

mein süd Hessen

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

Samstag, 3. Dezember 2022

Das Leben in und um Mühlheim, Auflage 9.677

mein süd Hessen
auf Facebook

www.facebook.com/
rheinmainverlag

Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



Rätselseiten

Sudoku
und
Rätsel



Seiten 8-9



Anrufen und
gewinnen!
Tel. 0137 822-9977
(Jeder Anruf kostet 50 Cent)

3 x 4 Eintrittskarten für den
Europa-Park Rust plus
Bahnreise gewinnen und
magische Momente erleben in
der 22. Zauberhaften
Wintersaison.

Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Europapark Rust

Europa-Park Rust

Jetzt mit Mein Süd Hessen 3 x 4 Eintrittskarten gewinnen



Anrufen und
3 x 4 Tages-Tickets
im Europa-Park
gewinnen!

Tel. 0137 822-9977

(Jeder Anruf kostet 50 Cent)
Gewinnspielende: 31. Dezember 2022, 24 Uhr.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

22. Wintersaison im Europa-Park Rust

Jetzt mit Mein Südhessen 3 x 4 Eintrittskarten gewinnen

RUST (PM/BT). Einen Familientag mit 4 Personen inklusive An-/Abreise nach Rust werden drei Familien der Leser von Mein Südhessen gewinnen können, wenn sie die Gewinnspielhotline anrufen und bei der Verlosung gezogen werden.

Mit 3.000 verschneiten Tannenbäumen, 10.000 schimmernden Christbaumkugeln und winterlich geschmückten Fassaden verwandelt sich Deutschlands größter Freizeitpark bis zum 08.01.2023 (außer 24./25.12.) in ein magisches Winterwunderland. Auch in der Wintersaison gibt es ein hochkarätiges Showprogramm und atemberaubende Attraktionen.

Plätzchen- und Glühweinduft zieht in die Nase und winterliche Musik ertönt in den 15 liebevoll dekorierten



europäischen Themenbereichen: Die Wintersaison im Europa-Park verspricht ein Erlebnis für alle Sinne und ganz besondere magische Stunden. Gleich nach Betreten von Deutschlands größtem Freizeitpark dürfen die Besucher den winterlich geschmückten Weihnachtsbaum bewundern. Hoch oben über dem Lichtermeer kann im imposanten Riesenrad „Bellevue“ der Blick über die Parklandschaft schweifen. Für Achterbahnfans ist der Geschwindigkeitsrausch auch in der Winterzeit garantiert. Zur Adventszeit gehört das Wunschzettelschreiben. Im Englischen Themenbereich können die Kinder ihre Listen direkt im Weihnachtsmannbüro abgeben. Bei Einbruch der Dunkelheit ver-

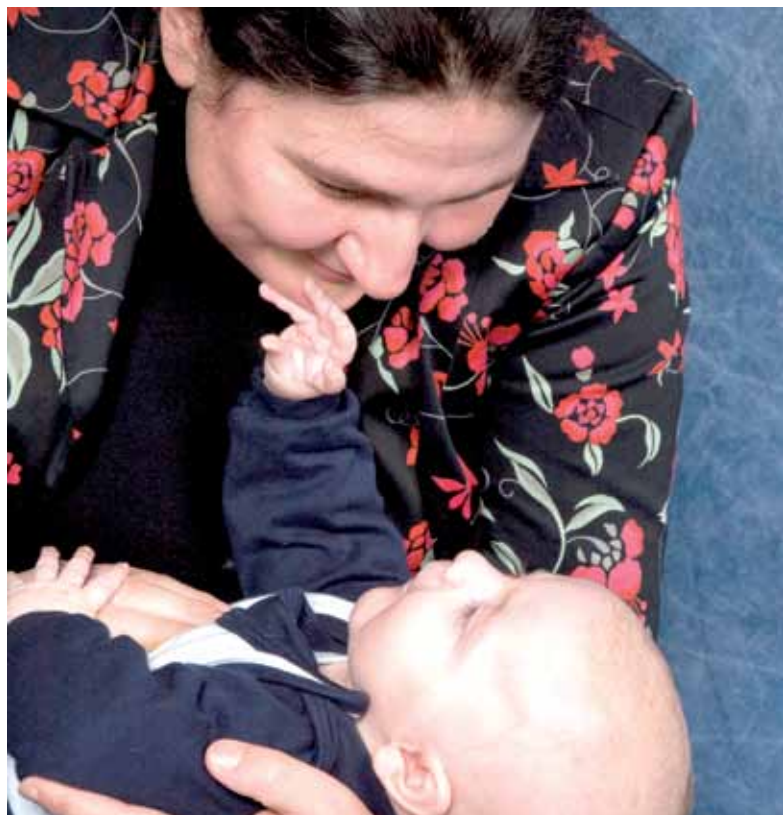
leihen Fackeln und Feuerstellen der Schau einen stimmungsvollen

Rahmen. Für weihnachtliche Stimmung sorgen auch die internationalen Künstler, die die Besucher in eine zauberhafte Welt entführen.

Mit dem EuroCityExpress können die Gäste bequem und umweltfreundlich anreisen. Zwei Mal täglich hält ein Fernverkehrszug am Bahnhof Ringsheim/Europa-Park. Familien aus dem Rhein-Main-Gebiet können so das Europa-Park-Resort in weniger als zwei Stunden erreichen. Ein Tagesbesuch ist machbar oder der Aufenthalt kann auf eigene Kosten mit einer Nacht im Europa-Park-Resort verlängert werden. Die im Gewinnspiel enthaltenen Bahntickets sind bis Ende September 2023 gültig.

