

meinsüdhessen

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

Weihnachten 2022

Das Leben in und um Heusenstamm/Dietzenbach, Auflage 16.354

Spendenaktion

Weihnachtsgrüße
zugunsten
des VKKD
e.V.



Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



Rätselseiten

Sudoku
und
Rätsel



Seiten 8-9



SEGMÜLLER

Beachten Sie die Beilage in
Teilen dieser Ausgabe

Frohe Weihnachten



Südhessen in einem Verlag

12 30 708T
Zeitungen Ausgaben Haushalte

Rhein Main Verlag
www.rheinmainverlag.de

meinsüd

hessen

Rodgau Zeitung

HEIMATBLATT
RÖDERMARK

MÜNSTERER
ANZEIGEBLATT

EPPERTSHAUSENER
ANZEIGEBLATT

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG UND MITTEILUNG

Gerauer Rundblick

NEUE NACHRICHTEN
BESSUNGER

Odenwälder
Journal

LOKALANZEIGER

NEUE ZEITUNG
OBERTHAUSEN

DER ISEBORJER

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Spendensumme wird verdoppelt Zugunsten des VKKD e.V.

SÜDHESSEN (PM). Bereits seit vielen Jahren unterstützt „mein südhesen“ den VEREIN FÜR KREBSKranKE und chronisch kranKE KINDER DARMSTADT/Rhein-Main-Neckar e.V. regelmäßig.

Zur Weihnachtszeit bitten wir dazu unsere Kunden um Unterstützung. Durch die Weihnachtsanzeigen auf diesen Seiten helfen uns Kunden, Partner und Freunde. „mein südhesen“ wird die Spendensumme verdoppeln. Der Verein unternimmt seit über 30 Jahren alles in seiner Macht stehende, um den schwer kranken Kindern und Jugendlichen sowie deren Eltern und Geschwistern in der schweren Krankheitszeit mit psychosozialer und familientherapeutischer sowie finanzieller und organisatorischer Unterstützung beizustehen.

Stadt- und Kreissparkasse Darmstadt

IBAN: DE17 5085 0150 0006 0022 00
BIC: HELADEF1DAS

Volksbank Darmstadt

IBAN: DE62 5089 0000 0000 7777 06
BIC: GENODEF1VBD

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



Wir wünschen
Gesegnete Weihnachten
und alles Gute für das neue Jahr!

ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK UND SCHUHREPARATUR



MEISTERBETRIEB
SCHUHMACHEREI
JAGIC



"Freude am Laufen"

Obertshausen-Hausen · Friedrich-Ebert-Str.10/Eingang Fröbelstr.
Telefon: 06104/71721 · www.jagic.de

Wir bieten alles rund um Fuß und Schuh:

- Maßschuhe
- modische Kompressionsstrümpfe
- Bandagen
- Einlagen individuell gefertigt
- Schuhreparaturen aller Art

WOLLWEBER
RECHTSANWÄLTE,
KONTAKTEN, WÜNSCHT ALLEN MANDANTEN
FRÖHLICHE WEIHNACHTEN
UND EIN ERFOLGREICHES JAHR 2023!

WOLLWEBER
RECHTSANWÄLTE

Hanauer Landstraße 196a · 60314 Frankfurt am Main
T +49 (0)69 94 94 85-0 · www.wollweber-law.de

Weitere Informationen erhalten Sie auch unter:
www.krebskranke-kinder-darmstadt.de
Sie möchten spenden?
Sehr gerne: Einmalig oder kontinuierlich!

GRÜN IST DAS
NEUE COOL!

Haben Sie den Dreh schon raus?
Gut leben und dabei bestens leben.
Unser Nachhaltigkeits-Kompass zeigt
Ihnen einfache Wege:

Besser leben.
Gut wohnen.
Richtig anlegen.
Testen Sie uns:

mehr.wert.frankfurter-volksbank.de/kompass

Frankfurter Volksbank
RHEIN/MAIN

Seligenstädter Straße 52
63179 Obertshausen
Tel. 069 2172-11000

Sylvia Medved
LifeBalance & Ernährungs-Coach
www.lifebalance-coach.de
Mobil: +49 172 / 94 467 76

Life
BALANCE

Wir wünschen Ihnen und Ihren
Liebsten ein frohes Weihnachtsfest
und ein gesundes neues Jahr!



