

meine südhessen

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

3

14. Januar 2023

Das Leben im Landkreis Dieburg Süd, Auflage 11.584

GUTSCHEIN
für eine kostenlose
WERTERMITTLUNG
Ihrer Immobilie

IMMOBILIENVERKAUF VOM PROFI ZUM BESTPREIS

CENTURY 21.
Jens André Immobilien

☎ 06151 - 101 67 69
✉ darmstadt@century21.de
📍 SCHÜTZENSTRASSE 8
64283 DARMSTADT
www.darmstadt.century21.de



AEG BOSCH Miele my stetter Bauknecht SIEMENS
stetter-lagerverkauf.de
Wer weniger Kosten hat, kann billiger verkaufen!
SIEMENS AEG BOSCH Miele my stetter Bauknecht

Wintercamping erfreut sich seit mehreren Jahren immer größerer Beliebtheit. Mehr zu unserem Thema der Woche lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Trevor M/pixabay

Camping im Winter

Pistengaudi und Rodelspaß statt Strand und Meer



Camping macht auch im Winter Spaß

Mit nur ein paar wenigen Tipps wird der Urlaub trotz Schnee und Kälte erholsam

(DRM). Wintercamping erfreut sich seit mehreren Jahren immer größerer Beliebtheit. Kein Wunder, denn Pistengaudi und Rodelspaß bieten einen wunderbaren Kontrast zum Camping im Sommer mit Sonne, Strand und Meer. Mit nur ein paar wenigen Tipps wird der Urlaub trotz Schnee und Kälte erholsam.

Rechtzeitig buchen

Campen im Sommer mag vielleicht beliebter sein, dennoch ist es auf jeden Fall ratsam, den Campingplatz rechtzeitig zu buchen. Schöne und vor allem gut ausgestattete Wintercampingplätze sind meist schon Monate im Voraus ausgebucht, vor allem in den Ferien. In der Alpenregion befinden sich viele Campingplätze, diese haben oftmals ein riesiges Wellness-Angebot. Wer aufs Skifahren verzichten möchte, kommt dennoch auf seine Kosten. Schwimmen, saunieren und dabei richtig entspannen – so könnte Wintercamping aussehen. Doch auch in anderen Teilen Deutschlands, wie zum Beispiel dem Sauerland oder an der Nordsee, befinden sich wunderschöne Campingplätze, die zum Wintercamping einladen.

Winterreifen und Schneeketten montieren

Für Caravans gibt es keine Winterreifenpflicht, für Zugfahrzeuge und Wohnmobile jedoch schon. In Deutschland sowie in Österreich spricht man von einer situativen Winterreifenpflicht. In Italien, Tschechien, Slowenien, Norwegen, Finnland und Schonen sind Winterreifen hingegen Pflicht. Experten empfehlen eine Mindestprofiltiefe von vier Millimeter an jedem Rei-

fen. Wer im Winter campst, sollte immer Schneeketten mit sich führen. Ein Tipp: Das Aufziehen der Ketten bereits zuhause ein- oder zweimal üben, damit im Ernstfall alles funktioniert.

Zusätzliche Ausrüstung ist von Nöten

Warme Decken und ausreichend Gas zum Kochen und Heizen sind beim Wintercamping definitiv unabdingbar. In vielen Fahrzeugen entstehen im Fußbodenbereich sogenannte „Kältebrücken“, die nach ein paar Stunden bereits ungemüt-

lich werden können. Wer auf den Komfort einer Fußbodenheizung im Camper verzichten muss, kann mit Teppichen oder Iso- oder Heizmatten für Wärme sorgen.

Auch ein Vorzelt kann beim Wintercamping sehr viele Vorteile bringen. Der Aufbau ist vor allem für Anfänger nicht immer einfach. Daher sollte man genügend Zeit und mehrere Personen einplanen. Das Vorzelt dient als Klimaschleuse und als Schmutzfänger. Außerdem ist es eine nützliche Erweiterung für Stauraum. Stiefel, Jacken und Skier können dort beispielsweise verstaut werden.

Auch die Wasserversorgung sollte man nicht außer Acht lassen. Wer bei Temperaturen um den Gefrierpunkt oder niedriger campst, der sollte dafür sorgen, dass die Wasserleitungen nicht einfrieren. Beheizte Wassertanks können hier Abhilfe schaffen. Als Alternative kann man sich mit einem einfachen Trick helfen: Ganz einfach den Abwassertank direkt ablaufen lassen und das Wasser in einem Gefäß, wie zum Beispiel einem Eimer sammeln. Damit das Wasser nicht einfriert, muss man das Gefäß regelmäßig leeren.

Foto: Sybille Daden/pixelio.de

Lebensversicherungen BGH-Urteil: Retten Sie jetzt Ihr Geld!

ANZEIGE

Wenn Sie eine Lebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – denn es geht um viel Geld!

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, bevor es von der hohen Inflation und den Gebühren der Versicherer aufgefressen wird. Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung

– alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: Die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlagegewinn beteiligen. So können Sie bis zu 150 % der eingezahlten Beiträge zurückholen!



