprächspartner.

Im Darmstadt Podcast „Heiner DNA“ von Paul Georg Wandrey hat sich der Darmstädter Stadtrat und Oberbürgermeisterkandidat mit dem ehemaligen Hessischen Ministerpräsidenten Volker Bouffier getroffen. Dabei kam zur Sprache, wie sich der Ruhestand des langjährigen Berufspolitikers anfühlt. Wir erfahren, dass er nach wie vor noch eine Vielzahl von Ehrenämtern bekleidet und sich u.a. bei der Deutschen Sporthilfe und verschiedene Stiftungen engagiert. Darüber hinaus ist er Ehrenvorsitzender der CDU Hessen. Er stellt auch klar, dass der Zeitpunkt, der gewählte Weg des Wechsels an der Spitze der CDU und des Amtes des Ministerpräsidenten die richtige Entscheidung waren. Er genießt jetzt mit seiner Frau die neue Freiheit und kann unabhängig von Terminen einfach auch mal zwischendurch Urlaub machen. Wobei er einräumt, dass es sich manchmal noch anfühlt, als würde er die „Schule schwänzen“. Einen großen Teil des Gesprächs nimmt die Kommunalpolitik ein. Bouffier war selbst viele Jahrzehnte engagierter Kommunalpolitiker. Er hat großen Respekt vor dem ehrenamtlichen Engagement vor Ort und

gibt unserem Oberbürgermeisterkandidaten den Rat mit, dass man Land und Leute kennen muss, um eine gute Politik zu machen. Selbstbewusst, aber nicht überheblich. Man muss seinen Weg finden. Man muss auch eingestehen, wenn man etwas nicht weiß. Wenn man etwas verspricht, muss man das auch halten. Aber auch die „große Politik“ kommt zur Sprache. Kritik äußert er am Vorgehen der Bundesregierung. „Ideologisch passen die nicht zusammen“. Es wird ständig erklärt, dass alles im Griff ist. Kaum ist ein Beschluss gefasst, kommt von einer Seite der Koalition, dass nachgebessert werden muss. Mit ständig neuen Ankündigungen werden die Bürger verwirrt. Es wird der Eindruck vermittelt, man kann alles mit Geld lösen. Damit werden Erwartungen geweckt, die nicht zu halten sind. Daher sind die Bürger zurecht mit dieser Koalition und dem Kanzler nicht zufrieden. Große Bedenken sieht er auch in dem zerrütteten Verhältnis mit den europäischen Partnern. Er erinnert an Helmut Kohl, der stets betont hatte, dass die Deutsche Einheit und Europäische Einheit zusammengehört. Der Rat von Kohl war stets, nehmt Rücksicht auf die Kleinen. Daher ist es tragisch, dass Deutschland derzeit nicht in der Lage ist, mit Frankreich gemeinsam die Führung wahrzunehmen. Auch der Hafenverkauf und die Chinareise zeigen die Orientierungslosigkeit und Naivität des

Kanzlers. „Olaf Scholz ist unehrlich und manches müsste klüger passieren“. Das Gespräch endete wieder in der Kommunalpolitik in Darmstadt, wo Paul Wandrey von den positiven Erfahrungen der Videoüberwachung auf dem Darmstädter Luisenplatz berichtete. Laut vorläufigen Aussagen der Polizei wurde durch die Videoüberwachung eine deutlich überdurchschnittliche Aufklärungsquote im Umfeld des Luisenplatzes erreicht. Volker Bouffier bekräftigte den Einsatz der Videoüberwachung an neuralgischen Punkten. Diese macht immer dann Sinn, wenn sie mit einem klugen Begleitkonzept versehen ist. Im Übrigen wundert er sich über die Diskussionsbeiträge und weist darauf hin, dass eines vergessen wird. Wir müssen nicht die Täter schützen, sondern dafür sorgen, dass es keine Opfer gibt. Das Primat muss sein, den Täter zu stellen. Abschließend stellt der ehemalige Ministerpräsident Darmstadt die besten Noten für eine gute Zukunftsfähigkeit aus. Diese Potentiale müssen aber auch gehoben werden. Dazu werden kluge und engagierte Köpfe benötigt. Man braucht so einen wie Paul Wandrey. Er wünscht dem jungen Oberbürgermeisterkandidaten alles Gute und versichert ihm, dass er, sofern gewünscht, ihm stets mit Rat und Tat zur Seite stehen wird. (CDU)

Der aktuelle Podcast „Heiner DNA“ ist unter paul-georg-wandrey.de/heiner-dna zu finden.

Die Fernsehritzen

Ihr Kundendienst für TV, Video, Hifi und Monitore, Kabel- und Sat-Empfang, Elektronik für Musiker

933553

Bessunger Str. 76a
64285 Darmstadt
www.fernsehfritzen.de

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr.
8.30-10.30 Uhr
16.00-18.00 Uhr

GEMEINSAM GEGEN CORONA

Jetzt Leben retten und Menschen schützen. Weltweit. Mit Ihrer Spende: www.care.de

IBAN: DE 93 3705 0198 0000 0640 40

Die mit dem CARE-Paket

Impressum

NEUE NACHRICHTEN

BESSUNGER

LOKALANZEIGER

Ercheinungsweise:
wöchentlich samstags kostenlos an alle Haushalte in Bessungen, Eberstadt und der nördlichen Bergstraße, der Heimstättensiedlung, Arheilgen, Kranichstein, Wixhausen, Martinsviertel und Johannesviertel sowie an diversen Abgabestellen in der Darmstädter Innenstadt

Vertrieb:
EGRO Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen

Herausgeber:
Combi Medien Verlag GmbH
Marktplatz 3
64283 Darmstadt
Telefon 0 61 51 3929833
Telefax 0 61 51 3929899
info@combi-medien.de
www.combi-medien.de

Geschäftsführung:
Ulrich Diehl (V.i.S.d.P.),
Markus Echternach

Redaktion:
Ralf Hellriegel
Arthur Schönbein, Produktmanager

Text- (Word-Anhang) und Bilderannahme (jpg/tif-Datei) auch per E-Mail unter redaktion@combi-medien.de.
Für unaufgefordert eingesandtes Manuskript- und Bildmaterial besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung und Haftung.

Für Anzeigen:
anzeigen@combi-medien.de

Für redaktionelle Texte:
redaktion@combi-medien.de

Anzeigen: Regina Kasten (verantwortl.)
Es gilt die Anzeigenpreisliste 2022.

Satz: Ulrich Diehl Verlag & Medienservice GmbH

Druck: Druck und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG, Gutenbergstraße 1, 63751 Gelnhausen

Gesamtauflage: über 139.446 Exemplare

Redaktions- und Anzeigenschluss:
Montags, 14.00 Uhr

Alle Rechte vorbehalten. Abdrucke, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags. Der „Lokalanzeiger“ und die „Bessunger Neue Nachrichten“ werden auf umweltfreundlichem, recyclingfähigem Papier gedruckt, das vorwiegend aus Altpapier hergestellt wurde.
Leserbriefe veröffentlichen wir nach dem Maß des vorhandenen Platzes. Für den Inhalt von Leserbriefen wird jegliche Haftung ausgeschlossen, Kürzungen bleiben vorbehalten. Für Gestaltung, Satz und Ausführung von Texten und Anzeigen, Urheberrecht beim Verlag. Für Fehler keine Haftung.

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

Ihr Partner rund um Ihren Garten

Gartenplanung

Pflasterarbeiten

Erdarbeiten

Zaunbau

Mauern & Hangabsicherungen

Bewässerungssysteme

Garten- und Baumpflege

Baumfällung und Rodung

Kostenlosen Vor-Ort-Termin & Angebot sichern:

Industriestraße 5 · 64297 Darmstadt · Telefon: 06151 3607623

E-Mail: info@ms-darmstadt.de www.ms-darmstadt.de



KAHRHOF
BESTATTUNGEN
BESTATTUNGSVORSORGE

Lernen Sie uns kennen,
bevor Sie uns brauchen.

Wir beraten Sie einfühlsam
im Trauerfall und bei der
Vorsorge. Ihre persönlichen
Wünsche stehen bei uns
stets im Mittelpunkt.

Merckstraße 13 • 64283 Darmstadt
Tel: 06151 599080
www.kahrhof-bestattungen.de

Buch
Tipp!



Seelenvulkan
Roman einer Depression
Jutta Sybille Schütz

236 Seiten
Softcover
19,80 Euro

Ulrich Diehl Verlag • Marktplatz 3, Darmstadt • info@udvm.de



**Das schönste Geschenk,
das man einem Menschen
machen kann, ist Zeit**
**Ein kostenfreier
Schnuppertag in
der Tagespflege
„Bessunger Platz“**
Bedarfsgerechte Betreuung
für ältere Menschen – Frei-
räume für ihre Angehörigen
ASB Tagespflege Bessunger Platz
Bessunger Straße 59 • 64285 Darmstadt

06151 - 3594607
tagespflege-bessungen
@asb-suedhessen.de

**Wir helfen
hier und jetzt.**
ASB
Arbeiter-Samariter-Bund

Termine der Siedler-SPD
Vorweihnachtszeit

HEIMSTÄTTENSIEDLUNG – Die SPD in der Heimstätten-siedlung wird am Samstag, 26. November um 15 Uhr in den Räumen der Vereinsge-meinschaft Heimstätten-siedlung (VGH), Heimstättenweg 100, eine große Zahl Mitglie-der für viele Jahre Treue zur SPD auszeichnen.