LOGOCLIC®

FAMILY

WIR SPENDEN!

15% des Erlöses der
Family-Laminatboden gehen an die
Kinder-Krebshilfe.

24666323
Eiche Cortona
2 Stab

24665728
Siena Driftwood
Multi

14626095
Ahorn Appalachia
Schiffsboden

24666545
Esche Bologna
Schiffsboden

25734560
Eiche Pizzo
Landhausdiele

Mehr Auswahl unter www.logoclic.info

Gemeinschaftswerbung der **BAUHAUS** Gesellschaften (vgl. www.bauhaus.info/gesellschaften oder unter Tel. 08 00/3 90 50 00) **BAUHAUS** Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf mbH & Co. KG Rhein-Main-Neckar, Bohnenbergerstr. 17, 68219 Mannheim

www.bauhaus.info



Wenn's gut werden muss.



*Frohe
Weihnachten*

*Blicke glaubend nach oben,
mutig nach vorne,
liebend zur Seite
und dankbar zurück.*



 **kupplung.de**
powered by rameder.



Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

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



Danke für Ihr Vertrauen!

*Wir wünschen unseren Kunden
schöne Weihnachten und einen
guten Rutsch ins neue Jahr.*

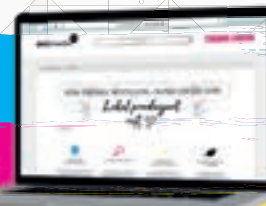


**DRUCK- UND
PRESSEHAUS NAUMANN**

GmbH & Co. KG

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · www.gnz.de

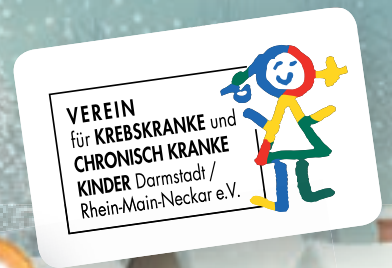
**DRUCKSACHEN 24/7 ONLINE
BESTELLEN - LOKAL PRODUZIERT**



www.onlinedruck-rheinmain.de

DHCmedia

360°



Hund verschwunden?

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

thnx und der ehrliche Finder bringen ihn schnell wieder zurück!

Mehr als 400.000 thnx tags verkauft

thnx
DIE WELT IST VOLLER EHRLICHER FINDER

Jetzt 10% Probierrabatt - apc2-10-uacs

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.“

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

rheinmaintv

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

Früher war mehr Lametta

Es ist wieder so weit: Weihnachten steht vor der Tür. Haben Sie schon einen Baum besorgt? Und auch geschmückt? Lametta am Weihnachtsbaum, das spaltet die Gemüter. Die schmalen, glitzernden Streifen aus Stanniol wurden 1610 in Nürnberg erfunden, sorgen heute entweder für Begeisterung oder Ablehnung. Seit etwa 1890 schmücken sie Weihnachtsbäume, zum Auslaufmodell wurden sie in den 1960ern und 1970ern. Grund genug für das Dreieich-Museum dem ganz speziellen Christbaumschmuck eine eigene Ausstellung zu widmen. Und auch der Titel „Früher war mehr Lametta“ ist nicht zufällig gewählt. Ist er doch auf einen weihnachtlichen Sketch von Loriot zurückzuführen, der mittlerweile zum geflügelten Wort geworden ist.

Ein Krankenhaus singt!

Pflegekräfte, Ärztinnen und Ärzte in Zipfelmützen. Das St. Vinzenz-Krankenhaus in Hanau ist schon seit drei Jahren für seine musikalischen Grüße in Videoform bekannt. Ihr erstes Video, eine Coverversion des Shantys „Wellerman“ wurde auf YouTube fast 200.000-mal angeklickt. Mittlerweile sind die Videos für die Belegschaft schon zur Tradition geworden. Das wichtigste Publikum für die Sängerinnen und Sänger vom St. Vinzenz-Krankenhaus sind die Patienten und ihre Angehörigen. Hoffnung spenden und sich näherkommen, das ist die Devise.

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

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

Marla Lennard

Foto: pixabay

Sinnvolles Hobby, süßer Ertrag

Auf Imker-Neulinge warten spannende und zeitgemäße Aufgaben



Die Imkerei erfreut sich zunehmender Beliebtheit. Sie verbindet Naturschutz, ein spannendes Hobby und eine köstliche Ernte.