Fotos: Europa-Park Rust





Gott wird Mensch, damit wir (wieder) zu Menschen werden

von Pfarrerin Christiane Musch,
Evangelische Kirchengemeinde
Langen

Die dunkle Jahreszeit hat begonnen, und wir versuchen, die Dunkelheit in und um uns zu erleuchten. So viele liebevoll gestaltete Fenster und gemütliche Abende, und trotzdem fröstelt uns, wenn wir mitbekommen, was Menschen einander antun. Krieg, Hass, vielfältige Krisen und ganz viel Angst ist das, was viele Menschen gerade in dieser Adventszeit bewegt. Ich fühle mich erinnert an die erste Weihnacht: Gott wird Mensch, und viele haben es nicht begriffen. Sie waren zu sehr mit Machtpolitik beschäftigt und nahmen nicht wahr, dass im Baby Jesus Gott selbst sich offenbart hat.

Gott macht sich klein, damit er in jeder Herberge Platz findet. Am Gegenüber Gottes lernen wir wahres Menschsein. In einer Zeit, in der Menschen aufgrund von wirtschaftlichem Erfolg und verwertbaren Begabungen und Fähigkeiten beurteilt werden, macht uns Gottes Geschichte klar: Wahres Menschsein geschieht im Gegenüber mit anderen.

Als ich vor 14 Jahren meinem ersten Sohn in die Augen sah und er auf mich und meine Gegenwart reagierte – lächelte, wenn ich lächelte; mir in die Augen sah und langsam seine Welt erkundete – da wusste ich, was damit gemeint war, wenn es an Weihnachten heißt: Gott wurde Mensch, und wir sahen seine Herrlichkeit. In unseren Kindern, Freunden, Schülern, den Menschen, die uns umgeben, erkennen wir, wer wir sind. Im Kind und Erwachsenen Jesus entdecken wir, wie Gott ist und wie wir gemeint sind.

Wahre Liebe empfinden wir, wenn wir unsere eigenen Wünsche, Hoffnungen und Ängste in unserem Gegenüber wahrnehmen und einander aufrichten und unterstützen. Am Beispiel von Jesus erkennen wir, dass Gott zu allen Menschen kommt und niemanden im Schatten stehen lässt.

Advent heißt: Gott kommt bei uns an, wenn wir bei anderen ankommen. Vielleicht probieren wir es einfach einmal aus in der gemütlichen und heimlichen Zeit vor Weihnachten. Ich wünsche Ihnen den Mut zum ersten Schritt.

Foto: privat



Einfache und leckere Lebkuchen

An den Ofen, fertig, los!

(DRM). Weihnachten ist die Zeit der Besinnlichkeit – und der Lebkuchen! Schon die alten Ägypter haben kleine gewürzte Honigkuchen gebacken und diese verspeist. Lebkuchen, wie wir sie heute kennen, wurden in Belgien erfunden. Sie wurden im Laufe der Jahrhunderte immer wieder umgewandelt, schließlich wurden sie aber im 14. Jahrhundert in und um Nürnberg bekannt. Dort wurden die süßen Köstlichkeiten in Männerklöstern gebacken. In Süddeutschland und Österreich nannte man die flache Süßspeise Zelte und somit die Bäcker Lebzelter. Besonders das Aufkommen des Backpulvers Ende des 19. Jahrhunderts hatte noch einmal Einfluss auf die Entwicklung des Lebkuchens. Das Backpulver ließ den festen Teig in die Höhe treiben, dadurch entstanden viele verschiedene Honig- oder Gewürzkuchenvarianten. Wir haben uns dieses Mal für eine ganz klassische Variante mit Mandeln und Haselnüssen entschieden.

bei 150° C (Ober- und Unterhitze) circa 25 bis 30 Minuten backen. Nach dem Erkalten die Lebkuchen mit der Kuvertüre bestreichen und je nach Belieben verzieren.

**Tipp: So bleiben Lebkuchen
und Co. weich**

Die Lebkuchen völlig erkalten lassen. Anschließend das Gebäck in einer Dose mit lose aufgelegtem Deckel aufbewahren, bis sie die gewünschte Konsistenz erreicht haben. Dies dauert ungefähr eine Woche. Anschließend die Dose fest verschließen. Damit die Lebkuchen weich bleiben, kann man ein Stück Mandarinen- oder Orangenschale, eine Apfelhälfte oder eine Scheibe Brot neben das Gebäck legen. Durch die Schale bekommen die Lebkuchen gleichzeitig ein noch fruchtigeres Aroma. Die Schalen, Apfelhälften bzw. die Brotscheibe nach ein bis zwei Tagen austauschen, da sich sonst Schimmel bilden könnte.

Fotos: Jenny Wagner

Zubereitung

Eier, Zucker und den Honig kräftig schaumig schlagen. Zimt, Lebkuchengewürz, Salz und die geriebene Zitronenschale unterheben. Orangeat und Zitronat zerkleinern. Mandeln, Haselnüsse, Orangeat und Zitronat vorsichtig unter den Schaum heben, bis sich alles gut verteilt hat und eine kräftige Masse entstanden ist. Nun den Teig flach auf die Oblaten streichen, das geht am besten mit den Händen. Auf das mit Backpapier ausgelegte Blech legen und

Zutaten:

6 Eier
180 g braunen Zucker
4 EL Honig
4 TL Zimt
2 TL Lebkuchengewürz
1 Prise Salz
1 TL Zitronenschale, gerieben
200 g Mandeln, gemahlen
50 g Mandeln, gehackt
250 g Haselnüsse, gemahlen
200 g Orangeat
200 g Zitronat
Oblaten, 70 oder 90 mm
200 g Kuvertüre



Spendenübergabe beim Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein Main Neckar e.V. [v.l.n.r.] Tina Piemontese, Psychosoziale Beratung, VKKD; André Tauber, Geschäftsführer Connectware; Markus Rusam, stellvertretender Vorsitzender VKKD; Fritz-Georg Frhr. von Ritter, Geschäftsführer und Schatzmeister VKKD.