Es geht um viel Geld. Foto: Bits and Splits/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfer Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

Das bedeutet für Sie: Sie können nur gewinnen, denn Sie bezahlen nur einen Anteil des für Sie bei Ihrer Versicherung erzielten Mehrwertes an das Verbraucherportal. Ein fairer Deal, denn das Geld, das Sie ohnehin von der Versicherung erhalten hätten, bleibt komplett unangetastet. Das Unternehmen hat bereits über 50 Millionen Euro an seine Kunden ausbezahlt.

Die Gratis-Vertragsprüfung finden Sie hier: www.helpcheck.de/geldzurueck

Wer muss wann Schnee schippen und streuen?

Räumpflicht in Deutschland

(AKZ-O). Durch den Klimawandel werden die Winter immer wärmer, doch vielerorts meint es Frau Holle noch immer gut mit der weißen Pracht. Was für die Kleinen ein Grund zum Jubeln ist, kann für Hausbesitzer und Mieter aber durchaus in Arbeit ausarten.

Winterdienst auf Gehwegen: Welche Regeln gelten?

Die Räumpflicht obliegt in Deutschland auf öffentlichen Wegen grundsätzlich den Städten und Gemeinden. Doch auf öffentlichen Gehwegen wird diese Verpflichtung meist auf die Haus- und Grundstückseigentümer übertragen, die wiederum ihre Mieter in die Pflicht nehmen. Abgesehen von einigen regionalen Ausnahmen muss der Winterdienst in aller Regel werktags zwischen 7 und 20 Uhr und an Sonn- und Feiertagen von 9 bis 20 Uhr geleistet werden. Grundsätzlich müssen Bürgersteig, Hausein-

gang sowie die Wege zu Garagen und Mülltonnen vom Schnee befreit werden. Meist reicht eine Breite von einem Meter, nur an Hauptverkehrs- und Geschäftsstraßen muss ein Streifen von eineinhalb Metern geräumt werden. Auf den Wegen zu Mülltonnen oder Garagen reicht ein halber Meter.

Bei Glätte muss zusätzlich gestreut werden

Weil Salz in den meisten Kommunen verboten ist, empfiehlt sich Streugut wie Sand, Asche oder Splitt. Aber auch Sägespäne, Granulat, Kies oder Kalkstein eignen sich als abstumpfende Streumittel. Das Ausbringen von Hand führt aber häufig dazu, dass hier zu wenig und dort zu viel landet. Mit einer Streuhilfe wie dem Granomax wird das Streugut dagegen automatisch gleichmäßig verteilt. Die handliche Streumaschine hat ein Fassungsvermögen von acht Kilo und erzielt durch horizontale Schleuderbewegungen eine Streubreite von bis zu zwei Metern. Einen Händler in der Nähe findet man unter www.birchmeier.com.

Winterdienst nicht nachgekommen: Das kann teuer werden

Während in Niedersachsen und Thüringen keine Sanktionen drohen, wenn der Gehweg nicht geräumt wurde, sind in Hamburg Bußgelder bis zu 50.000 Euro möglich. Aber auch wenn keine Geldbuße verhängt wird, kann es teuer werden: Kommt ein Passant auf eisiger Fläche zu Fall, kann er Anspruch auf Schmerzensgeld stellen.

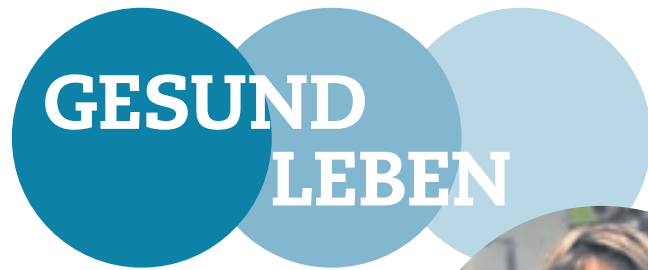
Tipp für den Sommer

Gartenbesitzer werden die praktische Streumaschine auch im Frühling und Sommer zu schätzen wissen. Weil der Granomax für rieselfähiges Streugut mit Korngrößen von 0,1 bis 4 Millimeter geeignet ist, lässt er sich problemlos mit Dünger, Samen, Kalk und anderen Bodenhilfsstoffen befüllen. So gelangen Rasenaussaat und -düngung perfekt und im Nu.



Mit dem Granomax werden Sand, Splitt und anderes Granulat automatisch gleichmäßig verteilt.

Foto: Birchmeier/akz-o



Stephanie Meyer

PTA
easyApotheke, Mühlthal



Kopfschmerzen

Über die Hälfte der Weltbevölkerung leidet mindestens einmal pro Jahr an Kopfschmerzen. Am häufigsten treten dabei Spannungskopfschmerzen und Migräne auf.