Am vorweihnachtlichen Kaf-fee-Nachmittag werden auch der die direkt gewählten SPD-Abgeordneten Andreas Larem (Mitglied des Deutschen Bun-destages) und Bijan Kaffen-berger (Mitglied des Hessi-schen Landtages) teilnehmen. Auch Hanno Benz, Kandidat der SPD für das Amt des Darmstädter Oberbürger-meisters, wird dabei sein und über seine Ziele informieren: „Darmstadt muss wieder für Alle da sein - das sehen ge-rade wir in der Siedlung so und unterstützen Hanno Benz“, sagt Frank Horneff für die Siedler-SPD. Anmeldun-gen für Mitglieder unter spd-heimstaette@t-online.de Bereits am Vorabend, Freitag, 25. November, werden ab

17 Uhr am von der Siedler-SPD organisierten Weihnachts-baum auf dem Straubplatz bei Glühwein und Gebäck die Lich-ter entzündet. Damit setzt der SPD-Ortsverein eine seit vielen Jahren währende Tradition fort.

ANZEIGE
Über 100 Jahre
Wallner
„SOFANTASTISCH!“
Polstern u. Neubeziehen in eigener Werkstatt
Möbel- u. Dekostoffe
Wallner • Raumausstattermeister
Restaurator im Raumausstatterhandwerk
Polstermöbel & Deko e. K.
Bessunger Str. 33–35, DA
Telefon 06151/63573
Mo.–Fr. 9–12 u.14–17 Uhr, Sa. n. Vereinb.

Bojana Trninic
Mitarbeiterin
easyApotheke, Mühlthal
Verstopfung
Betroffene beschreiben meistens harte Stühle und damit verbundene Krämpfe und Schmerzen, die durch starkes Pressen nicht verbessert werden können. Häufig bleibt nach dem Stuhlgang das Gefühl einer un-vollständigen Entleerung. Eine akute Obstipation beruht meistens auf einer Änderung der Lebensgewohnheiten. Das kann zum Beispiel eine Reise, mangelnde Bewegung oder eine Ernährungs-umstellung sein. Eine chronische Verstopfung liegt vor, wenn die Verstopfung länger als drei Mona-te anhält und muss immer ärztlich abgeklärt werden. Der Großteil an chronischen Verstopfungen wird durch die dauerhafte Unterdrü-ckung der Stuhlentleerung verur-sacht. Aber auch Arzneimittel, wie zum Beispiel starke Schmerzmittel oder Eisenpräparate können zu ei-ner chronischen Verstopfung füh-ren. Leiden Sie akut unter einer Obsti-pation können die folgenden nicht-medikamentösen Tipps für Abhilfe sorgen. Regelmäßige Bewegung und weniger Stress sind sehr wich-tig. Es sollte ausreichend getrunken (1,5 bis 2 L am Tag) und ballaststoff-reich gegessen werden. Quellstoffe

Brigitte Hollenberg
Liebe Kunden,
wir verabschieden uns
für dieses Jahr in den
WINTERSCHLAF.
Ab Anfang März 2023
werde ich wieder
für Sie da sein.
Ich danke Ihnen ganz
♥lich und wünsche
Ihnen eine schöne
Winterzeit.
Ihre
Brigitte Hollenberg
DA • Klappacher Str. 122-124
Tel. 06151/6013322

NABU
**Giftfrei Gärtnern
tut gut...**
...Ihnen und der Natur.
Weitere Infos unter
www.NABU.de/giftfrei



* 27.03.1947 **Wuchdy** † 18.11.2004

**GESUND
LEBEN**

Bojana Trninic
Mitarbeiterin
easyApotheke, Mühlthal
Verstopfung
Betroffene beschreiben meistens harte Stühle und damit verbundene Krämpfe und Schmerzen, die durch starkes Pressen nicht verbessert werden können. Häufig bleibt nach dem Stuhlgang das Gefühl einer un-vollständigen Entleerung. Eine akute Obstipation beruht meistens auf einer Änderung der Lebensgewohnheiten. Das kann zum Beispiel eine Reise, mangelnde Bewegung oder eine Ernährungs-umstellung sein. Eine chronische Verstopfung liegt vor, wenn die Verstopfung länger als drei Mona-te anhält und muss immer ärztlich abgeklärt werden. Der Großteil an chronischen Verstopfungen wird durch die dauerhafte Unterdrü-ckung der Stuhlentleerung verur-sacht. Aber auch Arzneimittel, wie zum Beispiel starke Schmerzmittel oder Eisenpräparate können zu ei-ner chronischen Verstopfung füh-ren. Leiden Sie akut unter einer Obsti-pation können die folgenden nicht-medikamentösen Tipps für Abhilfe sorgen. Regelmäßige Bewegung und weniger Stress sind sehr wich-tig. Es sollte ausreichend getrunken (1,5 bis 2 L am Tag) und ballaststoff-reich gegessen werden. Quellstoffe

easyApotheke
wie Leinsamen oder Flohsamen sind zum Beispiel reich an Ballast-stoffen. Sie werden in einem großen Glas Wasser eingerührt und 5 bis 10 Minuten stehen gelassen. Sie binden Wasser im Darm und führen zu einem Entleerungs-Reiz. Wenn das nicht hilft, können Sie auf Abführmittel zurückgreifen. Hier gibt es eine große Auswahl an un-terschiedlichen Produkten, die alle ihre Vor- und Nachteile haben. Ge-ne beraten wir Sie zu diesem Thema in der Easy Apotheke im Mühlthal!

Wussten Sie schon? Wir verschen-ken gerade Adventskalender. Hinter 24 Türen verstecken sich tolle Rabatte und Coupons für Gratispro-dukte, die dann im Dezember in der Easy Apotheke eingelöst wer-den können. Von Halsbonbons bis zu Pflegeprodukten ist für jede/n KundIn etwas dabei!

easyApotheke Mühlthal
Rheinstr. 45 • 64367 Mühlthal
06151 4289 143
muehlthal@easyapotheken.de

VERBRAUCHERTIPPS

Anzeige

Mission Mobilität – Mit einem Treppenlift im eigenen Zuhause unabhängig bleiben
(epr) Wenn die Treppenstufen im eigenen Zuhause zur Herausforderung werden, sind clevere Lösungen gefragt. Der Hersteller AP+ Treppenlifte steht für hochwertige Produkte und hohes Service-engagement – das zeigt auch die



Foto: epr/AP+ Treppenlifte

Auszeichnung mit dem TÜV-Zertifikat für Kundenzufriedenheit. Das Unter-nehmen bietet dank eines flexiblen Schienensystems für nahezu jede Treppe den passenden Treppenlift. Die Modelle punkten mit innovati-ver Technologie, hohen Sicherheits-standards und einem ansprechenden Design. Die Experten von AP+ be-raten kostenlos vor Ort und geben nach dem Aufmaß eine Empfeh-lung für die Treppenlift-Anlage, die am besten den Bedürfnissen sowie den baulichen Möglichkeiten ent-spricht. Zudem helfen sie auch bei Fragen rund um das Thema staat-liche Zuschüsse und Förderungen. Komplettiert wird das AP+ Angebot von Außenliften, die einen sicheren Zugang zum Garten ermöglichen. Mehr zum umfangreichen Por-tfolio sowie Serviceleistungen unter www.homeplaza.de/ap-treppenlifte

Black is beautiful – Mit schwarzen Badezimmer-Elementen designstarke Akzente setzen und edle Kontraste kreieren
(epr) Als Spezialist für perfekt sanierte Bäder aus einer Hand bietet BANOVO abwechslungs-reiche Design-Ideen für den beliebten Black-Trend. Durch den gezielten Ein-satz schwarzer Ausstattungselemente können spannende Raumwelten erschaffen werden – z. B. dezent mit schwarzen Armaturen und Dusch-Gittertüren oder etwas präsenter durch zusätzliche schwarze Waschtisch-Unterschänke, Möbel und Dekoartikel. Freistehende Badewannen in dem dunklen Trendton sorgen im Bad für echte Eyecatcher und har-monisieren besonders gut mit sanften Beige- und Erd- sowie kühlen Grautönen. Bäder ohne Tageslichteinfall sollten auf Beleuchtung mit warmer Lichtfarbe zurückgreifen, damit das Schwarz seine edle Wirkung ent-falten kann. BANOVO unterstützt Modernisierer mit einer Rundum-sorglos-Betreuung – von der indivi-duellen Planung mit fotorealistischen 3D-Ansichten über die Materialbe-stellung und den Einbau bis hin zu Abnahme und Endreinigung. Mehr unter www.homeplaza.de/banovo



Foto: epr/BANOVO GmbH



Foto: epr/Triflex/AJ_Watt/Gettyimages.de

Balkone: Besser früh renovieren als später aufwendig sanieren – Dank Systemen auf Flüssigkunststoffbasis
Balkone an einem Tag instand setzen
(epr) Experten empfehlen, Balkone zweimal pro Jahr auf Mängel zu über-prüfen. Denn wenn kleine Mängel nicht frühzeitig behoben werden, drohen bald größerer Sanierungsbedarf oder sogar Schäden an der Gebäudesubstanz. Zur schnellen und unkomplizierten Renovierung eignen sich Systeme auf Flüssigkunststoffbasis, wie sie etwa der Hersteller Triflex anbietet. Sie haften auf unterschiedli-chen Untergründen, passen sich flexi-bel auch kleinsten Ecken an und härten sehr schnell aus. Die Instandsetzung eines Balkons lässt sich so an nur einem Tag realisieren. Dank der geringen Schichtdicke ist die Lösung zudem für die anspruchsvolle Ausführung schwel-lenloser Übergänge für barrierefreies Wohnen prädestiniert. Weiteres unter www.homeplaza.de/triflex