Foto: Beate Tomann

Jährliche Spende an Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt

Der IT-Security Dienstleister Connectware spendet pro Jahr 10 % des Jahresgewinns für wohltätige Zwecke

DARMSTADT (PM). Zu den Notlagen, die oft verdeckt bleiben und schlimmstenfalls noch aufgrund ihrer Folgen verschärft werden, zählen schwere Krankheiten. Besonders Familien mit krebskranken oder chronisch kranken Kindern geraten völlig von der traurigen Realität überrascht auch in Finanznöte. Der Grund sind zusätzliche Kosten und Verdienstaufschläge, die nicht zu verhindern sind, jedoch von niemandem aufgefangen werden. Darüber hinaus verursachen schwere Krankheiten hohe emotionalen Belastungen, was die Notlage weiter verschlechtert. Eine Auffanghilfe sowie Unterstützung und Beratung für Familien mit kranken Kindern, die in Not zu geraten, bieten gemeinnützige Organisationen wie etwa der Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt (VKKD). Der Verein hat es sich zum Ziel gesetzt, die ganze Familie umfassend zu unterstützen. Zur Fürsorge zählen drei Säulen. Finanzielle Mittel wie zum Beispiel die Übernahme von Reise- und Übernachtungskosten, psychosoziale Beratung wie etwa beim Bearbeiten von Anträgen oder den Umgang mit Behörden sowie Familientherapie. Im Oktober 2022 hat der VKKD mit dem IT-Security-Dienstleister Connectware einen neuen Großspender gewonnen, der regelmäßig dazu beiträgt, dass eine wachsende Anzahl von Bedürftigen die Leistungen des Vereins er-

hält, mit denen Finanzengpässe sowie die seelische Not von Familien gelindert werden.

**Gegen den Trend:
Wohlfahrtsorganisationen
benötigen mehr und
kontinuierliche Spenden**

Wie die meisten gemeinnützigen Organisationen steht auch der Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt aktuell vor zwei große Problemfeldern. Während immer mehr bedürftige Familien betreut werden müssten, sinkt zugleich das Spendenaufkommen. Im Zuge der Corona-Pandemie, der Folgen des Ukraine-Kriegs und der wirtschaftlichen Rezession sind diese Herausforderungen noch stärker gewachsen. So hat sich zum Beispiel aufgrund von Long-CoVid-Fällen unter Kindern die Zahl der betroffenen Familien mit chronisch kranken Kindern weiter erhöht.

**Unternehmen als Partner
gewinnen**

Für Wohlfahrtsorganisationen wird es immer wichtiger, Unternehmen als Partner zu gewinnen, die sich langfristig engagieren und, wenn möglich, kontinuierliche Unterstützung leisten. Für André Tauber, Geschäftsführer von Connectware, eines erfolgreichen auf IT-Sicherheit spezialisierten Dienstleisters für Unternehmen, ist es schon im-

mer wichtig gewesen, gemeinnützige Organisationen regelmäßig zu unterstützen, damit diese auch nachhaltig Hilfe leisten können. Zu Taubers Werten gehört, dass er auch aus Dankbarkeit für seinen Erfolg einen Teil des Erlöses in ein sinnvolles Projekt investiert. Neben

dem VKKD unterstützt Connectware bereits seit mehreren Jahren Organisationen, deren Arbeit in den letzten Jahren aufgrund von wirtschaftlichen Problemen gefährdet war – zum Beispiel ein SOS Kinderdorf in Haiti, das mehrfach von Erdbeben heimgesucht wurde.

Wie der Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt (VKKD) helfen kann

(BT). Ein Beispiel sind Reise- und Übernachtungskosten, die entstehen, wenn eine Mutter oder ein Familienmitglied das kranke Kind besucht oder durch den Tag begleitet. Ist die Anreise lang, ist es sinnvoll zu übernachten. Solche Probleme kann der Verein nach Prüfung der Situation übernehmen. Der Verein mit Sitz in Darmstadt kann aber noch viel mehr leisten. Das Vereinsmanagement wird ehrenamtlich realisiert, damit alle Spenden in die Fürsorge, die Beratung, die finanzielle Unterstützung und die aktiven Angebote fließen können. Die beiden Festangestellten des Vereins sind pädagogisch wie therapeutisch aktiv. Die Psychosoziale Beratung deckt zum Beispiel die Begleitung durch die amtliche Seite der Sorgen. MDK-Beurteilungen werden begleitet, Anträge unterstützt, Widersprüche mit eingelegt und vieles mehr. Oft sind es sehr spezielle Fälle und Fragen, die der Verein mit seinem Netzwerk beantwortet. Die eine oder andere juristische Frage konnte so in Zusammenarbeit zum Beispiel mit dem VdK beantwortet werden. Familientherapie mit regelmäßigen Elterngesprächen ist das dritte große Feld des Angebots. Dabei werden auch die Geschwisterkinder integriert. Spielerische Entlastungsarbeit über Psychomotorische oder Kreativ-Angebote befinden sich in diesem Bereich.