Foto: dj-d-k/Deutscher Imkerbund (D.I.B.)/Knut Gärtner

(DJD-K). Rund 150.000 Imker und Imkerinnen betreuen in Deutschland etwa eine Million Bienenvölker. Die meisten von ihnen kümmern sich nicht erwerbsmäßig um die geflügelten Honigsammlerinnen, sondern widmen sich in ihrer Freizeit dem süßen Hobby. Die Zahl der Imkerinnen und Imker steigt seit einem Jahrzehnt konti-

nuierlich an. Kein Wunder, liegen doch Themen wie Ökologie und nachhaltiger Naturschutz voll im Trend. Wer sich hier engagieren will und zudem ein spannendes und facettenreiches Hobby sucht, für den ist die Imkerei genau das Richtige. Denn Imker-Neulinge lernen mit der Honigbiene nicht nur hautnah eine faszinierende Lebensform

kennen, sondern tragen aktiv zum Erhalt von 2.000 bis 3.000 heimischen Nutz- und Wildpflanzen bei. Dazu ist der gewonnene Honig ein köstliches, unverfälschtes Naturprodukt.

Einstieg mit Paten und Probe-Imkern

Imkern ist in nahezu jedem Alter sowohl allein als auch für die ganze Familie machbar. Je nach Bienen-saison und Anzahl der Völker variiert der benötigte Zeiteinsatz. Jedoch ist insbesondere die Freizeitimkerei meist mühelos neben Beruf, Familie & Co. realisierbar, und auch der Platzbedarf ist überschaubar. Für Interessierte bieten viele Imkervereine ein breites Angebot an Unterstützung, Informationen und Einstiegsmodellen an. So gibt es Schnupperkurse, die einen ersten Einblick in den Umgang mit Honigbienen bieten. Beim Imkern auf Probe kann man ein Jahr lang ein

Bienenvolk unter fachkundiger Anleitung betreuen, dabei stehen engagierte Imkerpatinnen und -paten mit fachlichem Rat zur Verfügung.

Imker-App und Onlinekurse

Adressen von Imkervereinen in der eigenen Umgebung gibt es bei den Landesverbänden des Deutschen Imkerbunds (D.I.B.), die unter www.deutscherimkerbund.de zu finden sind. Der D.I.B. unterstützt Imkerei-Neulinge außerdem durch eine Imker-App mit zahlreichen Fachinfos, Suchfunktionen und nützlichen Tools zur Verwaltung der Bienenvölker und zum Erkennen von Krankheiten. Weitere Infos für Bienen-Interessierte gibt es auch unter www.die-honigmacher.de. Dort können Interessierte kostenlose Onlinekurse wie eine Anfängerschulung und den „Fachkundenachweis Honig“ belegen. Viele Imkervereine freuen sich über interessierten Nachwuchs.

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 50

ON	I	E	O	A	B
DAKAR	BLITZ	SAUBER			
HEHLER	A	NATAL	F	I	
ST	R	FRIST	K	EULE	
S	DALL	I	T	BAHNHOF	
TATAR	U	GERA	WIR	K	
C	STUDIERT	G	S	A	
SOEHNE	MAN	N	AMOKS		
ESSENZ	N	FIRMA	OT		
ELSE	O	ASSAM	B	E	T
AB	BRINK	Y	WOLLEN		
NAHUA	A	GEWISSEN			
SOR	O	INFO	FES	V	P
B	EONADET	G	B	E	D
FBI	I	K	S	T	TETANUS
FORS	A	R	AHNEN	F	BO
L	T	SENSE	B	JOEL	
GARANT	K	BRAUEREI			
EBO	O	REMO	WEG	T	S
G	ABMESSEN	R	E	T	A
P	FUND	A	V	L	E
EL	STER	O	B	L	U
US	B	PLAGE	UN	F	AIR
S	SALUT	B	RASSE	I	T
Z	E	N	T	R	A
ZUENDKERZE					