Unterscheiden kann man den Typ des Kopfschmerzes an den charakteristischen Symptomen. Eine Diagnose kann aber nur der Arzt stellen. Migräne tritt meist attackenartig und einseitig auf. Der Schmerz wird als pulsierend beschrieben und durch Anstrengung intensiviert. Typischerweise kommen Übelkeit, Licht- und Geräuschempfindlichkeit dazu. Eine Migräneattacke kann zwischen vier und 72 Stunden anhalten. Bei Spannungskopfschmerzen beschreiben Betroffene eher einen dumpfen, drückenden Schmerz, der beidseitig auftritt und nicht durch körperliche Aktivität verstärkt wird. Bei wiederkehrenden Kopfschmerzen, Wirkverlust bislang helfender Schmerzmittel oder wenn neue Symptome zu den bekannten Kopfschmerzen dazukommen, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Ist eine ernste Ursache ausgeschlossen, können rezeptfreie Arzneimittel aus der Apotheke helfen. Ibuprofen, Acetylsalicylsäure und Paracetamol sind die gängigsten Schmerzmittel, die bei Kopfschmerzen angewendet werden können. Auch Mischpräparate, die zusätzlich Coffein zur Wirkverstärkung enthalten, können



bei akuten Kopfschmerzen eingesetzt werden. Bei der Einnahme von Schmerzmitteln ist aber Vorsicht geboten. Sie können mit Medikamenten wechselwirken oder dürfen bei bestimmten Erkrankungen nicht eingenommen werden. Ist eine Migräne von einem Arzt diagnostiziert worden und die Einnahme von den sogenannten Triptanen abgeklärt, sind sie in kleinen Packungsgrößen in der Apotheke erhältlich und können bei akuten Migräneanfällen angewendet werden. Kinder ab 6 Jahren und Erwachsene, die unter Spannungskopfschmerzen leiden und keine Schmerzmittel nehmen möchten, können Pfefferminzöl ausprobieren. In einem praktischen Roll-on kann das Pfefferminzöl in 15-minütigen Abständen auf die Stirn und Schläfen aufgetragen werden.

Kommen Sie gerne in die Easy Apotheke im Mühlthal und lassen sich von uns beraten!

easyApotheke Mühlthal

Rheinstraße 45
64367 Mühlthal
06151 4289 143
muehlthal@easyapotheken.de

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Purer Winterzauber: Von den Königswiesen in Schleswig geht der Blick auf die Schlei, mit 42 Kilometern Schleswig-Holsteins längster Ostseearm.

Foto: djd/Ostseefjord Schlei/ALDO



Auf zu ruhigen Ufern

Den Kopf freibekommen: eine winterliche Reise nach Schleswig und Umgebung

(DJD). Nach einem in vielerlei Hinsicht anstrengenden Jahr sehnen sich viele Menschen nach Entspannung und Abschalten. Den Kopf freibekommen kann man in der Urlaubsregion rund um den Ostseefjord Schlei zwischen Kiel und Flensburg. Herzstück des früheren Wikingerlandes ist die Schlei, mit 42 Kilometern Schleswig-Holsteins längster Ostseearm. An seinem Ende liegt die über 1.200 Jahre alte Wikingerstadt Schleswig mit ihren Kulturdenkmälern und Museen.

Nach einem Streifzug durch die Stadt oder die winterliche Natur entlang der Schlei kann man sich bei einem heißen Getränk aufwärmen oder in der Sauna entspannen. Die Gastronomie bietet regionale Spezialitäten wie Grünkohl, Rübenmus oder Schnüsch – ein Eintopfgericht, bei dem dicke und grüne Bohnen, Erbsen, Kartoffeln, Kohlrabi und Karotten in Milch gekocht werden. Alle Infos gibt es unter www.ostseefjordschlei.de oder unter Telefon 04621-850056.

Das bedeutende mittelalterliche Baudenkmal besitzt einen imposanten Innenraum und den Dreikönigsaltar aus dem Jahr 1300. Als berühmtestes Kunstwerk gilt der dreiflügelige Schnitzaltar von Hans Brüggemann von 1521, das Altarblatt enthält fast 400 aus Eichenholz geschnitzte Figuren.

Schloss Gottorf und die deutsch-dänische Geschichte

Die Geschichte von Schleswig und vor allem von Schloss Gottorf ist untrennbar mit der deutsch-dänischen Historie verbunden. Heute ist das Schloss Sitz der Schleswig-Holsteinischen Landesmuseen und beherbergt die wichtigsten Sammlungen zur Kunst, Kultur und Archäologie in Nordeuropa. Zu den berühmtesten Ausstellungsstücken zählen die Moorleichen in der Eiszeit-Ausstellung.

Kultur

Schleswig hat in der kalten Jahreszeit viele kulturelle Veranstaltungen zu bieten: zum Beispiel die Domkonzerte, Theater und Ausstellungen. Ein Highlight ist der „Schwahlmarkt“ im Dezember im St. Petri Dom.

Das sollte man nicht versäumen:

Schleswiger Stadtmuseum

Es zeigt die mehr als 1.200 Jahre währende Geschichte Schleswigs, vom Mittelalter bis zur Gegenwart, von der Wikingersiedlung Haithabu über die Blütezeit der Stadt in der Zeit der Gottorfer Herzöge bis zum deutsch-dänischen Konflikt im 19. Jahrhundert.

Der St. Petri Dom mit dem Brüggemann-Altar

Nach seiner Sanierung ist der fast 900 Jahre alte Dom wieder geöffnet, vom Turm geht der spektakuläre Blick über die Stadt und die Schlei.



In der Schleswiger Gastronomie kann man sich mit regionalen Spezialitäten verwöhnen lassen.

Foto: djd/Ostseefjord Schlei/Henrik Matzen



Blick auf den St. Petri Dom zu Schleswig, nach seiner Sanierung ist das fast 900 Jahre alte Bauwerk wieder geöffnet.