Foto: epr/Triflex

Mein Wintergarten, mein Wohlfühlort – Wie der individuelle Glaspalast zum neuen Lieblingsplatz wird
(epr) Ein Wintergarten bietet Schutz vor Wind, Regen sowie Schnee, spendet Schatten im Sommer und ermöglicht einen lichtdurchfluteten Raum während der düsteren Wintermonate. Sunparadise liefert mit HAWAII 80 ein flexibles Winter-garten-Konstruktionssystem, mit dem sich designstarke Lösungen umsetzen lassen. Die Möglichkeit, aus unterschiedlichen, zeitlosen Dachformen zu wählen sowie innen und außen verschiedene Farben einzusetzen, sorgt für einen individuellen Lieblingsplatz. Die konsequente thermische Trennung und Isolation haben eine perfekte Wärmedämmung zur Folge. Für einzigartige Wärmedämm-Eigen-schaften sorgt zusätzlich z. B. die Schiebendeckelwand MONOSLIDE von Sunparadise. Mit ihr profitiert man von einer maximalen Gestal-tungsfreiheit, da sie sich unbegrenzt öffnen lässt – ob auf einer Geraden, um Kurven oder Ecken. Neben Dreh- oder Kippflügel ist selbst eine Kom-bination mit Eingangstüren mach-bar. Weitere Infos finden Sie unter www.homeplaza.de/sunparadise



Foto: epr/Sunparadise

Ganz schön helle! – Freitragende Treppen lassen Räume größer und offener erscheinen
(epr) Die freitragende Kenngott-Treppe punktet mit einer elegan-ten, lichtdurchlässigen Konstruktion, die auf Wangen, Setzstufen und tra-gende, groß dimensionierte Hand-laufholme verzichtet. Die ca. 65 mm starken Stufen werden wandseitig



Foto: epr/Kenngott

verankert, sodass kaum Platz verloren geht. Die Räume wirken größer und heller, denn das Licht kann ungehindert zwischen Trittstufen und Geländern hindurchscheinen. Wei-teres Plus: Die beinahe schwebend wirkende Kenngott-Treppe lässt sich in nahezu jedes Ambiente integrieren. Möglich macht das eine riesige Design- und Farbauswahl an Stufen-materialien – Longlife, Massivholz oder Stein – sowie Verbindungselementen und Geländern. Über 10.000 unterschiedliche Varianten stehen zur Verfügung, wenn es darum geht, das Zuhause mit einer optisch leichten Treppe auszustatten, die auch in puncto Stabilität, Tragkraft und Sicherheit überzeugt. Mehr unter www.homeplaza.de/kenngott

Sicher und nachhaltig – Hausnotrufsysteme stehen für optimale Versorgung und Langlebigkeit
(epr) Wer sich aufgrund seiner Lebenssituation ein höheres Maß an Unterstützung und Sicherheit im eigenen Zuhause wünscht oder seine Angehörigen gut versorgt wissen möchte, der kann sich für die Dienstleistung eines Hausnotrufanbieters entscheiden. Das richtige Haus-notrufsystem für jeden Bedarf und jede Wohnsituation bietet zum Bei-spiel die Vitakt Hausnotruf GmbH an. Sie setzt auf optimale Beratung und besten Service bei der Versor-gung ihrer Kund*innen und auch auf den Aspekt der Nachhaltigkeit: „Unsere Geräte unterliegen nicht nur einer strengen Sicherheitskontrolle, sondern wir haben von Anfang an Wert darauf gelegt, dass Vitakt-Haus-notrufsysteme langlebig sind und viele Einsätze durchlaufen können, ohne dass sie ersetzt werden müssen“, erläutert Britta Schönweitz, Geschäftsführerin von Vitakt. Mehr unter www.homeplaza.de/vitakt



Foto: epr/Vitakt Hausnotruf

Hilfe auf Knopfdruck: Über den Sender kann schnell für Hilfe gesorgt werden. Wenn der Knopf des Senders be-tätigt wird, nimmt ein Vitakt-Mitarbeiter kurze Zeit später Kontakt über das Hausnotrufsystem auf.

Sport



Foto: Arthur Schönbein

Fantastische Hinrunde

Darmstadt im November. Die Niederlage in Regensburg, sie blieb die einzige Darmstädter Pleite während der kompletten Hinserie. Die Bilanz: zehn Siege, sechs Remis und eben jenes Match im Jahn-Stadion. Insgesamt 36 Punkte haben die Lilien an den ersten 17 Spieltagen dieses Halbjahres gesammelt. Zudem feierte die Mannschaft vom Böllenfalltor damit die beste Zweitliga-Hinrunde der Vereinsgeschichte seit Einführung der Drei-Punkte-Regelung. Mit einem Heimspiel gegen Jahn Regensburg geht es im neuen Jahr weiter. (28.1./13 Uhr). (sv98 / as)

STRAUP 35 Jahre

Heizungsbau · Sanitäre Anlagen

64297 DA-Eberstadt · Bernsteinweg 4
Telefon 0 61 51 / 5 48 47 · Telefax 0 61 51 / 59 24 86

Stöhr's AUTO SERVICE Der Service macht den Unterschied!

Reparaturen für Fahrzeuge aller Art

KFZ-Meisterbetrieb

Otto-Röhm-Straße 75 · 64293 Darmstadt
Tel.: 0 61 51 13 00 142 · Fax: 0 61 51 13 04 166
Mobil 0172 6114306 · e-mail: stoehrs_club@t-online.de

Seit 20 Jahren für Sie DA.

Radio Darmstadt

Weiterhin auf Sendung

DARMSTADT – In ihrer letzten Sitzung des Jahres hat die Versammlung der Medienanstalt Hessen die Sendelizenz von Radio Darmstadt um weitere fünf Jahre verlängert.

Bis zum 31.12.2027 können die Macher*innen des Senders mit ihrem vielfältigen und werbefreien Programm für Darmstadt weitersenden. Zu hören ist Radio Darmstadt ganzjährig über UKW

103,4 Mhz, per Internet-Livestream oder immer in der zweiten Jahreshälfte auch über DAB+. Mitmachen kann man/ frau auch, das nächste Basic-Seminar, wo alle wichtigen Dinge des Radiomachens angesprochen werden, findet am 22. + 29.01.2023 statt. (NG)

Anmeldungen an seminare@radiodarmstadt.de, Infos unter www.radiodarmstadt.de/mediakompetenz

PEAK und Lilien verlängern vorzeitig

DARMSTADT – Das Darmstädter Technologieunternehmen PEAK und der SV Darmstadt 98 haben ihre langjährige Partnerschaft vorzeitig bis 2025 verlängert.

Seit der Saison 2014/15 kooperieren PEAK und die Lilien und fördern mit einem in dieser Form im deutschen Fußball einzigartigen Social Sponsoring soziale Organisationen und Projekte im Umkreis. Bislang kamen so 1.133.171 Euro für den guten Zweck zusammen. Die bisherige Partnerschaft lief noch bis zum Jahr 2023.

Seit der Zweitliga-Saison 2014/15 ist PEAK Premiumsponsor des SV Darmstadt 98. Im Zuge des in dieser Form im deutschen Fußball einzigartigen Social Sponsorings stellt sich bei jedem Heimspiel eine soziale Organisation aus der Region vor. Im Stadion erhalten die Besucherinnen und Besucher gegen eine Spende für die Organisation Lose, mit denen sie attraktive Preise gewinnen können. Zudem spenden PEAK und die Lilien pro Punkt und Tor eine Summe. Immer wieder beteiligen sich auch die Gastgeber an den Aktionen. (PEAK)

Adventskonzert in St. Elisabeth

DARMSTADT – Am 1. Advent findet in der Kirche St. Elisabeth am Herrngarten ein Adventskonzert mit Darmstädter Chören statt.

Der Sängerkreis Darmstadt Stadt hat wieder ein schönes Programm zusammengestellt und will die Gäste auf die Adventszeit einstimmen. Am 29. November um 16 Uhr beginnt das Konzert mit folgenden Chören:

- Treue Volkschor Arheilgen
- WiDaNoVo Wixhausen
- Germania Eberstadt
- Liederkranz Wixhausen

► Fleischerchor Darmstadt
► Singkreis Kranichstein
► Frohsinn Eberstadt
► Eintracht Arheilgen

Zur musikalischen Untermauerung wird das Mandolinenorchester Eberstadt einige Stücke aus seinem Repertoire vortragen.

Diese Veranstaltung kostet keinen Eintritt, jedoch wird um eine Spende für die Vereinsarbeit gebeten. (NG)

anzeigen@combi-medien.de

KLEINANZEIGEN

Großzügiges Wohnhaus in Riedstadt-Leeheim mit Einliegerwohnung und zusätzlichem, unausgebautem 2-geschossigen Dachgeschoss. Bj 1971, 800 qm Grundfläche, 200 qm Wohnfläche, gepflegter Garten, Garage, Terrasse, offener Kamin usw. Provisionsfrei von Privat. 698.000 € Tel. 0171-8918786. Bitte keine Makler!

Fenster + Dachfenster + Reparaturen
Muhn-Bauteile
☎ 06150-14151 · muhn.de

alles **ECHT SCHAF!**
Gesundheit durch natürliche Wärme!