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

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



Flächen- säubern	Urein- wohner Spaniens	Sowjet- Diktator †	gr. Buch- stabe	▼	eine Tonart	▼	Feuer- land- indianer	ungand. Diktator †	gr. Göttin d. Herdes	▼	▼	Teil des Beins	Husaren- mütze	▼	Schliff	▼	Zitrus- frucht
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Fest- kleidung	▼	▼	▼	▼	▼	6	▼	▼	▼	▼
Arbeits- gruppe (engl.)	▼	▼	„Jesus“ im Islam	▼	▼	▼	Nach- frage	▼	ägyptische Halbinsel	▼	▼	▼	▼	Be- gehren	▼	▼	Abk.: Kilo- gramm
▼	▼	▼	▼	betrieb- sam	▼	freund- liches Ersuchen	▼	▼	▼	▼	Pflan- zen- keime	▼	chin. Kochtopf	▼	▼	▼	▼
Stiege	▼	▼	rasten	▼	▼	▼	▼	Zucker in großen Kristallen	▼	kleine Fraktur im Glas	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	2	Kunst- stoff	▼	Presse- feldzug	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	ein Raub- vogel
▼	▼	▼	Karten spielen	▼	span. Appetit- häppchen	▼	▼	▼	Zugma- schine (Kw.)	▼	▼	▼	Sport- ruder- boot	▼	▼	ein TV- Sender	▼
süddt.: Hausflur	törichte Men- schen	ärmel- loser Umhang	▼	▼	▼	▼	10	▼	Vorname des Sän- gers Illic	▼	▼	engl. Flä- chenmaß	▼	▼	▼	▼	▼
Körper- spray	▼	▼	▼	Seufzer	▼	▼	▼	österr. Kompo- nist	Sünden- bekennt- nis	▼	▼	▼	▼	4	▼	▼	▼
▼	▼	3	▼	ohne Inhalt	▼	Greif- vogel	▼	▼	▼	▼	Ballett- schüle- rin	▼	spani- scher Artikel	▼	▼	▼	▼
Stippe	Laub- baum- frucht	▼	See- rosen- art	▼	▼	▼	5	▼	ein Golf- schläger	▼	Figur der Quadrille	▼	▼	▼	▼	Laufvogel	▼
sich ein- prägen	▼	▼	▼	▼	▼	Zier- pflanze	▼	▼	Lasttier	▼	▼	▼	9	▼	▼	▼	▼
unbe- stimmter Artikel	▼	▼	Vorname Ein- steins	▼	Luftfahrt- organ.	▼	▼	▼	männ- licher Artikel	▼	▼	▼	▼	▼	Diebes- gut	▼	▼
abge- standen	Signal- horn	▼	Bogen- waffe im MA.	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	franz. Depar- tement	▼	franzö- sisch: auf	▼	▼	▼	▼
▼	▼	1	▼	Honig- wein	▼	▼	▼	Bienen- volk	▼	schlam- mig, sumpfig	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Netz- ball- spiel
▼	▼	▼	▼	Kanton der Schweiz	▼	amerik. Wildrind	▼	▼	▼	▼	▼	hygie- nisch, sauber	▼	franz. Artikel	▼	▼	▼
Unter- kunft	▼	eh. Maß d. Drucks	▼	gezo- gener Strich	▼	▼	▼	▼	viersitzige Reise- kutsche	▼	Buß- empfin- dung	▼	▼	▼	▼	▼	▼
alltäg- liches Eierlei	Sagen- könig	▼	▼	▼	▼	▼	▼	Männer- name	Steuer im MA.	▼	▼	▼	▼	Segel- tau	▼	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	Stier- kämpfer	▼	zube- reiten	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Wider- borstig- keit	griech. Gericht	▼	Reizstoff im Tee	▼	▼	▼	▼	West- euro- päer	▼	▼	▼	mund- artlich: Ameise	▼	▼	jede, jeder	▼	▼
▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	keltische Feen- königin	▼	Prophet im A.T.	▼	▼	▼	▼	▼	▼
ein Planet	Insel der Circe	▼	Alpen- berg- massiv	▼	▼	pani- scher Ansturm	▼	Küsten- stadt in Florida	▼	7	▼	▼	▼	Flächen- maß	▼	▼	deutsche Vorsilbe
▼	▼	▼	▼	Abk.: Kultus- minister	▼	episches Werk	▼	▼	▼	▼	Opern- haus in Mailand	▼	▼	▼	▼	▼	▼
▼	▼	▼	Wasser- sport- disziplin	▼	▼	▼	▼	stark wün- schen	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼	▼
Stadt am Zucker- hut (Kw.)	▼	dt. Mimin	▼	▼	▼	▼	▼	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