Dr. med. Predrag Matic

Facharzt für Innere Medizin,
Kardiologie, Diabetologie und
Notfallmedizin



Dr. Paul Weigl

Mundgesundheits-Profi



Krampfadern modern therapiert: Das ClosureFast™-Verfahren

Das Venensystem besteht aus einem Geflecht von Venen. Im Bereich der Beine unterscheidet man drei Venensysteme: Oberflächliche Beinvenen – Venen, die direkt unter der Hautoberfläche liegen., Tiefe Beinvenen – größere Venen, die in der Tiefe liegen und 90 % des Blutes transportieren und Perforansvenen – Venen, die das oberflächliche Venensystem mit dem tiefen Venensystem verbinden.

Venöse Rückflussstörung

Gesunde Beinvenen enthalten Klappen, die sich öffnen und wieder schließen, um den Rückfluss des Blutes zum Herzen hin zu unterstützen. Eine venöse Rückflussstörung entsteht, wenn die Klappen, die dafür sorgen, dass Blut aus den Beinen zurück zum Herz fließt, durch eine Verletzung oder Krankheit geschädigt werden. Die Venenklappen schließen dann nicht mehr richtig und verursachen die folgenden Symptome: Krampfadern, Schmerzen, Geschwollene Knöchel/Sprunggelenke, Schwere und müde Beine, Hautveränderungen, Geschwüre und offene Beine. Venöse Rückflussstörungen sind fortschreitend – ohne Behandlung können sich die Symptome im Lauf der Zeit verstärken.

Segmentale endovenöse Therapie mit Closurefast

Das ClosureFast™-Verfahren wird ambulant durchgeführt. Unter Ultraschallkontrolle führt der Arzt den ClosureFast™-Katheter durch eine kleine Hautöffnung (Punktion) in die kranke Vene ein. Der winzige Katheter, der mit Hochfrequenzenergie (HF-Energie) betrieben wird, gibt Wärme an die Venenwand ab. Bei der Abgabe von Wärmeenergie schrumpft die Venenwand und die Vene wird dicht verschlossen. Nach dem Verschluss der kranken Vene, findet das Blut von selbst den Weg in andere gesunde Venen. Nach dem Verfahren wird die Punktionsstelle mit einem einfachen Verband abgedeckt; zur Heilungsförderung kann auch eine zusätzliche Kompression aufgebracht werden. Ihr Arzt kann Ihnen raten, spazieren zu gehen und eine Zeit lang auf längeres Stehen und anstrengende Tätigkeiten zu verzichten.

In der Regel nehmen Patienten innerhalb weniger Tage ihre normalen Tätigkeiten wieder auf.

Wir bieten diese ambulante Behandlungsform an. Fragen Sie uns!

Wie Sie wissen – beim Zahnarzt/ bei der Zahnärztin wird oft geröntgt. Röntgenbilder von den Zähnen, Zahnwurzeln und vom Kieferknochen unterstützen oder ermöglichen erst eine Diagnose der bestehenden Erkrankung. Röntgenaufnahmen haben dadurch eine zunehmende Bedeutung gewonnen, werden aber in Folge auch häufiger angefertigt. Neue Geräte reduzieren zwar die Strahlendosis für das Gewebe, aber die verbleibende Strahlung ist dennoch schädlich. Röntgenstrahlen zu Diagnosezwecken weisen zwar ein extrem kleines, kaum erfassbares Restrisiko einer Entartung von Zellen auf, dies ist aber nicht vollständig auszuschließen. Ähnliche Risikobetrachtungen werden derzeit auch bezüglich der COVID-Impfung geführt. Insbesondere der zweifelsfrei bestehende zusätzliche diagnostische Nutzen einer dreidimensionalen Röntgenaufnahme (= CT oder DVT) in der Zahnarztpraxis muss gegenüber der zusätzlich erhöhten Strahlenbelastung sorgfältig abgewogen werden.

Eine für das Gewebe völlig unschädliche dreidimensionale Bildgebung nutzt statt Röntgenstrahlen starke Magnetfelder. Diese sogenannte Magnetresonanztomographie wird schon seit Jahrzehnten sehr erfolgreich in der Medizin angewandt und stetig verbessert. Eine dieser Verbesserungen besteht in speziell entwickelten Hard- und Softwarelösungen für die hochauflösende Erfassung von oralem Gewebe. Dadurch können Erkrankungen der Zähne und des Kieferknochens vergleichbar mit Röntgenaufnahmen diagnostiziert werden, beim Weichgewebe sogar präziser. Die Kosten für eine Magnetresonanztomographie-Aufnahme sind allerdings noch sehr hoch. Daher werden sie für die zahnärztliche Diagnostik (noch) nicht von gesetzlichen oder privaten Krankenkassen erstattet.

Trotzdem entscheiden sich Patienten*innen an der Uniklinik Frankfurt zunehmend für diese unschädliche Bildgebung.



Offenbach am Main

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

Priv.-Doz. Dr. Paul Weigl

ZMVZ Carolinum Plus

Universitätsklinikum Frankfurt/M

Theodor-Stern-Kai 7, **Haus 29A**, Telefon: 069 6301 4789

E-Mail: info@carolinumplus.de, <http://www.carolinumplus.de>

Neue Benefiz-CDs mit Begleitbuch

„Es war emol – Märche in Südhessischer Mundart“

SÜDHESSEN (PM). Die Mundartfreunde Süd Hessen haben nach vier Jahren Produktionszeit drei neue Benefiz-CDs mit einem Begleitbuch herausgebracht.