Foto: djd/www.ostseefjordschlei.de/
Sinnlicht-Fotografie

Der Strom vom eigenen Dach

KfW fördert den Neukauf einer PV-Anlage

(DRM). Steigende Strompreise bereiten vielen Menschen Sorgen. Kann man sich den Strom in Zukunft noch ohne Weiteres leisten? Sollte man vielleicht sogar selbst tätig werden und eine PV-Anlage auf dem eigenen Dach in Betracht ziehen? Möglich ist das durch die modernen Module machen auf nahezu jedem Dach. Und sogar bei Verschattung liefern die Anlagen von heute einen Ertrag, der die Kosten deckt. Vor allem für Berufstätige und alle, die den Strom vermehrt in den Abendstunden und der Nacht benötigen macht ein Speichermedium Sinn. Mit Speichersystemen lässt sich der selbst erzeugte Strom des Tages für später speichern. Moderne Cloud-Stromtarife sorgen dafür, dass der erzeugte Strom nicht verkauft, sondern gutgeschrieben wird und im Winter wieder abgerufen werden kann. Mit den bestehenden Fördermöglichkeiten lassen sich außerdem die Kosten senken. Ein Überblick über die aktuellen Entwicklungen.

Förderung von PV-Anlagen

Eine der aktuell verfügbaren Förderungen des Bundes ist das KfW-Programm 270 – Erneuerbare Energien. Die staatliche KfW-Bank fördert damit den Neukauf einer PV-Anlage durch ein vergünstigtes Darlehen. Auch die nachträgliche Erweiterung einer Anlage, sowie ein neuer Batteriespeicher lassen sich hierüber fördern. Des Weiteren gibt es unterschiedliche regionale Förderprogramme. Diese werden von Bundesländern, Landkreisen oder Kommunen gewährt. Egal, ob KfW-Förderung oder regionale Förderung. Ansprechpartner sind in der Regel die Hausbanken vor Ort, die beraten und Kontakte zu den Förderstellen herstellen bzw. den KfW-Kredit betreuen.

Virtuelles Stromkonto

Im Sommer sorgen viel Sonne, wenig Wolken und lange Tage für hohe Erträge bei PV-Anlagen. Im Winter ist es dann andersherum. Wenig Sonne, kurze Tage und Niederschläge verringern den Ertrag. Zudem ist der Bedarf an Strom im Haus viel höher. PV-Anlagenbetrei-

ber müssen also Strom zukaufen. Die Lösung bieten hier verschiedene Anbieter von virtuellen Stromkonten. Hier wird der im Sommer erzeugte Strom in einer Cloud gespeichert und gutgeschrieben. Der überschüssige Strom wird dann im Winter genutzt und der Kauf von Strom über den Stromanbieter entfällt. Der Anbieter erhebt dafür eine Grundgebühr.

Tatsächlich wird der erzeugte Strom direkt eingespeist. Die Einspeisevergütung geht in diesem Fall an den Cloud-Anbieter. Wenn der Strombedarf die Eigenerzeugung übersteigt, dann kauft der Cloud-Anbieter den Bedarf am Markt ein und speist diesen in den Privathaushalt ein. Was darüber hinausgeht, wird entsprechend verrechnet.

Änderungen der Politik

Aufgrund der Energiekrise und den Gesetzesänderungen, gibt es für die Käufer von PV-Anlagen einige Änderungen. So wird für PV-Anlagen, die ab dem 01.01.2023 montiert werden, die MwSt. auf 0% gesenkt. Das bedeutet, die Anschaffungskosten und die Montage der PV-Anlagen, der Wechselrichter und der Stromspeicher sinken. Wie viel Ersparnis an die Endkunden tatsächlich weitergegeben wird, ist von Anbieter zu Anbieter unterschiedlich. Außerdem fällt die Einkommenssteuer weg, und eine Gewerbeanmeldung ist nicht mehr notwendig. Geregelt wurde das im novellierten EEG, welches seit dem 30. Juli 2022 gilt. Auch Betreiber von PV-Anlagen, die bereits bestehen, dürfen sich über ein Entlastung freuen. Für sie gilt ebenfalls ab 2023 die Befreiung.

Foto: Michael Yeoman/pixabay



Es knistert wieder

Richtig heizen mit dem neuen Schwedenofen

(DRM/HKI). Ein Blick auf die Strom- und Gasrechnung versetzt einen zwar kurzzeitig in Wallung, wärmt aber nicht dauerhaft. Der Ansturm auf Schwedenöfen ist seit geraumer Zeit ungebrochen. Sie stellen eine Alternative zum Heizen mit Öl und Gas dar und bringen gleichzeitig in die eigene Wohnung oder das Haus einen ganz besonderen gemütlichen Flair. Doch seit dem Ausbruch des Ukraine-Kriegs sind Holzöfen und Brennholz Mangelware geworden. Auch durch die Corona-Pandemie entstandene Materialknappheit und die gestiegenen Lieferkosten sor-

gen für enorme Preissteigerungen. Wer sich jetzt für eine Anschaffung entscheidet, wird in diesem Winter wohl kaum mehr mit einer Lieferung rechnen können. Die Auftragsbücher vieler Fachgeschäfte sind voll, Neukunden werden oftmals bereits an der Tür abgewiesen. Keine Ausnahme sind derzeit Lieferzeiten zwischen sechs und zwölf Monaten. Nur wer bei Design oder Brennleistung bereit ist, Kompromisse einzugehen, der kann darauf hoffen, in den nächsten Wochen noch einen begehrten Heizofen zu bekommen.