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

Dame kauft: Pelze aller Art, Kleider, Leder- u. Krokotaschen, Bernstein, Nähmaschinen, Ölgemälde, Bilder, Schreibmaschinen, Gardinen, Puppen, Schallplatten, Zinn, Porzellan, Modeschmuck, Silber, Uhren, Münzen, Alt-, Bruch-, Zahn-, Gold-, Goldschmuck, Bleikristall, Bücher, Briefmarken, Perlen, Silberbesteck, Ferngläser, Perücken, Möbel, Teppiche, Bilder, Orden, Krüge. Auch Wohnungsaufösungen und komplette Nachlässe. 100% seriös. Höchstpreise bar vor Ort. Kostenlose Anfahrt, Beratung sowie Werteneinschätzung. Tägl. 7-21.30 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069/25718443

Ankauf von: Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn-, Gold-, 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 Haushaltsaufösungen, kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös u. diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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

ANZEIGEN
Telefon
06102-
868820

info@mein-suedhessen.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

Sammler mit jahrelanger Erfahrung: Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsaufösungen, 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. ☎ 069 - 34875842

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

► Stellen



Designed by freepik

Wir suchen ab sofort Produktionsmitarbeiter und Staplerfahrer für unser 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** Bewerberinnen Sie sich telefonisch oder per Mail. Marco Fitzenreuter, RIS-Andros.Breuberg@randstad.de ☎ 01525-4505801

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

Kroatische Frau sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich spreche gut Deutsch und lese gerne vor. Ich habe Erfahrung mit Demenz und bettlägerigen Menschen. Nur Langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

KFZ-ANKAUF

WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND



ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag - Sonntag)!

☎ 06157/8085654 o. 0176/11199111

A.G. Automobile • Robert-Bosch-Str. 4 • 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de • www.kfz-ankauf-24h.de

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Expert Klein, Globus,
Hellweg, Jawoll, LIDL, Möbel Boss,
Möbel Höffner, Netto, Norma, REWE,
ROFU, Segmüller, 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

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 Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

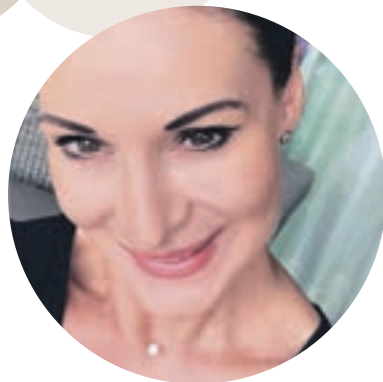
Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis „Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

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

GESUNDE ERNÄHRUNG

Sylvia Medved

LifeBalance &
Ernährungs-Coach



IMO (Intestinal Methanogen Overgrowth)/ SIBO (Small Intestinal Bacterial Overgrowth)/Leaky Gut Syndrom

Neue Begriffe tauchen immer mehr in den Arztpraxen auf: Intestinal Methanogen Overgrowth, kurz IMO oder Small Intestinal Bacterial Overgrowth, SIBO. Das sind neue Begriffe für ein schon lange bekanntes Thema:

Der Darm ist buchstäblich von falschen (zu vielen aeroben) Darmbakterien (Dickdarm und Dünndarm) bevölkert, hervorgerufen durch zu kohlenhydrathaltige, zuckerreiche und/oder einseitige Ernährung. Man kann hier auch von einer feindlichen Übernahme durch den Overgrowth (= Überbevölkerung) dieser Bakterien sprechen...

Die „guten“ anaeroben Bakterienstämme, welche die Darmschleimhaut samt ihrer Funktion, wie Resorption von Nährstoffen & Vitaminen, Bildung von Enzymen, sowie eines intakten Immunsystems aufrechterhalten, werden durch diese Fehlbesiedlung, mehr und mehr verdrängt.

Außerdem existiert ein weiterer Begriff seit geraumer Zeit am „Darm-Mikrobion-Himmel“: Das sogenannte „Leaky-Gut-Syndrom“, was nichts anders als „durchlässiger Darm“

bedeutet und nach einer Falschbesiedlung des Darmes eigentlich eine logische Konsequenz darstellt. Hierzu erfahren Sie mehr in meinem nächsten Expertenrat.