Der Verkaufspreis beträgt 20 Euro (für drei CDs mit Begleitbuch) und wird dank der Sparkassenstiftung Darmstadt, die die Kosten für die Druckerei und das Presswerk für die CD-Herstellung übernommen hat ohne Abzug dem Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder in Darmstadt gespendet. Alle beteiligten Akteure inklusive dem Tonstudio waren dafür im Ehrenamt tätig. Auf einer der drei CDs ist die Stadt Dieburg und Landkreis Darmstadt-Dieburg vertreten mit Monika Dambier-Blank mit Karlheinz Braun, Karin Gottlieb (Dieburg), Gertrud Reining (Modautal) Peter Dotterweich (Ueberau), Manuela Wilfert und Karin Krämer (Niedernhausen), Manfred Göbel (Groß-Zimmern), Marianne Himmelheber (Nieder Klingen), Jutta Lehr (Georgenhausen), Thilo



Jetzt erhältlich

Bickert (Roßdorf), Edith Keil (Nieder-Ramstadt).

Insgesamt 26 Mundartisten aus den weiteren Süd Hessischen Regionen Stadt Darmstadt (Charly Landzettler), Bergstraße, Groß-Gerau, Odenwaldkreis, haben ihre Lieblingsmärchen, überwiegend in Anlehnung von beliebten Märchen der Brüder Grimm im heimi-

schen Zungenschlag im Tonstudio von Fritz Ehmke in Modautal aufgenommen. Gewürzt mit viel lustigem Lokal-Colorit und deftiger herzerquickenden mundartlichen Begriffen ein unterhaltsamer Spaß für die ganze Familie sowie ein originelles Geschenk. Im Begleitbuch ist der mundartliche Text mit Rückübersetzung in Hochdeutsch

nachzulesen. Marcella Hagenauer eine staatlich geprüfte Musikpädagogin aus Urberach im Kreis Offenbach hat eigens für jedes Märchen eine Melodie komponiert mit der die Märchen umrahmt werden. Ebenso passend zu jedem Märchen wurden von Conny Abramzik aus Biebesheim Bilder gemalt mit Kulissen aus der Heimat der jeweiligen Mundartisten. So sind zum Beispiel als Bild-Kulissen im Begleitbuch zu den Märchen „Hase und Igel“ die Neunkircher Höhe, „Rumpelstilzchen“ die Brandauer Mühle, „Frau Holle“ der Dieburger Fastnachtsbrunnen zu sehen. Die drei CDs mit Begleitbuch sind in der Region DA-DI erhältlich: Brandau: Bäckerei Reimund, Neunkirchen: Gaststätte Kaiserturm, Reinheim: Buch Meyer. Dieburg: Bücherinsel, Kaufhaus Enders, Lieblings Restaurant, Roßdorf: Schmöckerstube.

Weitere Verkaufsstellen in Südhessen und Postversand siehe: www.gebabbel-suedhessen.de

Fotos: www.gebabbel-suedhessen.de



OFC-HILFT UND THALIA ERÖFFNEN SENIOREN-WUNSCH-PROJEKT 2022

- Erfüllen Sie bedürftigen Senioren einen Weihnachtswunsch
- 300 Seniorenwünsche für insgesamt etwa 6500€ zur Auswahl
- So funktioniert's: Suchen Sie sich ein Wunschkärtchen aus, bezahlen Sie es bei Thalia (KOMM-Center Offenbach) an der Kasse. Die Helfer tauschen das gesammelte Geld in die entsprechenden Wünsche
- Die Geschenkübergabe erfolgt über die Tafel Offenbach



Mehr Infos zur Aktion

OFC Kickers 1901 GmbH
Waldemar-Klein-Platz 1
63071 Offenbach
Tel: 069/98 1901 - 0
www.ofc.de



WWW.KREBSKranKE-KINDER-DARMSTADT.DE

VEREIN
für **KREBSKranKE** und
CHRONISCH KranKE
KINDER Darmstadt /
Rhein-Main-Neckar e.V.



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

Tiere der Woche

Die zwei Jungkatzen sollen zusammen bleiben

SELIGENSTADT (TSV). Maya und Pino wurden im April 2022 auf einem Bauernhof geboren und sind dort auch aufgewachsen. Ursprünglich waren die beiden Katzen vom Besitzer des Hofes zum Mäusefangen für einen anderen Bauernhof vorgesehen. Aber wie sich dann leider herausstellte, waren sie dort gar nicht erwünscht. Pino und Maya sind sehr dankbare und brave Katzen. Maya fühlt sich mit Pino sicher,



daher sind die beiden meistens zusammen unterwegs. Die beiden suchen ein Zuhause, in dem sie sich geborgen und wohlbehütet fühlen können. Freigang in einer ruhigen Umgebung ist Voraussetzung. Mehr Infos über diese Goldkätzchen erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt per Tel.: 06182-26626 oder auch auf der Homepage www.tsvseligenstadt.de.

Fotos: TSV Seligenstadt e.V.



Das Wichtigste aus Rhein-Main immer IM BLICK.

Fakten.
Hintergründe.
Emotionen.

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

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

Neu in der Mediathek

Nachwuchs gesucht

Die staatliche Zeichenakademie Hanau bietet Ausbildungen an, die definitiv nicht in jedem Unternehmen zu erlernen sind. Hier dreht sich alles um Armbänder, Ketten und Ringe, also um Schmuck. Die Berufsbezeichnungen lauten Gold- und Silberschmied, Edelsteinfasser, Metallbildner oder auch Graveur. Wichtige Voraussetzungen für die Berufe sind räumliches Vorstellungsvermögen, Kreativität, Genauigkeit und Fingerspitzengefühl. Dreieinhalb Jahre dauert die Ausbildung. In dieser Zeit durchlaufen die Schülerinnen und Schüler verschiedene Bereiche. Sie beginnen mit den Grundtechniken Sägen, Feilen und Bohren. Nach und nach kommen dann immer kompliziertere Techniken, die aufeinander aufbauen, hinzu.