Darmstädter Str. 1
64673 Zwingenberg
www.alles-echt-schaf.de
Telefon: 0177 / 5 61 83 32

Öffnungszeiten:
Dienstag - Freitag:
10 - 13 Uhr und 14 - 18 Uhr
Samstag: 10 - 13 Uhr

anzeigen@combi-medien.de

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

Frau Milli 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 - 59772692

Sammler mit jahrelanger Erfahrung: Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber aller Art, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelin, Teppiche, Porzellan, Krüge, Zinn, Möbel, Küchen, Gardinen, Tischdecken, Uhren. Kostenlose Beratung und Anfahrt bis 100 km sowie Wertschätzung. Zahle Höchstpreise. 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21 Uhr. ☎ 06031 - 7769934

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

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

Ackerland zu kaufen oder pachten gesucht.
Bauer Lipp ☎ 06150/13030 oder Mobil 0174/8111132

Wir verkaufen Ihre Immobilie zum besten Preis.
Bitte rufen Sie uns an.
IMMO-UMMINGER
Telefon: 0 61 51 / 9 51 07 91

AN
garten & landschaftspflege
www.an-garten.de

Markise 4 m breit, orange/grün gestreift mit Handkurbel zu verschieben. Markise ist im einwandfreien Zustand und bereits demontiert.
Tel: 0160-1549380

PRO-NATUR GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU
... alles im grünen Bereich

Spezialfällungen, Entsorgung, Hecken- und Gehölzschnitte, Zaun-, Rasen- (Rollrasen), und Teichbau, Natursteinarbeiten, Erd-, Wege- und Pflasterarbeiten, Winter- und Hausmeisterdienste

Anfahrt u. Beratung kostenlos
Inhaber Murat Aksoy
☎ 0163-2855212 oder 06150-83190
✉ info@pro-natur.net

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

Roni
Garten- & Hausmeisterservice

Vertikutieren, Rasen mähen, Rollrasen, Baumpflege, Baumfällung, Bepflanzungen, Hecken-, Obst- & Ziergehölzschnitt, Zäune, Steinarbeiten, Dachrinnenreinigung, Kehrarbeiten, kleinere Reparaturen. Anfahrt und Beratung kostenlos.

mobil: 0176-23855035 oder 06151-1547722
E-Mail: gala.roni44@gmail.com

KFZ BAR ANKAUF
Alle Fahrzeuge

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile, Wohnwagen, Oldtimer, Traktoren, Bagger.

Alles anbieten!
(Baujahr, Km, Zustand egal).
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.
06158 - 6086988
0173 - 3087449

Kaufe Autos

PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/-mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln. Zustand egal.

Bitte alles anbieten, Zahle bar und Fair.
24 Stunden erreichbar!
06157/ 9168006
0177/ 31 05303

SUCHE FAHRZEUGE

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise
Sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.
0151/ 7187 2306
06258/5089921

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

stetter-lagerverkauf.de

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

Fabrikneue Geräte vor Ort kaufen - zu Internetpreisen - und günstiger!!!

■ Aussuchen
■ Preis vergleichen
■ zuschlagen

Wir schlagen Internetpreise - nicht immer - aber immer öfter!!!

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

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

Kühlschränke ab 149,-
Trockner ab 199,-
Waschautomaten ab 249,-
Einbaugeschirrspüler ab 299,-
Einbauherde ab 299,-
Einbaukühlschränke ab 199,-

Abholpreis! Vollservice gegen geringen Aufpreis.

stetter
Willi Stetter e. K.
Inhaber Willi Stetter
Elektro-Hausgeräte
Filiale
63853 Mömlingen
Obernburger Str. 13
Tel. 0 60 22 / 20 43 26 · Fax 20 43 28
E-Mail 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
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 10 bis 18 Uhr, Sa. 9 bis 13 Uhr

Ankauf von: Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Bilder, Zinn, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernsteinschmuck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschine, Bücher, Uhren, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös u. diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

KFZ-ANKAUF
WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG JEDE MARKE · JEDES ALTER · JEDER ZUSTAND

PKW BUSSE GELÄNDEWAGEN WOHNMOBIL UNFALLWAGEN MOTORRAD

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



loop5

BLACK FRIDAY

25. NOV, 10 - 20 UHR

Freut Euch auf einen Shoppingtag
mit jeder Menge Schnäppchen
und Sonderaktionen.

Für Euer
Einkaufserlebnis:
Coole Walkacts,
Live-Musik und
unsere Candybar

Für mehr Infos
loop5.de/blackfriday

FIFA WORLD CUP

Gruppe A	
20.11.2022 - 17:00 Uhr	
Katar - Ecuador	:
21.11.2022 - 11:00 Uhr	
Sénégal - Niederlande	:
25.11.2022 - 14:00 Uhr	
Katar - Senegal	:
25.11.2022 - 17:00 Uhr	
Niederlande - Ecuador	:
29.11.2022 - 16:00 Uhr	
Niederlande - Katar	:
29.11.2022 - 16:00 Uhr	
Ecuador - Senegal	:
Tabelle Gruppe A	Punkte
A1	
A2	
A3	
A4	

Gruppe B	
21.11.2022 - 14:00 Uhr	
England - Iran	:
21.11.2022 - 20:00 Uhr	
USA - Wales	:
25.11.2022 - 11:00 Uhr	
Wales - Iran	:
25.11.2022 - 20:00 Uhr	
England - USA	:
29.11.2022 - 20:00 Uhr	
Wales - England	:
29.11.2022 - 20:00 Uhr	
Iran - USA	:
Tabelle Gruppe B	Punkte
B1	
B2	
B3	
B4	

Gruppe C	
22.11.2022 - 11:00 Uhr	
Argentinien - Saudi-Arabien	:
22.11.2022 - 17:00 Uhr	
Mexiko - Polen	:
26.11.2022 - 14:00 Uhr	
Polen - Saudi-Arabien	:
26.11.2022 - 20:00 Uhr	
Argentinien - Mexiko	:
30.11.2022 - 20:00 Uhr	
Polen - Argentinien	:
30.11.2022 - 20:00 Uhr	
Saudi-Arabien - Mexiko	:
Tabelle Gruppe C	Punkte
C1	
C2	
C3	
C4	

Gruppe D	
22.11.2022 - 14:00 Uhr	
Dänemark - Tunesien	:
22.11.2022 - 20:00 Uhr	
Frankreich - Australien	:
26.11.2022 - 11:00 Uhr	
Tunesien - Australien	:
26.11.2022 - 17:00 Uhr	
Tunesien - Frankreich	:
30.11.2022 - 16:00 Uhr	
Tunesien - Frankreich	:
30.11.2022 - 16:00 Uhr	
Tunesien - Frankreich	:
Tabelle Gruppe D	Punkte
D1	
D2	
D3	
D4	

Quatar 2022



Gruppe E	
23.11.2022 - 14:00 Uhr	
Deutschland - Japan	:
23.11.2022 - 17:00 Uhr	
Spanien - Costa Rica	:
27.11.2022 - 11:00 Uhr	
Japan - Costa Rica	:
27.11.2022 - 20:00 Uhr	
Spanien - Deutschland	:
01.12.2022 - 20:00 Uhr	
Japan - Spanien	:
01.12.2022 - 20:00 Uhr	
Costa Rica - Deutschland	:
Tabelle Gruppe E	Punkte
E1	
E2	
E3	
E4	

Gruppe F	
23.11.2022 - 11:00 Uhr	
Marokko - Kroatien	:
23.11.2022 - 20:00 Uhr	
Belgien - Kanada	:
27.11.2022 - 14:00 Uhr	
Belgien - Marokko	:
27.11.2022 - 17:00 Uhr	
Kroatien - Kanada	:
01.12.2022 - 16:00 Uhr	
Kroatien - Belgien	:
01.12.2022 - 16:00 Uhr	
Kanada - Marokko	:
Tabelle Gruppe F	Punkte
F1	
F2	
F3	
F4	

Gruppe G	
24.11.2022 - 11:00 Uhr	
Schweiz - Kamerun	:
24.11.2022 - 20:00 Uhr	
Brasilien - Serbien	:
28.11.2022 - 11:00 Uhr	
Kamerun - Serbien	:
28.11.2022 - 17:00 Uhr	
Brasilien - Schweiz	:
02.12.2022 - 20:00 Uhr	
Kamerun - Brasilien	:
02.12.2022 - 20:00 Uhr	
Serbien - Schweiz	:
Tabelle Gruppe G	Punkte
G1	
G2	
G3	
G4	

Gruppe H	
24.11.2022 - 14:00 Uhr	
Uruguay - Südkorea	:
24.11.2022 - 17:00 Uhr	
Portugal - Ghana	:
28.11.2022 - 14:00 Uhr	
Südkorea - Ghana	:
28.11.2022 - 20:00 Uhr	
Portugal - Uruguay	:
02.12.2022 - 16:00 Uhr	
Südkorea - Portugal	:
02.12.2022 - 16:00 Uhr	
Ghana - Uruguay	:
Tabelle Gruppe H	Punkte
H1	
H2	
H3	
H4	

Hörgeräte
verbinden.Modern, diskret und
persönlich in EberstadtJETZT KOSTENLOS
HÖRGERÄTE TESTEN!Barak
HörgeräteTel. 0 61 51 / 5 77 83
www.barak-hoeren.de

Achtelfinale (AF)

03.12.2022 - 16:00 Uhr	04.12.2022 - 16:00 Uhr	05.12.2022 - 16:00 Uhr	06.12.2022 - 16:00 Uhr
-	-	-	-
Sieger Gruppe A - Zweiter Gruppe B	Sieger Gruppe D - Zweiter Gruppe C	Sieger Gruppe E - Zweiter Gruppe F	Sieger Gruppe F - Zweiter Gruppe E
03.12.2022 - 20:00 Uhr	04.12.2022 - 20:00 Uhr	05.12.2022 - 20:00 Uhr	06.12.2022 - 20:00 Uhr
-	-	-	-
Sieger Gruppe C - Zweiter Gruppe D	Sieger Gruppe B - Zweiter Gruppe A	Sieger Gruppe G - Zweiter Gruppe H	Sieger Gruppe H - Zweiter Gruppe G