Hilfe bietet bei den Problemen im Darm eine gezielte Darmsanierung, sowie eine Ernährungsumstellung, mit probiotischen sowie anschließender nachhaltiger Präbiotik, welche die Nahrungsgrundlage des Darmmikrobiomes darstellt. Hierbei kann ihnen „Sylvie's Bestes PBP-Porridge®“ helfen, wieder in Balance zu kommen.

Probanden-Studien über einen Zeitraum von 4–8 Wochen konnten eine nachweisliche Verbesserung bei allen oben geschilderten Symptomen verzeichnen.

Rufen Sie mich an – ich freue mich auf Sie! Gesundheit ist und bleibt immer das beste Geschenk – für sie und für ihre Lieben!



**LifeBalance &
Ernährungs-Coach
Sylvia Medved**

Lindenstraße 7
75391 Gechingen-Bergwald
Deutschland
Lifebalance-coach.de

**HUMAN
MEDIZIN**



**Dr. med.
Predrag Matic**

Facharzt für Innere Medizin,
Kardiologie, Diabetologie und
Notfallmedizin



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.

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.

Häufige Fragen:

Wie lange dauert es, bis sich meine Symptome nach der Behandlung bessern?

Die meisten Patienten berichten, dass sich ihre Symptome innerhalb von 1–2 Wochen nach dem Eingriff merklich gebessert haben.

Kommt es nach dem Eingriff zu Narbenbildung, Blutergüssen oder Schwellungen?

Die meisten Patienten berichten keine oder nur geringe Narbenbildung, Blutergüsse oder Schwellungen nach dem ClosureFast™-Verfahren.

Wie unterscheidet sich das ClosureFast™-Verfahren von einem endovenösen Laser?

Obwohl sowohl das ClosureFast™-Verfahren als auch die 980 nm endovenöse Laserablation minimal-invasive Eingriffe sind, konnte in einer multizentrischen Vergleichsstudie gezeigt werden, dass das ClosureFast™-Verfahren mit statistisch signifikant niedrigeren Raten von Schmerzen, Blutergüssen und Komplikationen verbunden ist. Patienten, die sich dem Closure-Fast™-Verfahren unterzogen haben, berichteten auch über Verbesserungen der Messvariablen für Lebensqualität. Diese Verbesserungen traten bis zu viermal schneller ein, als bei Patienten, die mit 980 nm endovenöser Laserablation behandelt wurden.

Wir bieten diese ambulante Behandlungsform an. Fragen Sie uns!

Offenbach am Main

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

Planungstage bei

Flamme[®]
KÜCHEN + MÖBEL

vom 27.-30.12.

Extra lang geöffnet!

AKTIONS-
TAGE

Di.

27.12.
10 - 20 Uhr

AKTIONS-
TAGE

Mi.

28.12.
10 - 20 Uhr

AKTIONS-
TAGE

Do.

29.12.
10 - 20 Uhr

AKTIONS-
TAGE

Fr.

30.12.
10 - 20 Uhr

LIEFERUNG
& MONTAGE



GESCHENKT*



**JETZT TERMIN
SICHERN!**

Jetzt Termin sichern:

069/94173-53

TERMIN-HOTLINE: Mo. - Fr. von 10 - 18 Uhr

ODER TERMIN@FLAMME-FRANKFURT.DE

Gültig bis 31.12.2022. Keine Haftung für Druckfehler. Irrtümer vorbehalten. Abb. sind Musterbeispiele.
* Gültig ab einem Auftragswert von 5.000€ bei Küchen. Nur innerhalb unseres Lieferkreises bis 25 km ab unserem Standort.

FLAMME MÖBEL GMBH FRANKFURT & CO. KG
Hanauer Landstraße 433 • 60314 Frankfurt
Tel 0 69 / 9 41 73 - 53
info@flamme-frankfurt.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. - Fr.: 10-19 Uhr
Sa.: 10-18 Uhr
www.flamme.de

Flamme[®]
KÜCHEN + MÖBEL

BERLIN • BREMEN • FRANKFURT • FÜRTH • MÜNCHEN | HANNOVER (SOFALOFT)