Grippewelle im Anflug

Draußen ist es grau und ungemütlich kalt, typisches Erkältungswetter. Und auch die Schlangen vor den Apotheken werden wieder länger. Nach einem starken Rückgang der Grippeinfektionen in den letzten beiden Jahren, zurückzuführen auf das regelmäßige Tragen von Masken, ist die Grippewelle nun wieder in Deutschland und auch bei uns in Hessen angekommen. Unser Gesundheitsexperte Dr. Harald Farnik weiß, wer sich auf jeden Fall gegen Grippe impfen lassen sollte. Außerdem klärt er auf über den Unterschied zwischen einem grippalen Infekt und einer „richtigen Grippe“ sowie über die Nebenwirkungen der Impfung.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter 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

„Der Hund ist ein Begleiter, der uns daran erinnert, jeden Augenblick zu genießen.“

Marla Lennard

Weihnachtsmarkt mit Kunsthandwerk und Kulinarik

Braunschweig ist auch im Winter eine Reise wert

(DJJ). Im stimmungsvollen Ensemble der historischen Gebäude rund um den Dom St. Blasii und die Burg Dankwarderode bieten rund 140 liebevoll geschmückte Stände in Braunschweig noch bis zum 29. Dezember 2022 ihre Produkte an und verbreiten eine adventliche Stimmung auf dem Markt. Bei Kunsthandwerkerinnen und Kunsthandwerkern gibt es inspirierende Geschenkideen wie handgefertigte Holzprodukte, kreative Schmuckdesigns, wärmende Filz- und Wollprodukte und individuellen Adventsschmuck zu entdecken. Kulinarische Spezialitäten aus Braunschweig und der Region sowie weihnachtliche Leckereien sorgen für abwechslungsreiche Gaumenfreuden.

Weitere Infos findet man unter www.braunschweig.de



Blick von oben auf den imposanten und stimmungsvollen Braunschweiger Weihnachtsmarkt.

Foto: djd/Braunschweig Stadtmarketing GmbH

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen
der KW 47

■■■■DN■■O■■■L■■■
 AGITIEREN■FLEGELEI
 ■IV■AROMA■E■SAEURE
 FRANKO■B■SUPERMAN■
 NON■OKLEE■ABTN■A
 ■N■ANBIETEN■UEDEN
 DOM■OLM■L■SCHWACH
 WESPE■L■FESCH■E■OA
 ■E■LEMUR■H■TRI■L
 ■KALMAR■E■AALE■NOT
 GARN■U■BRANDUNG■ME
 ■NM■FREI■DIE■U■MAN
 ■ZABAIONE■L■STIER
 RENNEN■N■VIDEO■N■E
 ■LI■L■REUEN■L■SOUL
 ■■ALTAN■L■KASERNE
 SPULE■H■AUGE■ALA■K
 ■FT■BERGWERK■T■IT
 LIMONE■MAE■A■BEVOR
 ■NAESSE■D■ALPEN■WO
 IGEL■T■LIMBA■D■LAA
 ■SH■AFTER■B■LAKE■U
 TESLA■V■DAUERHAFT
 VER■FLIESE■RUF■DEO
 ■NRALLE

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

Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen
Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



Meeresfische		Sardelle		Lebensgemeinschaften	deutsche Vorsilbe: schnell	Überbleibsel	venezian. Admiral	Schiffseigner			franz. Artikel	Kapitalertrag	dt. Filmstar †			Haushaltsplan	Tratsch, Gemunkel			
											pünktlich									
winterl. Niederschlag		größter See Bayerns		5							schubartige Krankheit		Teil des Gesichtes							
Oper von Verdi						9		Geländefahrzeug		Furcht							Giftschlangen			
					Gehalt		moderne Hose						Verlangen nach Nahrung		französisch: oder					
antiker Name Trojas		Möbelplüsch		Schneegleitbretter						altrömischer Kaiser	3	Viehhüter								
arab. Fürstentum							Parlament Litauens		unan- tastbar					und so weiter						
				Metalle verbinden		Weber- vogel, Spatz				6					Zeit- alter					
bibli- scher Patriarch	Vorname Flauberts		Schub- fach		4			Meeres- säuge- tier				Jahr- zehnt		Spezies						
ange- messen									Frucht- getränk		besitzanz. Fürwort						touristi- sches Angebot			
		7				Alpen- pass		bilden- der Künstler					Text- abschnitt			Kauf- haus in Moskau				
Milch- produkt			Ein- spruch		Gesell- schafts- zimmer						tropische Gewürz- wurzel		Hotel- diener							
schlagen	ein Planet							Almosen		Luftfahrt- organ.					Sahara- gebirge					
					gewin- nen		Trau- ungs- behörde							8						
verzieren	Darlehen		ein Tanz (engl.)						Schild- laus- fett				engl. Graf- schaft			Wortteil: Pyrenäen- halbinsel				
										Angriff abweh- ren		päpstl. Behörde								
Geistes- blitz	einfache Rechen- aufgabe		japa- nische Währung				Autor von 'Momo' †		jüdische Schläfen- locken						Knochen- bruch	2				
				Apparate, Maschi- nen		Männer- name					Fels- stücke		rote Filz- kappe							
hin- weisen		mit Freude							wilde Acker- pflanze		Unbe- weglich- keit									
						Leber- sekret		Dung					chines. Politiker †				schotti- sche Insel			
12			altägypt. Hauptgott		solide									dt. Kom- ponist † 1983		birman. Politiker				
gut trainiert	Kose- name für 'Vater'		1				Fluss d. Gerona			Ziffern- kennung (engl.)		Futteral								
Mit- besitz							spani- scher Artikel	Säube- rung							11					
			10		Sage um einen Heiligen								Gefäß mit Henkel							
Hoheits- gebiet	Stemm- werk- zeug								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Anzeigen | Markt