Viertelfinale (VF)

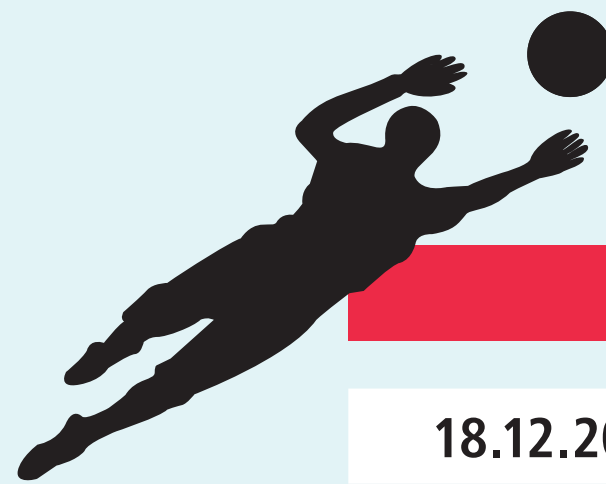
09.12.2022 - 16:00 Uhr	10.12.2022 - 16:00 Uhr
-	-
Sieger AF 5 - Sieger AF 6	Sieger AF 7 - Sieger AF 8
09.12.2022 - 20:00 Uhr	10.12.2022 - 20:00 Uhr
-	-
Sieger AF 1 - Sieger AF 2	Sieger AF 3 - Sieger AF 4

Halbfinale (HF)

13.12.2022 - 20:00 Uhr
-
Sieger VF 2 - Sieger VF 1
14.12.2022 - 20:00 Uhr
-
Sieger VF 4 - Sieger VF 3

FINALE

18.12.2022 - 16:00 Uhr
-
Sieger HF 1 - Sieger HF 2

Für den günstigen Bio-Einkauf:
Netto-Biofachmarke NATURKIND

Ist Bio, nur besser:
Mit der Biofachmarke NATURKIND bietet Netto Marken-Discount seinen Kundinnen und Kunden noch mehr Auswahl im Bio-Sortiment. Trotz steigender Preissensibilität wächst die Nachfrage an Bio-Produkten im Netto-Sortiment stetig. Mit der NATURKIND-Reihe ermöglicht der Lebensmittelhändler auf günstigem Preisniveau eine hochwertige Fachmarkenalternative und baut seine Bio-Kompetenz weiter aus.
Bereits bis zu 80 NATURKIND-Artikel finden sich in allen Warenbereichen, wie beispielsweise Müsli, Reis, Kakao, Äpfel, Mozzarella oder Babyernährung im Netto-Regal. Mit einem ganzheitlichen Nachhaltigkeitsanspruch werden die Artikel im Einklang mit Natur, Tier und Mensch erzeugt und stammen zu 100 Prozent aus kontrolliert ökologi-



Catering für alle Anlässe

Jambo African Dishes
Afrikanische Spezialitäten
Best Foodtrucks in TownÖffnungszeiten:
Dienstag, Mittwoch + Donnerstag
12.00 – 13.30 Uhr
Freitag 17.00 – 19.00 UhrTelekom City
Mina-Rees-Str. 10
Darmstadt+49 1734032274
info@jamboafricandishes.com
www.jamboafricandishes.comm & m
BAU & SANIERUNG

- BADSANIERUNG
- FLIESEN-, PLATTEN- & MOSAIKVERLEGUNG
- BALKONE & TERRASSEN
- VERPUTZARBEITEN
- TROCKENBAU
- RENOVIERUNGSSERVICE
- UND VIELES MEHR

0 177 36 18 284
www.mm-bau-san.de
m & m | Bau & Sanierung | Söderstr. 105 | 64287 DarmstadtHerbstzeit ist Radiozeit
Jetzt mit DAB+ genießen

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 Mitmachen, 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.

Geräte bereits ab 30 Euro
Gönnen Sie sich und Ihren Lieben ein DAB+ Radiol DAB+ Radios sind zukunftsicher. 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.

Seit 1996

Pflegedienst Hessen-Süd
immer in Ihrer Nähe

Zuhause ist es doch am Schönsten!

**Kranken- und Altenpflege
Hauswirtschaft
Intensivpflege
Hausnotruf
Beratung**

Pflegedienst Hessen-Süd
Janssen GmbH

Eschollbrücker Straße 26
64295 Darmstadt
Telefon 0 61 51- 96 97 70

www.pflegedienst-hessen-sued.de



DR. CLEMENS BOCHNIG
KIEFERORTHOPÄDIE

kfo-bochnig.de

August-Bebel-Straße 2 | 64347 Griesheim | T.: 06155 877970

Agieren statt reagieren

Die Zeiten haben sich geändert. Die Kinder sind längst ausgezogen, das Haus oder die Wohnung ist zu groß geworden und der Garten hat sich zur echten Herausforderung entwickelt. Eine Entscheidung muss getroffen werden, die Erleichterung im Alltag ermöglicht, bevor das Eigenheim oder die Wohnung zur Altersfalle wird. Im Idealfall finden Sie eine Lebensform, die das Fundament für alle weiteren Lebenslagen bildet. Agieren ist dabei besser als reagieren. Nicht zu planen und abzuwarten, bis die Not eine Veränderung aufzwingt, bedeutet oft keinen Entscheidungsspielraum mehr zu haben.

Das Leben ist unberechenbar – wir nicht!

Mit der Residenz „Am Kurpark“ haben Sie genau den zuverlässigen Partner an Ihrer Seite, der Service, Genuss und Sicherheit unter einem Dach anbietet. Das Angebot ist passgenau und individuell zugeschnitten, denn jeder Lebensabschnitt hält neue Herausforderungen bereit. Beim Einzug sind die Bewohner noch fit und können im Notfall auf den im Haus ansässigen Pflegedienst zurückgreifen. Sollte sich im Laufe des Residenzwohnens Pflegebedarf über die Notfallversor-

gung hinaus ergeben, kann der Pflegedienst nach Absprache die ambulante Pflege übernehmen. Wird gar der Wechsel in ein Pflegehaus zur stationären Pflege notwendig, werden die „Residenzler“ durch die enge Verbindung zum Pflegehaus Das „Blaue Haus“ oft bevorzugt behandelt, sofern ein freier Platz verfügbar ist. Für ein ausgeglichenes Sozialleben ist ebenfalls gesorgt. Das Wohnen in der Residenz wird von einem vielseitigen sozial-kulturellen Programm begleitet. Zur Mobilität steht der hauseigene „Resi-Bus“ zur Verfügung, der regelmäßig die Einkaufsmärkte und zentralen Haltestellen in Bad König sowie die Innenstädte von Erbach und Michelstadt anfährt. Sind Sie neugierig geworden? Es informiert Sie gerne Silvia Uhlig unter 06063.9594-0 oder per E-Mail info@seniorenresidenz-badkoenig.de. Weitere Informationen finden Sie auch im Internet unter www.senioren-wohnpkonzepte.de (PR)



Mehr Zeit für mich!
Die Johanniter-Tagespflege in Griesheim

In unserer Tagespflege bieten wir **Geselligkeit und professionelle Betreuung** für Ihre Lieben. **Inklusive Abhol-Service***

Weitere Informationen unter:
www.juh-da-di.de
Tel. 06155 6000 830

*Innerhalb von 15km Umkreis um Griesheim.

JOHANNITER

Die Tagespflege Leuchtturm in Griesheim

Professionelle Pflege und Betreuung mit Herz, darauf legen Pflegebereichsleiter Dirk Dornblüth und sein Team in der Tagespflege in Griesheim viel Wert. Das Angebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die in ihrer privaten Umgebung wohnen bleiben möchten, aber Pflege und Betreuung benötigen. Dafür bieten die Johanniter in Griesheim eine passende Möglichkeit, um

-ANZEIGE-

den Alltag gut betreut und selbstbestimmt zu erleben. Nach der Abholung durch den hauseigenen Fahrdienst werden unsere Gäste in den gemütlich gestalteten, hellen Räumen der Tagespflege willkommen geheißen. Hier können sie an einer aktiven und gut gelaunten Gemeinschaft teilhaben, finden aber auch genügend Rückzugsmöglichkeiten vor. Für das leibliche Wohl sorgt das Haus Waldeck.

Seit September konnte die Tagespflege ihre Räumlichkeiten um einen großen Gemeinschaftsraum erweitern. Damit gibt es jetzt viel Platz um sportliche, kreative und unterhaltende Angebote für die Gäste auf die Beine zu stellen.

Das bringt die Tagespflege der Johanniter in eine neue Situation: früher mussten Anfragen mit großem Bedauern abgelehnt werden, weil keine Kapazitäten verfügbar waren. Heute kann man neue Gäste aufnehmen. Das kommt nicht nur den Seniorinnen und Senioren zu Gute, sondern auch ihren Angehörigen.

Wenn Sie Interesse haben, einen Angehörigen bei uns in liebevolle Hände zu geben, dann wenden Sie sich an Dirk Dornblüth unter 06155 6000-830.



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



Seit über 25 Jahren
... mehr Lebensqualität
... mehr Sicherheit
... mehr Ruhestand

Der richtige Zeitpunkt ist JETZT

RESIDENZ & HOTEL „AM KURPARK“ BAD KÖNIG

**Werkstraße 27
64732 Bad König
Tel. 06063.9594-0**

www.senioren-wohnpkonzepte.de

Liebevolle und fachgerechte Betreuung in Ihrer vertrauten Umgebung.