Foto: Mikhail Nilov/pexels

Gepäck verloren?



thnx, der einfachste Weg Ihr Gepäck schnell zurück zu erhalten!

Mehr als 400.000 thnx tags verkauft

www.thnxtags.com | Verwende Rabattcode: PR10%v1



DIE WELT IST VOLLER EHRLICHER FINDER



Tipps bei Erkältungen

So werden sie in der kalten Jahreszeit schnell wieder fit

(DRM). Winterzeit ist Erkältungszeit. Die Nase läuft und ist gerötet und vom ständigen Husten tut der Hals weh. Um einen hartnäckigen Schnupfen loszuwerden und einer Erkältung vorzubeugen, gibt es einige Hausmittel, die helfen.

Vorbeugend handeln um Erkältung zu verhindern

Um gar nicht erst krank zu werden, muss natürlich darauf geachtet werden zu dieser kalten Zeit stets warm genug gekleidet zu sein. Auch die Luftfeuchtigkeit spielt eine Rolle bei unserer Gesundheit. In beheizten Räumen wird die Raumluft schnell zu trocken. Die Folge: die Schleimhäute trocknen aus, Bakterien und Viren können nicht mehr

abgewehrt werden und die Nase läuft. Deshalb sollte die Luftfeuchtigkeit möglichst nicht unter 50 Prozent sinken. Um das zu verhindern, gibt es für Heizungen Luftbefeuchter, die nach dem Verdunstungsprinzip arbeiten, oder einfache kleine Raumluftbefeuchter. In diese können zusätzlich gut duftende Öle eingefüllt werden. Bei der Wahl dieser Düfte greift man am besten auf Minze zurück, wodurch bereits für das Abschwellen der Schleimhäute gesorgt wird.

Vorbeugend ist auch die richtige Ernährung und ausreichend Sport ein wichtiger Faktor. Insbesondere viel Gemüse und Obst sollten auf der Speisekarte stehen, da über diese, wichtige Vitamine aufgenommen

werden, die der Körper benötigt, um Vitalstoffe zu sichern. Tee mit Honig ist das optimale Getränk bei Erkältungskrankheiten. Denn sowohl im Tee als auch im Honig sind natürliche antibakterielle Inhaltsstoffe enthalten. Kräutertees aus Holunder, Thymian und Lindenblüte sind ideal. Oder auch ein klassischer Ingwertee, welcher eine schleimlösende Wirkung hat. Hat man diesen gerade nicht zur Hand, kann man ihn ganz einfach selbst machen. Ein Stück Ingwer waschen, mit Schale klein hobeln und in heißem Wasser ein paar Minuten ziehen lassen. Optional mit etwas Honig süßen und fertig!

Diese Hausmittel kannte schon Großmutter

Wenn es aber dann doch einmal so weit gekommen ist und einen die Erkältung erwischt hat, hilft beispielsweise Inhalieren. Egal ob mit einer Salzlösung oder Kamillentee, der Wasserdampf befeuchtet die gereizten Schleimhäute, löst den Schleim und steigert die Durchblutung. Ganz nebenbei ist es auch hilfreich, um reinere Haut zu bekommen.

Tritt auch noch Fieber auf, sollten die klassischen Wadenwickel angelegt werden. Bei dem altbekannten

Hausmittel werden Handtücher in lauwarmes Wasser getaucht und anschließend um die warmen Waden gewickelt. Wichtig dabei ist, sich unbedingt zuzudecken, um nicht zu frieren und die nötige Körpertemperatur zu halten. Bei Schüttelfrost sollte diese Methode keinesfalls angewendet werden.

Grundsätzlich führt Ruhe und ausreichend Schlaf noch immer zur schnellsten Genesung. Oft fällt das aufgrund der Atembeschwerden allerdings gar nicht so leicht. Hier ist es hilfreich mit leicht erhöhtem Oberkörper zu schlafen, um die Schleimhäute zu entlasten und so leichter atmen zu können.

Umso eine Grippe schnellstmöglich auszukurieren, sollte man sich schonen. Wird die Krankheit verschleppt kann der Körper sich nicht vollständig davon erholen und so kann es schnell zu schlimmeren und langwierigen Problemen kommen. Zudem gefährden wir so auch unsere Mitmenschen und stecken diese womöglich an. Ein täglicher Spaziergang an der frischen Luft ist trotz empfohlener Ruhe sinnvoll. Kräfte raubender und schwerer Sport dagegen sollte unterlassen werden.



Tiere der Woche

Damian

Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.

Damian (m, 10 Jahre, 35 cm, 11 kg) wurde sein ganzes Leben an einer Kuh-Kette gehalten, die Kette fast schwerer als der kleine Hund. Wir können so etwas nicht verstehen. Auf seiner Pflegestelle lebt er richtig auf. Er versteht sich dort mit den anderen Hunden und freut sich über jede Streicheleinheit. Damian ist geimpft, gechipt und kastriert. Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V. – www.htb-ev.de – Tel. 06068-4785493 oder 0162-2939838. Foto: HTB e.V.