▶ Markt

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

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

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

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

Künstlerin kauft Zinn aller Art für kreative Gestaltung. ☎ 069/90232635

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

Ankauf von: Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn- gold, Goldschmuck, Münzen, Perrücken, 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

Sammler mit jahrelanger Erfahrung: Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber aller Art, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelins, 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. ☎ 069 - 34875842

40-jährige Pflegehelferin 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

▶ Stellen

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Alldrink, Apotheke St. Peter, Bauhaus, EasyApotheke, Esser Apotheke, Expert Klein, Fressnapf, Globus, Hellweg, JYSK, LIDL, Malteser Hilfsdienst, Metzgerei Diess, Netto, Neusehland, Norma, Polster Aktuell, REWE, Thomas Philipps

»Energiesparen hat nichts mit Verzicht zu tun. Es lohnt sich – für Sie und das Klima.«

Maximilian Gege



oekom.de/elg-ms
978-3-96238-407-4
12 Euro



oekom

ANZEIGEN

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

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: 708.445
Erscheint am Wochenende mit den Regionalausgaben Darmstadt, Bergstraße, Vorderer Odenwald, Odenwaldkreis, Griesheim/Hessisches Ried, Dieburg, Münster, Rodgau, Rödermark, Seligenstadt, Mühlheim/Obertshausen, Rüsselsheim, Offenbach, Main-Taunus-Kreis, Heusenstamm/Dietzenbach, Neu-Isenburg, Dreieich, Hattersheim/Kelsterbach, Langen/Egelsbach und Frankfurt. Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Layout, Satz, Anzeigensatz und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen • Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Preisliste Nr. 33, gültig ab 1.12.2022.
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 eingesandte Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreibungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.

Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

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

www.rheinmainverlag.de

Ihre Onlinezeitung

RheinMainVerlag

Vielseitiger Genuss:

ANZEIGE

Der Harzbube Handkäse

Handkäse „mit Musik“ – ein echter Klassiker. Der aromatische Sauermilchkäse punktet aber vor allem in Sachen Vielseitigkeit. Als Begleiter in der Küche verleiht er unterschiedlichen Gerichten einen besonderen Pfiff – vom klassischen Abendbrot bis hin zu knackigen Salaten, der Handkäse passt dazu. Dank der von Natur aus guten Eigenschaften – 30 % Eiweiß und nur 0,5 % Fett! – ist er eine fettarme Alternative zu anderen Käsesorten. Echte Kenner wissen: Handkäse, zum Beispiel von Harzbube, punktet mit seinem herzhaften, kräftigen Geschmack und ist immer wieder ein wahrer Genuss. www.harzbube.de

Zubereitung: Rucola waschen und trockenschleudern. Zwiebeln schälen, halbieren und in Scheiben schneiden. Harzbube Handkäse würfeln. Gewaschenen Schnittlauch in Röllchen schneiden. Birnen schälen, vierteln und in Stifte schneiden. Obstessig mit Senf, Zucker und Honig vermengen, je 1 Prise Salz und Pfeffer dazugeben, Gemüsebrühe und das Öl unterrühren. Birnen, Käsewürfel, Zwiebeln und Schnittlauch in der Vinaigrette wenden und mit dem Rucola anrichten. Baguette in Scheiben schneiden und dazu reichen.



Käse-Birnen-Salat (Zutaten für 4 Personen): 125 g Rucola, 1 Bund Schnittlauch, 1 – 2 TL Senf, 200 g Baguette, 2 kleine, rote Zwiebeln, 2 Birnen, z. B. William's Christ, 1 TL Zucker, 2 EL Rapsöl, 200 g Harzbube Handkäse mit Kümmel, 5 EL Obstessig, Salz, Pfeffer, 50 ml Gemüsebrühe

1 Sauermilchkäse enthält ~30 % Eiweiß und ~0,5 % Fett. Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei. Neben einer ausgewogenen Ernährung ist ausreichend Bewegung wichtig für das körperliche Wohlbefinden.

FESTLICHES LEBKUCHEN
PREISELBEER DESSERT

ANZEIGE

4 Portionen | 0 Std 40 Min

(Arbeitszeit: 0 Std 10 Min | Kühlzeit: 0 Std 30 Min)

ZUTATEN

- 400 g Preiselbeeren aus dem Glas
- 2 EL Puderzucker
- 150 ml Faber Sekt halbtrocken
- 2 EL Speisestärke
- 300 g weiche Lebkuchen
- 200 g Vanillepudding nach Wahl (selbstgemacht oder gekauft)
- 200 ml Schlagsahne
- 8 Zimtsterne
- ½ TL Zimt

SO GEHT'S

1. Für die Sekt Preiselbeeren, sowohl Preiselbeeren aus dem Glas, als auch 130 ml vom Faber Sekt halbtrocken zusammen mit einem Esslöffel Puderzucker in einem kleinen Topf verrühren und erhitzen. Restliche 20 ml Sekt mit Speisestärke verrühren und zugeben. Unter ständigem Umrühren eindicken lassen, in eine Schüssel umfüllen, mit

Frischhaltefolie abdecken und im Kühlschrank ca. 30 Minuten kühlen.