Unser Team bietet Ihnen:

- Grund- und Behandlungspflege
- Verhinderungspflege
- Beratungsbesuche
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Entlastungspflege für 125,- Euro/monatlich

Büro: Siemensstraße 6 • 64289 Darmstadt
Tel.: 06151 - 870 66 30 • Fax: 06151 - 800 98 89

Kreisende Gedanken und innere Unruhe – So kommen Sie wieder zur Ruhe

Hören, riechen, schmecken, Informationen verarbeiten, reagieren, kommunizieren – die Anforderungen in jeder Sekunde sind extrem vielfältig. Ein komplexes System der Signalverarbeitung sorgt dafür, dass über Hunderte Milliarden Nervenzellen alle Eindrücke von den Sinnesorganen ans Gehirn übermitteln. Dort werden sie im limbischen System gesammelt und koordiniert. Reizfilter sortieren die Informationen – Wichtiges wird gespeichert, Unwichtiges wird gelöscht. Sinneseindrücke werden zunächst über elektrische Signale weitergegeben. Dadurch öff-

nen sich am Ende einer Nervenzelle die Calcium-Kanäle. Calcium-Ionen strömen ein und lösen chemische Botenstoffe aus, die zur Übertragung einer Information auf eine nachgeschaltete Nervenzelle notwendig sind.

Prasseln zu viele Reize auf den Körper ein, kommt es zu einer Reizüberflutung. Die Calcium-Kanäle bleiben zu lange geöffnet und zu viele Calcium-Ionen fluten die Zelle. Die Folge: Eine Fülle von erregenden Botenstoffen aktiviert die Nervenzelle und überfordert das Nervensystem und das Gehirn. Der Körper gerät in einen andauernden

Zustand von Anspannung und Überforderung. Informationen werden nicht mehr verarbeitet, innere Unruhe bis hin zu Angstgefühlen entsteht. Auch nachts kommt man nicht mehr zur Ruhe, an erholsamen Schlaf ist nicht mehr zu denken.

Anspannung und innere Unruhe natürlich stoppen

Jeder Mensch reagiert anders – Konzentrationsschwierigkeiten oder Leistungsabfall, aber auch körperliche Symptome wie Herzrasen, Migräne oder Tinnitus sind möglich. Häufige Folgen der wachsenden An-

spannung sind Schlafstörungen. Wer sich über Tage und Wochen nachts unruhig in den Kissen wälzt und morgens wie gerädert aufsteht, sollte aktiv werden. Wird dieser Prozess nicht aufgelöst, nimmt der Druck weiter zu und die Gesundheit leidet.

Das pflanzliche Arzneimittel Lasea mit dem hochwirksamen speziellen Arzneilavendelöl Silexan setzt im Reizfilter unseres Nervensystems an. Es reguliert den Einstrom von Calcium-Ionen in die Nervenzellen. Weniger erregende Botenstoffe gelangen in die nachgeschaltete Nervenzelle. Innere Unruhe,



Das pflanzliche Arzneimittel Lasea mit dem speziellen Arzneilavendelöl Silexan setzt im Reizfilter unseres Nervensystems an. Foto: Dr. Willmar Schwabe/akz-o

Angstgefühle und damit verbundene Schlafstörungen gehen zurück. Lasea ist gut verträglich; macht nicht abhängig oder tagsüber müde. Die beruhigende Wirkung tritt bereits nach wenigen Tagen ein, in der Folge bessert sich dann auch der Schlaf. Wechselwirkungen mit anderen Präparaten sind nicht bekannt.

Wer jeden Tag mit frischer Energie starten möchte, braucht erholsamen Schlaf. Daher sind innere Ruhe und Ausgeglichenheit die Basis, um neue Aufgaben mit Neugier anzupacken und erfolgreich zu bewältigen. (akz-o)



ZahnExperten in Weiterstadt
Gabriele Bernhard & Kollegen

IMPLANTATE MIT 3D-PLANUNG

www.Zahnexperten-Weiterstadt.de

Weiterstadt bietet jetzt eines der modernsten Zahnzentren im Rhein-Main-Gebiet

IHRE EXPERTEN FÜR ZAHNMEDIZIN UNTER EINEM DACH

UNSER BEHANDLUNGSSPEKTRUM AUF EINEN BLICK:

- Ästhetische Zahnheilkunde
- Endodontie mit Mikroskop
- Entfernung der Weisheitszähne
- Funktionsdiagnostik/-therapie von Kiefergelenkstörungen (CMD)
- Ganzheitliche Zahnmedizin
- Implantate mit 3D-Planung
- Knochenaufbau
- Laserbehandlung
- Parodontologie
- Prophylaxe
- Vollnarkose

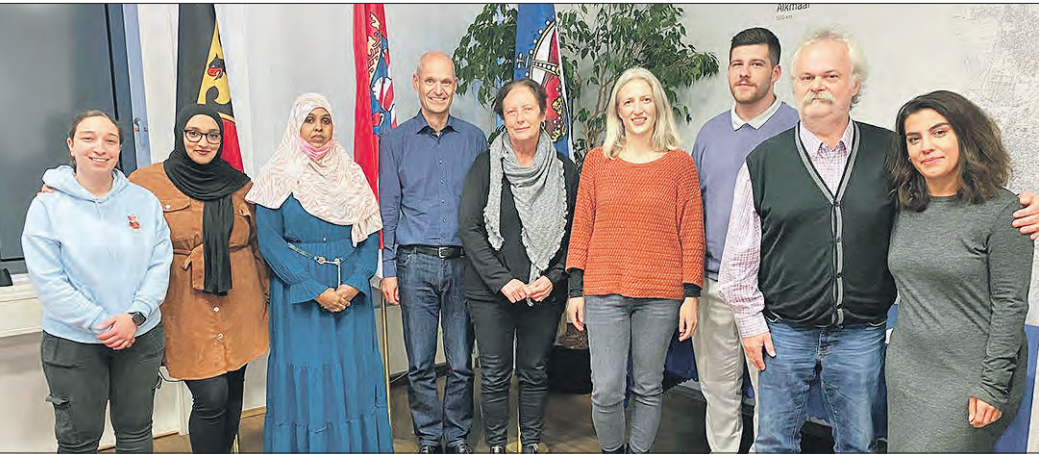
ZahnExperten in Weiterstadt Brunnenweg 7 • 64331 Weiterstadt • TEL 06150 4710

Preis für soziale Verdienste

Einfühlungsvermögen und soziales Engagement

DARMSTADT – Am vergangenen Donnerstag (10. November) hat die Wissenschaftsstadt Darmstadt den mit insgesamt 2.500 Euro dotierten Preis für soziale Verdienste vier Personen und einer Gruppe verliehen.

„Mit der Verleihung des diesjährigen Preises würdigt die Wissenschaftsstadt Darmstadt das außergewöhnliche ehrenamtliche Engagement der Preisträgerinnen und Preisträger. Ihre Bereitschaft, sich in einer für viele Menschen und sicher auch für sie selbst schwierigen Zeit freiwillig und unentgeltlich für andere einzusetzen, ist vorbildlich. Ihr Engagement zeigt, wie wichtig Einfühlungsvermögen und soziales Engagement



BÜRGERMEISTERIN BARBARA AKDENIZ (Mitte) mit den Preisträgerinnen und Preisträgern (Foto: Wissenschaftsstadt Darmstadt)

für den gesellschaftlichen Zusammenhalt sind“, führte Bürgermeisterin und Sozialdezernentin Barbara Akdeniz im Rahmen der Preisverleihung aus.

Der Jury zur Verleihung des Preises 2022, die von Bürgermeisterin Akdeniz geleitet wurde, lagen sechs Vorschläge vor. Nach Prüfung dieser Vorschläge entschied die Jury ein-

stimmig, den Preis an Dr. Judith Elbe, Hubert Hübner, Richard Jordan, Amina Sharif Mahamed und die VIPeers unter der Leitung von Andreas Krauß zu verleihen. (PS / stip)

Zum Tag des Eisenmangels – Zeit für eine Überprüfung

Die Tage werden kürzer und viele Menschen verspüren eine gewisse Wintermüdigkeit und Energielosigkeit. Dahinter kann sich ein Mangel des Spurenelements Eisen verstecken. Eisenmangel ist mit ca. 2 Milliarden Betroffenen die häufigste Mangelerkrankung der Welt und die einzige Mangelerkrankung, die in den Industrieländern prominent vertreten ist.¹ Der Internationale Tag des Eisenmangels am 26. November will Betroffene über den Eisenmangel informieren. Eisen ist im menschlichen Körper ein enorm wichtiges Spurenelement, es wird z. B. gebraucht für den Sauerstofftransport², den Zellaufbau² oder ist auch bei eisenabhängigen Prozessen in unseren Organen wie z.B. dem Herzen, den Nerven oder der Schilddrüse beteiligt³. Fehlt dem Körper die ausreichende Menge Eisen, kann das Folgen haben. Eisenmangel tritt in Europa bei ca. jeder 10.–20. Person auf; in der Gruppe

der gebärfähigen Frauen ist sogar jede fünfte betroffen.³ Als besonders anfällig für einen Eisenmangel zeigen sich generell Frauen, chronisch Kranke, ältere Menschen, Schwangere oder auch Menschen, die sich vegetarisch ernähren.² Könnte auch bei Ihnen ein Eisenmangel vorliegen? Scannen Sie einfach den QR-Code und machen Sie einen schnellen Test mit 13 Fragen (der Test ersetzt keinen Arztbesuch) oder informieren Sie sich auf www.eisen-netzwerk.de, denn: Ohne Eisen fehlt Dir was!