Ein Herz für Tiere

Tierliebhaber spendeten für Kater SAM, damit er wieder laufen kann!

SELIGENSTADT (RA). Kater SAM ist am 27. Dezember erfolgreich in der Tierklinik am Sandpfad in Wiesloch (Baden-Württemberg) operiert worden. SAM wurde von einem Auto erfasst und seine Hüfte war gebrochen. Er konnte nicht mehr laufen und hatte unerträgliche Schmerzen. Mittlerweile frisst er auch wieder und ist seitdem viel zugänglicher. „Mein Südhessen“ berichtete am 17. Dezember über Kater SAM, dass er dringend Hilfe benötigt. Unsere Zeitung und der Tierschutzverein Seligenstadt starteten spontan einen Hilferuf. Durch unseren Aufruf zeigten ganz viele Leser unserer Zeitung ein Herz, spendeten stolze **3.200 Euro!** Die Operation war gerettet und der restliche Betrag kommt den Tieren des Tierschutzvereins

Seligenstadt zu Gute. „Mein Südhessen“ und der Tierschutzverein sagen einfach nur Danke. Nähere Informationen über den Seligenstädter Tierschutzverein erfahren Sie auch unter der Telefonnummer 06182-26626. Foto: TSV Seligenstadt e.V.



Moderatorenteam
Benjamin Matthews
und Anke Seeling

Das Wichtigste aus Rhein- Main immer IM BLICK.

Fakten.
Hintergründe.
Emotionen.

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

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

Neu in der Mediathek

Justizminister zu Besuch in Darmstadt

Die im März 2022 als Pilotprojekt in Darmstadt eingeführte elektronische Akte soll dazu führen, dass Papierberge in Zukunft der Vergangenheit angehören. Bis 2026 soll es die sogenannte E-Akte in allen hessischen Justizbehörden geben. Bereits jetzt hat sich der hessische Justizminister Dr. Roman Poseck von der Tauglichkeit der E-Akte überzeugt. Bei seinem Besuch der Staatsanwaltschaft Darmstadt ging es aber auch um Nachwuchsförderung in der Justiz und Angriffe auf Rettungskräfte. Mit einer Sonderkommission will die Staatsanwaltschaft Darmstadt diese Vergehen nun effizienter und schneller ahnden. Eine Verstärkung des Strafmaßes hält Justizminister Poseck aber nicht für notwendig.

„Ich werde von meinem Leben erzählen“

1937, mitten im spanischen Bürgerkrieg, wurde Esther Ferrer geboren. Die seit 1973 in Paris lebende spanische Künstlerin beschäftigt sich hauptsächlich mit dem menschlichen Körper und dessen Veränderungen durch Raum oder Zeit veranschaulicht durch Fotografien, Zeichnungen, Videokunst und Performances. Die Ausstellung „Ich werde von meinem Leben erzählen“ in der Kunst- und Kulturstiftung Opelvillen in Rüsselsheim zeigt noch bis zum 22. Januar 2023 Schlüsselwerke ihres künstlerischen Schaffens.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter www.rheinmaintv.de.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

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

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

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

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 Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös u. diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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 sichern. www.dachbleche24.de

▶ Stellen

Wir suchen ab sofort Produktionsmitarbeiter und Staplerfahrer für unserem Kunden in Breuberg, ein Marmeladen- und Obstkonservenhersteller. Im 3 Schichtsystem, Teilzeit ist ebenfalls möglich. (6-14/14-22/22-6 Uhr) Vergütung ab 12,43 EUR/12,93 EUR Bewerber Sie sich telefonisch oder per Mail.Marco Fitzreuter, RIS-Andros.Breuberg@randstad.de ☎ 01525-4505801

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

40-jährige Frau aus Ungarn sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. Nur langfristige! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

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

▶ Energiewende

Energie und Geld sparen – jetzt 0% MwSt sichern!

- Balkonkraftwerke
- Solarzubehör
- Haussolaranlagen

Heckers An- und Verkauf
63456 Hanau
Tel.: 0160-83 96 799
heckersverkauf@gmx.de

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Alldrink, Autohaus Kaufmann, Expert Klein, Fressnapf, Rosen Apotheke, Sonnen Apotheke, Globus, Heusslein Hören und Sehen, LIDL, Netto, Norma, REWE, Rossmann, Sconto, 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



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: Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen 06102/86882-0 - info@rheinmainverlag.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 eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein süd hessen 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 süd hessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag – Freitag von 8.00 – 16.30 Uhr: 06104-4970-0



Wir erreichen Menschen.

Mit 12 eigenen Wochenzeitungen und einer wöchentlichen Auflage von über 806.000 Exemplaren ist der Rhein Main Verlag eines der führenden Medienhäuser der Region. Ob Beilagen, Anzeigen, Sonderwerbformen, die eigene Firmenzeitung, Print oder Digital... bei uns sind die Kunden immer an der richtigen Adresse! Über 25 Jahre Erfahrung in der Zeitungsbranche, kreative und zuverlässige Mitarbeiter, unser eigenes Zustellunternehmen mit fast 60-jähriger Marktpräsenz und gewachsenen Zustellstrukturen, garantieren einen optimalen Werbeerfolg!