2. Währenddessen den Lebkuchen zerkrümeln und ¾ der Krümel auf die vier Gläser aufteilen. Schlagsahne mit übrigem Esslöffel Puderzucker steif aufschlagen und unter den Vanillepudding heben. Ebenfalls auf die Dessertgläser aufteilen.

3. Sekt-Preiselbeeren aus der Kühlung nehmen, kurz durchrühren und in die Gläser füllen. Anschließend mit übrigen Lebkuchenkrümeln, Zimtsternen und Zimt dekorieren.



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

ANZEIGE

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-berüchtigte“ 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?

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 Gelenkegele

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.

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

Anwender sind begeistert

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

www.cannaren-cannaxil.de

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



CBD Muskel- und Gelenkegele 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. Murnauer Markenwertz GmbH



Start der Adipositasprechstunde an der Asklepios Klinik Seligenstadt

SELIGENSTADT (PM). Das Behandlungsspektrum der AK Seligenstadt wird sich noch im laufenden Jahr um einen wertvollen Bereich erweitern. Patienten, die unter dem Krankheitsbild „Adipositas“, also schwerwiegendem Übergewicht leiden, finden ab November in der Asklepios Klinik in Seligenstadt einen kompetenten Ansprechpartner. Seit dem Jahr 2020 besteht eine enge Kooperation der Klinik in Seligenstadt mit der Asklepios Klinik Lich in Mittelhessen. Der für beide Kliniken zuständige Chefarzt PD Dr. med. Thilo Schwandner ist bemüht, die besonderen Kompetenzen beider Kliniken für die Patienten sowohl in Mittel- als auch in Südhessen zugänglich zu machen.

Die Asklepios Klinik in Lich ist seit Mai 2022 als Kompetenzzentrum für die chirurgische Adipositaschirurgie zertifiziert. Voraussetzung hierfür war der Wechsel des Chirurgen Dr. med. Jens Albrecht von der Universitätsklinik Gießen nach Lich in 2020. Dort hat er zügig ein florierendes Adipositaszentrum aufgebaut und seither mehr als 300 Patienten erfolgreich operiert.

Albrecht beschäftigt sich seit weit über 10 Jahren mit der Therapie des krankhaften Übergewichts. „Adipositas kann nur im interdisziplinären Team erfolgreich behandelt werden!“ Diese Aussage unterstreicht das Credo des Chirurgen, der sich in Lich mit einem Team aus Ökotrophologinnen (Ernährungswissenschaftlerinnen) und Psychologinnen umgibt und in Mittelhessen im Rahmen des Adipositaszentrum Hessen-Mitte eine Vielzahl von weiteren Kooperationspartnern gewinnen konnte. Sie alle unterstützen die schwergewichtigen Patient*innen im Rahmen der konservativen Adipositaschirurgie und der Vorbereitung sowie der Nachsorge nach bariatrischen Operationen.

„Eines der Hauptprobleme ist die fehlende Akzeptanz von Adipositas als Krankheit sowohl in der Allgemeinbevölkerung als auch in medizinischen Kreisen“ erklärt Albrecht. „Viele Patienten werden mit diesem Problem das erste Mal ernstgenommen, wenn sie in meiner Sprechstunde sitzen“ Vielfach haben sie bisher nur den Rat bekommen, weniger zu essen und sich mehr zu bewegen. Dabei ist heute

eindeutig belegt, dass die Chance, das Körpergewicht aus eigener Kraft signifikant zu senken, ab einem gewissen Ausmaß des Übergewichts extrem gering ist.“

Die enge Kooperation der beiden Kliniken machte es nur naheliegend, die Kompetenz des Adipositasexperten auch den Patienten in Südhessen verfügbar zu machen. Neben einer regelmäßigen Adipositasprechstunde, die seit dem 15. November regelmäßig in Seligenstadt stattfindet, hat Dr. Albrecht in den vergangenen Monaten das Adipositaszentrum Hessen-Süd aufgebaut. Das AZHS sieht sich als Marktplatz, auf dem betroffene Patient*innen Kontakt zu kompetenten Therapeuten des krankhaften Übergewichts aufnehmen können. Auf der Homepage www.azhs.de finden sich darüber hinaus zahlreiche Informationen rings um dieses Thema. Interessierte Patienten, die einen Termin in der neu etablierten Sprechstunde vereinbaren möchten, können dies per Telefon 06182 83-8318 oder bevorzugt per Mail an: zvz.seligenstadt@asklepios.com tun. Einblicke in die Arbeit des Chirurgen finden sie unter anderem auf der Homepage der Asklepios Klinik Seligenstadt unter dem Fachbereich Allgemeinchirurgie <https://www.asklepios.com/seligenstadt/>.

„Eine operative Therapie des Übergewichts kommt ab einem Bodymassindex (kurz BMI) von 40kg/m² in Frage. In der Regel sollte aber zuvor eine sechsmonatige konservative Therapie, bestehend aus einer Ernährungs-, Bewegungs- und Verhaltenstherapie durchgeführt worden sein. Ab einem BMI von 50m² sollte eine Operation ernsthaft in Erwägung gezogen werden, da hier die Aussichten einer erfolgreichen konservativen Therapie sehr gering sind.“

Dr. Albrecht (Mitte) bietet Adipositas-Sprechstunden an, mit im Bild: Asklepios-Geschäftsführer Uwe Jansen (links) und Chefarzt Dr. Schwandner.

Foto: Asklepios