Quellen:
1. Peyrin-Biroulet L, et al., Am J Clin Nutr. 2015; 102(6): 1585–1594.
2. Huch R und Schäfer R, 2006; Georg Thieme Verlag, Stuttgart/New York.
3. Haslka J, et al. Eisenmangel und Eisenmangelanämie. Stand Juli 2022. Abrufbar unter: <https://www.onkopedia.com/de/onkopedia/guidelines/eisenmangel-und-eisenmangelanemie/@guideline/html/index.html> (letzter Abruf: Oktober 2022)

LOKALANZEIGER

anzeigen@combi-medien.de

NEUE NACHRICHTEN

BESSUNGER



MIT BIJAN KAFFENBERGER IN DEN LANDTAGSWAHLKAMPF – Hundertprozentige Zustimmung für Bijan Kaffenberger: Die Delegiertenversammlung für den Landtagswahlkreis Darmstadt-Stadt II (Darmstädter Süden mit Landkreiskommunen) hat in Reinheim den Landtagsabgeordneten Bijan Kaffenberger erneut als Direktkandidaten für die Landtagswahl im Herbst 2023 nominiert – und das mit hundertprozentiger Zustimmung. Die Delegierten der SPD Heimstättensiedlung mit Bijan Kaffenberger (Bildmitte) nach seiner einstimmigen Nominierung in Reinheim (v.l.n.r.): Manuela Heinrich, Frank Horneff, Bijan Kaffenberger, Elisabeth Amann-Weinitschke, Robert Pfeiffer und Wolfgang Galsheimer. (Foto: SPD)

Wenn Stress auf den Magen schlägt Reizdarm ganz natürlich in den Griff bekommen

(djd-p). Stress hat sich in den letzten Jahren zu einem echten Volksleiden entwickelt. Frauen leiden laut einer Untersuchung sogar noch häufiger unter Stress-Symptomen als Männer: So gaben 84 Prozent der Frauen an, unter Stress zu leiden.

dergerät. In der Folge kommt es zu den bekannten Symptomen wie Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Durchfall und unregelmäßigem Stuhlgang, welche die Lebensqualität ganz erheblich beeinträchtigen können.

Eine der häufigsten Folgen von Stress: Reizdarm-Syndrom

Kein Wunder, dass mit der explosionsartigen Zunahme von Stress auch die Häufigkeit des Reizdarm-Syndroms rapide zugenommen hat: Geschätzt leiden bis zu 20 Prozent aller Menschen in Deutschland unter einem Reizdarm. Man vermutet, dass bei einem Reizdarm, ebenso wie bei einem Reizmagen, die Kommunikation zwischen Kopf und dem Bauchhirn durcheinan-

So kommen Magen und Darm ganz natürlich wieder in Balance

Mit dem natürlichen Magen-Darm-Entoxin N der naturheilkundlichen Firma Spenglersan steht ein bewährtes Arzneimittel zur Verfügung, das sanft, aber dennoch effektiv Magen und Darm wieder in Balance bringen kann. Über die seit Jahren sehr guten Erfahrungen hinaus konnte auch in einer Anwendungsbeobachtung eindrucksvoll gezeigt



Foto: djd/Spenglersan/protocoll-studio_adobestock

werden, dass durch die Einnahme von Magen-Darm-Entoxin nicht nur die Reizdarm-Symptome um 49 Prozent abnahmen, sondern sich auch die Lebensqualität der Teilnehmer um durchschnittlich 44 Prozent wieder verbesserte. Magen-Darm-Entoxin N ist in jeder Apotheke, ob vor Ort oder im Versand, erhältlich und kann rezeptfrei bezogen werden.

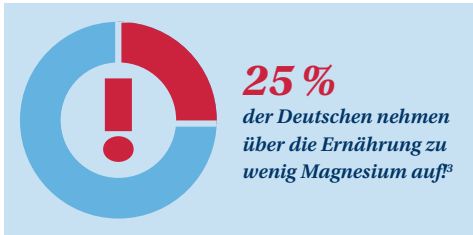
Magnesium – gut fürs Herz!

Studie zeigt¹: Magnesiummangel kann Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöhen

Herz-Kreislauf-Erkrankungen zählen zu den häufigsten Erkrankungen weltweit. In Deutschland waren sie 2020 sogar die Todesursache Nr. 1.² Es gibt Hinweise, dass eine schlechte Versorgung mit Magnesium mit einem erhöhten Risiko u. a. für Herz-Kreislauf-Erkrankungen einhergehen kann.¹ Ein Mangel an Magnesium kann sich in Symptomen wie Herzrhythmusstörungen und Bluthochdruck äußern.¹ Ein guter Grund, vorbeugend auf eine optimale Magnesiumversorgung zu achten – aber auch Menschen mit bestehenden Herzerkrankungen können profitieren, wie eine neue Untersuchung eindrucksvoll zeigt.¹

Magnesium für die Herz-Kreislauf-Gesundheit

Viele Menschen wissen, dass Magnesium wichtig für eine gesunde Funktion von Muskeln ist. Doch auch die Rolle, die das Mineral für die Herz-Kreislauf-Gesundheit spielt, ist groß: Zum einen ist Magnesium ein wichtiger Bestandteil unseres Energiestoffwechsels, zum anderen steuert Magnesium die Reizübertragung zwischen Nerven und Muskeln. Hier schließt sich der Kreis: denn auch unser Herz ist ein Muskel.



Magnesium aktiviert unter anderem ein Enzym, das für die Kontraktion, also das Zusammenziehen des Herzens verantwortlich ist. Dabei ist das Gleichgewicht von Magnesium und Kalium entscheidend. Herzmuskelzellen sind auf eine gut funktionierende Energiegewinnung angewiesen. Das dafür zuständige Enzym benötigt Magnesium. Fehlt es an Magnesium, kann die Herzmuskelzelle schneller erregt werden. Insbesondere Menschen mit Herzerkrankungen sollten deshalb ihren Magnesiumhaushalt im Blick haben.

Magnesium bei Bluthochdruck

Eine ausreichende Versorgung mit Magnesium ist auch für Bluthochdruckpatienten wichtig. Es gibt Hinweise darauf, dass Bluthochdruckpatienten, die Blutdrucksenker wie z.B. Diuretika, ACE-Hemmer

oder Betablocker einnehmen, häufig einen Magnesiummangel aufweisen. Die Gabe von Magnesium zusätzlich zu den verordneten Medikamenten führte dabei zu einer leichten Senkung des Blutdrucks. Auch die Häufigkeit von Beschwerden wie unregelmäßiger Herzschlag, Herzschmerzen oder Nervosität nahm den Berichten der Patienten zufolge ab.⁴

Fazit: Es gibt verschiedene Hinweise, dass Magnesium das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen senken und bei bestehenden Erkrankungen unterstützen kann. Sorgen Sie also für eine ausreichende Versorgung mit Magnesium! Die DGE empfiehlt Männern die Aufnahme von 350 mg Magnesium täglich, Frauen die Aufnahme von 300 mg.⁵

Erhältlich in Ihrer Apotheke:

Bioelectra® MAGNESIUM 300 mg Kapseln

- ✓ Magnesiumspeicher werden aufgefüllt
- ✓ Kleine Kapsel, leicht zu schlucken
- ✓ Vegan & frei von Zusatzstoffen

Packungsgrößen: 20 St., 40 St., 100 St.



* Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

1. Evers I, Crujls E, Kornaat I, Winkels RM, Busstra MC und Geleijnse JM (2022) Dietary magnesium and risk of cardiovascular and all-cause mortality after myocardial infarction: A prospective analysis in the Alpha Omega Cohort. Front. Cardiovasc. Med. 9:936772. doi: 10.3389/fcvm.2022.936772.
2. <https://www.herzstiftung.de/service-und-aktuelles/presse/pressemitteilungen/todesursachenstatistik-2020> (aufgerufen am 21.9.2022).
3. Micke O et al. Magnesium: Bedeutung für die hausärztliche Praxis – Positionspapier der Gesellschaft für Magnesium-Forschung e.V. Dtsch Med Wochenschr 2020; 145: 1628–1634 | © 2020. The Author(s).
4. <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2008/daz-30-2008/magnesium-und-das-herz-kreislauf-system> (aufgerufen am 06.10.2022).
5. <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/magnesium/?L=0> (aufgerufen am 21.9.2022).

Bioelectra® Magnesium 300 mg Kapseln. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Verzehrsempfehlung: 1 x täglich 1 Kapsel mit reichlich Flüssigkeit schlucken. Stand: September 2021



WER STROMNETZ KANN, KANN AUCH GLASFASERNETZ.

Ökostrom ist eine gute Sache. Vor allem, wenn er mit ultraschnellem Internet einhergeht. Profitieren Sie doch auch von unserem großflächigen Ausbau des Glasfasernetzes in Südhessen. Wir versorgen Ihr Zuhause mit einem Highspeed-Netz und bieten attraktive Flatrate-Tarife zum Surfen und Telefonieren. Alle weiteren Infos auf entega.de



EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.



GOLDHAUS

GOLDANKAUF

Machen Sie Ihr Gold zu Geld!
einfach – schnell – unkompliziert



**Sofort
BARGELD**

für
ALTGOLD
BRUCHGOLD
Goldmünzen
Silber
Zinn
Bernstein



**Sofort
BARGELD**

für
Zahngold
Golduhren
Goldbarren
Silberbesteck-
Auflage

GOLDHAUS

Ernst-Ludwig-Straße 20–22 (gegenüber Deichmann) · 64283 Darmstadt
Telefon: 06151 / 50 10 786 Website: www.goldhaus-darmstadt.de
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 10 bis 18 Uhr, Sa. 10 bis 16 Uhr



Wir suchen DICH!