Für unser familiäres Team suchen wir für unseren Standort in Obertshausen ab sofort zur Festanstellung in Vollzeit eine

Büroassistenz (m/w/d) im Rhein Main Verlag

Ihr Profil:

- Idealerweise kaufmännische Ausbildung mit Berufserfahrung im Vertriebsinnendienst oder Büromanagement
- Schnelle Auffassungsgabe
- Freude am Umgang mit Kunden und Kollegen
- Organisationstalent
- Ausgeprägte Teamfähigkeit
- Zuverlässigkeit und Eigeninitiative
- Flexibilität
- Sehr gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift

Unser Angebot:

- Interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit
- Leistungsgerechte Vergütung
- Zukunftsorientierte Unternehmensstruktur mit sehr guten Entfaltungs- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Eigenständiges Arbeiten in einem hochmotivierten und dynamischen kleinen Team
- Sonstige freiwillige Arbeitgeberleistungen

Interesse? Nicht warten – jetzt bewerben! Wir freuen uns auf Sie.

Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen mit Angabe Ihrer Gehaltsvorstellungen senden Sie bitte ausschließlich per Mail an: angelika.hofferberth@rheinmainverlag.de



**Verlage
Zustellorganisationen
Agenturen**

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



WWW.KREBSKRANKE-KINDER-DARMSTADT.DE

- Psycho-
soziale
Beratung
- Psycho-
motorik
- Musik-
therapie

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



Der Sialex® Ring – Gute Nachricht für alle Hausbesitzer!

– Anzeige –

Die 10.000-fach bewährte Lösung gegen Kalk und Rost aktuell zu attraktiven Sonderkonditionen

Der Sialex® Ring aus dem Hause der Phoenix Ring Manufaktur mit ihrem Sitz in Erbach im Odenwald (detailliertere Informationen zu diesem System erhalten Sie unter www.sialexring.de) schützt Leitungen und Geräte wie Kaffeefullautomaten, Wasserkocher, Wasch- und Spülmaschinen dauerhaft vor **Kalk, Rost, Oxydation und Lochfraß**. Und das vor allem auch bei älteren und schon bereits zugesetzten Leitungen!

Er ist somit der bewährte und ideale Helfer für alle Haushalte, gerade in den großflächigen Hartwasser-Regionen Südhessens mit teils sehr hohen Wasserhärtegraden.

Und das Ganze komplett **ohne Chemie, absolut umweltfreundlich, wartungsfrei** und nachweislich **ohne jegliche Nebenwirkungen**.

Auch wenn das im Odenwald hergestellte System von vielen zufriedenen Kunden wegen seiner praxiserprobten Ringform und den einhergehenden Veränderungen im Wasser häufig als „Zauber-Ring“ bezeichnet wird, legt der regionale Hersteller größten Wert darauf, dass es eben genau das nicht ist. Vielmehr ist es ein seit 2006 weltweit in Industrie und privatem Haushalt 10.000-fach bewährtes und hoch angesehenes System, welches bekannte physikalische Prinzipien als Ausgangspunkt der Wirkung und Funktion sich zu Nutze macht. Kalkablagerungen werden dauerhaft abgebaut und neue vermieden. Weitere Rost-, Oxidations- und Lochfraß-Bildung beendet.

Praxisbeispiel aus der Region

Ganz konkret spricht sich u. a. Herr Breuer für den Sialex® Ring aus. Im Juni 2013 wurde

ein Sialex® Ring in seinem ca. 60 Jahre alten Privathaus verbaut. Unmittelbar konnten Verbesserungen in allen tagtäglichen Bereichen festgestellt werden: So mussten seitdem keine Perlatoren und Duschbrausen ausgetauscht bzw. entkalkt werden, der Rückspülfilter ist heute nicht mehr rostrot und auch Wasserhähne in weniger benutzten Bereichen funktionieren nach wie vor tadellos.

Kritische Leser mögen nun sagen, dass dies ja alles subjektive Empfindungen sind, die keinerlei Wert haben. Doch nun der handfeste Beweis: Nach vielen Jahren wurde die Wasserzuleitung zum Haus erneuert, wobei u. a. die alte Wasserleitung vor dem Sialex® Ring ersetzt wurde. Und siehe da: der Leitungsabschnitt vor dem Ring nahezu von Kalk zugesetzt, hinter dem System und somit in vollem Wirkungsbereich des Wasserbehandlungssystems fast wie neu – ziemlich gut, findet der Kunde. Er „findet das Teil ziemlich genial“ und empfiehlt Sialex® immer noch weiter – bis heute und auch 8 Jahre später noch!

Fazit: Wellness für Haus und Geldbeutel!

Ähnliche Erfahrungen werden überall auf der Welt und in allen Bereichen, bzw. Anwendungen wo Wasser fließt, gemacht. So verlassen sich mittlerweile Luxus-Ressorts und Restaurants in Mexiko, produzierende deutsche Unternehmen, ganze Hotelketten auf Kuba, die größte Brauerei der Welt (China), die Automobilhersteller Honda und Toyota und riesige Einkaufszentren in Thai-

land sowie ganze Flughäfen weltweit auf die verlässliche Wirkung des Sialex® Ringes.

Sven Gagel – Geschäftsführer des Odenwälder Unternehmens und Entwickler des Sialex® Ringes – sieht die Entwicklung seiner Unternehmung daher mit großer Freude und fühlt sich in seiner nachhaltigen und kundenorientierten Vorgehensweise bestätigt.

Nachhaltigkeit

Auch das Thema Nachhaltigkeit wird bei den Wasserexperten nicht nur vorgelebt, sondern nachweislich auch umgesetzt. Mit dem dauerhaften Entfernen von Kalkablagerungen durch Sialex® wird nämlich der Wirkungsgrad von wasserführenden Geräten (z. B. Kaffeemaschine) und Maschinen optimiert und der Energiebedarf und somit der CO₂-Ausstoß deutlich reduziert.

Denn mit jedem einzelnen privaten Heißwasserkocher, jedem Boiler, der frei von Kalkablagerungen effektiver und energiesparender ist, reduziert der Sialex® Ring durch Energieeinsparungen CO₂-Emissionen und leistet somit aktiv einen Beitrag, der globalen Erdwärmung entgegenzuwirken.

Kostenfreie Testphase – ohne Risiko

Sie möchten sich ebenfalls von der Wirkung des Sialex® Ringes überzeugen und sich Ihr eigenes Bild machen?

Sie möchten Näheres zu dem kostenlosen und absolut unverbindlichen 4-wöchigen Praxistest erfahren?

Sie möchten die aktuellen Sonderkonditionen mit allen Vergünstigungen kennenlernen? Dann kontaktieren Sie doch einfach die Odenwälder Experten. Melden Sie sich hierzu einfach unter test@sialexring.de oder telefonisch unter **06062/91031-41** oder aber direkt bei Herrn Link, unserem langjährigen Kundenberater, unter **0151/19 463 185** an.

Keine Katze im Sack, eine faire Testmethode, fertig!

Jeder Interessierte, der die Testmöglichkeit in Anspruch nimmt, wird mit jeweils einem Sialex® Ring in der entsprechenden Größe für vier Wochen kostenfrei ausgestattet. Innerhalb der Testzeit haben Sie dann als Interessent die faire Möglichkeit, die Wirkung des Systems in den eigenen vier Wänden und aufs Genaueste zu überprüfen.

Erst wenn Sie vollends überzeugt sind, erfolgt eine Berechnung. Andernfalls würde das uneingeschränkte Rückgaberecht greifen und das System rückstandslos und ohne jegliche Kosten und Dreck wieder abgebaut werden.

Kleines Dankeschön für alle Testhaushalte

Als kleines Dankeschön erhält jeder Haushalt, der nach der Testphase den Wasser- und Systemoptimierer übernimmt, zusätzlich ein Jahreslos der „Aktion Mensch“.

Sie haben dadurch nicht nur die Möglichkeit auf hohe Gewinne, sondern zusammen sorgen wir auch dafür, dass „DAS WIR GEWINNT“. Eine tolle Sache, wie wir finden!

Der Sialex® Ring setzt seine Erfolgsgeschichte unbeirrt fort!

Mit Wasser gegen Kalk, Rost, Oxydation und Lochfraß

Das eingespielte Team – der Sialex® Ring und Ihr Wasser – bewirkt sowohl in Privathäusern, Eigentümergeinschaften, Mietwohnungen, Industrie usw. eindrucksvoll:

- Leitungen und Haushaltsgeräte von Kalkablagerungen dauerhaft zu befreien und frei zu halten.
- Kalk auf Oberflächen angenehm leicht zu entfernen.
- Rost, Oxydation und Lochfraß in Eisen-/Kupferleitungen sicher zu stoppen.

Sicherheit: Sparen Sie sich teure Schäden, Ärger, Kosten, Arbeit und Zeit. Einfach und bequem. Ohne Wartung und Folgekosten. Keine Verbrauchsmaterialien!



Hans-Walter Link

Phoenix Ring Manufaktur
Haisterbacher Strasse 7 • D-64711 Erbach / Odenwald
Tel.: 06062/910 31-41 • Fax: 06062/910 31-42
Mobil: 0151 /19 463 185 (Herr Link direkt)
test@sialexring.de • www.sialexring.de

Unseren Kunden geben wir unser Versprechen:

Ohne Risiko: Kein Kauf ohne zuvor vorgeschalteten kostenlosen 4-Wochen-Test.

Absolut unverbindlich. Keine Katze im Sack!

Aber nicht nur national, sondern auch international sind das große Probleme.

Ganz speziell in der Industrie aller Größen und Branchen sind wir stark vertreten und seit Jahren erfolgreich.

Besonders betroffen: Wärmetauscher, Kühlsysteme, Leitungen und Anlagen u.a.m.

Die explosionsartige erfolgreiche Entwicklung in den Märkten von Süd- und Mittelamerika, China, Thailand etc. bestätigt unter anderem unseren kontinuierlichen Weg.

Echte Problemlösungen, erhebliche Arbeits-, Zeit- und Kostenersparnisse ohne

Produktionsunterbrechung und Wartung.

Top-Unternehmen mit besten Referenzen!

Höchste internationale Auszeichnungen!

NUR JETZT!

Bei Übernahme nach Ihrer Testphase erhalten Sie als kleines Dankeschön ein Glückslos der **AKTION!** „damit DAS WIR GEWINNT“

€60

Gutschein

Je Kauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Keine Barauszahlung möglich!

Aktionszeitraum: bis zum 31.03.2023