STOP

Kaufmännisch Angestellte/r/d im Einzelhandel

Unser Unternehmen ist seit mehr als 35 Jahren und in einem Umkreis von 25 Kilometern in Darmstadt bekannt. Ein wichtiger Bestandteil um diese gewachsene Struktur zu manifestieren ist, unter anderem, ein optimales Arbeitsumfeld.

Auch in den letzten 2 Jahren, welche für den Fachhandel eine besondere Herausforderung dargestellt haben, konnten wir uns nicht nur behaupten sondern unser Geschäftsfeld weiter ausbauen. Von daher suchen wir für unser Ladengeschäft 1 Mitarbeiter/in, welche/r uns unterstützt, diese Entwicklung durch das erweiterte Geschäftsfeld auszubauen und unseren Standard zu festigen.

Die Stellenbeschreibung: Überwachung Wareneinkauf, Disposition und Tourenplanung – Mitarbeit im Verkauf – Betreuung der digitalen internen Plattform / Web Shop, Mitverantwortung des Produktsortimentes und der Warendisposition.

Die Qualifizierung: gepflegtes Erscheinungsbild, da Sie in Kundenkontakt stehen, Spaß mit Kunden und Kollegen zu kommunizieren, kaufmännisches Verständnis

Unsere Unterstützung: umfassende Schulungen für Produktkenntnis und das technische Verständnis, eigenverantwortliches Arbeiten, Schulung für Unterstützung der digitalen Medien / Plattformpflege.

Ansonsten freuen wir uns auf das erste Gespräch mit dir.

Heydorn & Höco

HAUSGERÄTE & KUNDENDIENST



AEG Mf jura Bauknecht BOSCH lunstrutta gorenje Saeco ZANUSSI SIEMENS Miele

Weiterstadt Gewerbegebiet | Industriestr. 9 | Tel. 06151.318140
www.heydorn-hoeco.de | Mo.-Fr. von 9-19 Uhr, Sa. 10-16 Uhr

Jobs mit Zukunft:

Wir suchen Verstärkung für unsere Teams in folgenden Bereichen:

Berufskraftfahrer (m/w/d)

Lackierer (m/w/d)

Reinigungskraft (m/w/d)

Jetzt bewerben unter www.r-m.de/jobs



RIESE & MÜLLER

Riese & Müller GmbH, Am Alten Graben 2, 64367 Mühlthal

Modellkunden für kosmetische Gesichtsbearbeitungen zu Sonderpreisen in DA gesucht.
Kosmetikschule Jäger
Tel. DA-9577344

Haus Sonnenhügel
Hier bin ich Zuhause

Komm in unser Team!
Wir suchen jeweils eine/n
Pflegefachkraft*
Pflegehilfskraft*
Hauswirtschaftshilfe*
Betreuungskraft*
* Eignung entscheidend, Geschlecht unerheblich.
Sehr gute Konditionen!

Seniorenheim Haus Sonnenhügel
64397 Modautal-Hoxhohl
Tel. (061 67) 91 33-0
info@haussonnenhuegel.de

Seniorenassistenz sucht motivierte Mitarbeiter (m/d/w) auf Minijob-Basis für Seniorenbetreuung im vorpflegerischen häuslichen Bereich. Kenntnisse mit Demenz-Betreuung erwünscht. Bewerbung an: www.seniorenassistenz-graef.de

Modellkunden für medizinische Fußpflege zu Sonderpreisen in DA gesucht.
Kosmetikschule Jäger
Tel. DA-9577344

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

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

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

WIR SUCHEN PROSPEKTVERTEILER

EGRO
Direktwerbung GmbH

Kein Taschengeld mehr?
Kein Problem!

Werde jetzt Zusteller

Bewirb Dich jetzt unter
☎ 0 61 04 / 4 97 08 35
oder per Whatsapp
☎ 0 61 04 / 4 97 00

Für Jugendliche ab 13 Jahren.

JÜRGEN NEYDORFF
Werkzeuge-Maschinen-Industriebedarf

Wir suchen!

Mitarbeiter für unseren Versand (m/w/d)

Ihr Profil:

- Interesse im Bereich Werkzeug sind erwünscht
- Strukturierte eigenverantwortliche Arbeitsweise sowie problemlose Teamarbeit werden erwartet

Ihre Aufgaben:

- organisieren und prüfen der Wareneingänge
- Warenversand/ Warenannahme / Retouren-Abwicklung

Wir bieten:

- Einarbeitung im kollegialen Team bei leistungsgerechter Vergütung

Rudolf-Diesel-Straße 23a • 64331 Weiterstadt • Tel. 06151 67020-0
bewerbung@neydorff.de • www.neydorff.de

stellenmarkt@combi-medien.de

EGRO

Direktwerbung GmbH

Zusatzjob ideal für

- Aktive Hausfrauen
- Mobile Rentner
- Selbstständige im AD
- alle die ein Auto haben

Wir wachsen und suchen ab sofort

Gebietsbetreuer (m/w/d)

Wir bieten:

- Lukrativen Nebenverdienst (auf geringfügiger Basis)
- Dauerhafte Beschäftigung bei weitestgehend freier Zeiteinteilung
- Sicherheit eines zuverlässigen Arbeitgebers
- Solide Einarbeitung
- Firmenhandy
- Einsatzgebiet in Wohnsitze

Sie sind:

- mobil mit eigenem PKW und übers Handy erreichbar
- gerne unterwegs und haben Spaß am Umgang mit Menschen
- durchsetzungsstark bei stets freundlichem Auftreten

Bewerben Sie sich hier:

info@egro-direktwerbung.de oder anrufen unter
Tel.: 0 61 04 / 49 70-0

Weitere Informationen unter: www.egro-direktwerbung.de

Egro-Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen

Seit 1996



Pflegedienst Hessen-Süd
Immer in Ihrer Nähe

Wir suchen:

- Pflegehelfer (m/w)
- Hauswirtschaftliche Mitarbeiter (m/w)

Teilzeit oder auf 450€ Basis
Gerne auch Wiedereinsteiger

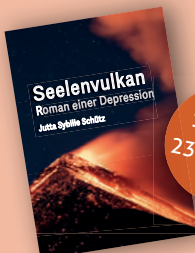
Wir bieten:

- ein starkes, engagiertes Team
- vertrauensvolles Miteinander
- unbefristete Verträge
- umfassende Einarbeitung und Fortbildung

Senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen an:

Pflegedienst Hessen-Süd Janssen GmbH | Eschollbrücker Str. 26 | 64295 Darmstadt
gerne per Mail an: info@pflegedienst-hessen-sued.de

www.pflegedienst-hessen-sued.de



19,80 €
236 Seiten

Ulrich Diehl Verlag
Marktplatz 3, Darmstadt
info@udvm.de

stellenmarkt@combi-medien.de



Professionell,
unabhängig,
inhabergeführt



Eigennutzung oder Kapitalanlage?

Entscheiden Sie! 1-Zi.-App. in DA-Eberstadt, Balkon, frei, Wohnfläche: 41,06 m², Verbrauchsausweis, Fernwärme, Bj. 1984, 128,50 kWh/m²a, Klasse D

Kaufpreis: 139.900,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



Naturgenuss ...

in Ober-Ramstadt, 2 Zimmer, Küche, Bad, Terrasse, frei, Wohnfläche: 60,00 m², Bj. 1992, Bedarfsausweis, Gas, 122,9 kWh/m²a, Klasse D

Kaufpreis: 187.500,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



2 in 1 ...

Zweifamilienhaus in Pfungstadt/Eschollbrücken, Wohnfläche: 143,05 m², Grundstück: 764,00 m², Bedarfsausweis, Öl, Bj. 1965, 226,10 kWh/m²a, Klasse G

Kaufpreis: 595.000,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



Wohlfühloase mit Stil

Stockstadt, Reihenedndhaus, Wohnfläche: 120,00 m², 2 Stellplätze, Garten, Bj. 2017, Bedarfsausweis, Gas, 46,6 kWh/m²a, Klasse A

Kaufpreis: 497.500,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



Leben in der Villenkolonie

DA-Eberstadt, freist. Einfamilienhaus, DG ausbaubar, Wohnfläche: 159,87 m², Grundstück: 560,00 m², Bedarfsausweis, Gas, Bj. 1957, 138,70 kWh/m²a, Klasse E

Kaufpreis: 985.000,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



Das Penthouse wartet auf Sie!

Neubau in Pfungstadt, 3 Zimmer, Küche, Bad, Balkon, Bezug 2023, Wohnfläche: 80,58 m², Energieausweis wird erstellt

Kaufpreis: 444.900,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



Wohnen in Ueberau ...

Reinheim, freist. Einfamilienhaus mit Sanierungsbedarf, Wohnfläche: 170,00 m², Grundstück: 401,00 m², Bedarfsausweis, Strom, Bj. 1927, 214,10 kWh/m²a, Klasse G

Kaufpreis: 362.500,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten



2 Zimmer ganz oben ... mit Galerie

Griesheim, helle DG-Wohnung, EBK, Tageslichtbad, Südbalkon, Wohnfläche: 72,00 m², Verbrauchsausweis, Gas, Bj. 1990, 98,84 kWh/m²a, Klasse C

Kaufpreis: 229.900,- Euro
zzgl. Kaufnebenkosten

Reiner Dächert Immobilien

Georgenstraße 20 · 64297 Darmstadt
Telefon: 0 61 51 - 9 51 80 88 · Telefax: 0 61 51 - 9 51 93 62
E-Mail: mail@daechert-immobilien.de
www.daechert-immobilien.de

Reiner Dächert **Immobilien**