

# mein süd hessen

Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

28. Januar 2023

Das Leben in und um Seligenstadt – Auflage 16.950

## Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen  
usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

## Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 06182/992360 · Mobil: 01577-3751467  
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspfligestudio.de



mein süd hessen  
auf Facebook

www.facebook.com/  
rheinmainverlag



V.l.: Sabine Ohlig, Prokuristin der EGRO-Mediengruppe,  
Angelika Hofferberth, Geschäftsleitung der Rhein Main Verlags GmbH,  
Tina Piemontese und Freiherr Fritz von Ritter vom Verein für krebskranke  
und chronisch kranke Kinder Darmstadt.

Mehr zur Aktion und den Spendern lesen Sie auf Seite 2. Foto: Beate Tomann

## Stolze 7.500 € Spende für den VKKD

Die mein süd hessen-Weihnachtsaktion war wieder erfolgreich



Fotos: BT/VKKD

## Stolze 7.500 € Spende für den VKKD

Die mein südhessen-Weihnachtsaktion war wieder erfolgreich

**DARMSTADT (BT).** Auch im vergangenen Jahr konnten die spendenden Weihnachtsanzeigen wieder für einen guten Zweck gebucht werden. Bernd Maas, geschäftsführender Gesellschafter, und Angelika Hofferberth, Geschäftsführung des RheinMainVerlages, verdoppelten die Summe der eingegangenen Weihnachtsgrüße der Unternehmen und Angelika Hofferberth packte noch ihre persönliche Provision obendrauf. So war die Freude im Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein Main e.V. groß, als die kleine Delegation mit dem Spendenscheck zur Übergabe vorbeikam.

Mit dabei war auch eine Spendendose, die durch die Kunden von Beates Blumeneck in Obertshausen gefüllt wurde. Es war die dritte Spendendose und auch hier ist ein Betrag von insgesamt 800 Euro für den Verein zustande gekommen. Der RheinMainVerlag ist über Bernd Maas schon seit Jahrzehnten mit dem Verein verbunden.

### Der Verein und seine Aktivitäten

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 emotionale Belastungen, was die Notlage weiter verschlechtert.

Eine Auffanghilfe sowie Unterstützung und Beratung für Familien mit kranken Kindern, die in Not 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 der Umgang mit Behörden sowie Familientherapie.

### 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 großen 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.

### Wie der VKKD e.V. helfen kann

Ein Beispiel sind Reise- und Übernachtungskosten, die entstehen, wenn eine Mutter oder ein Familienmitglied das kranke Kind be-

sucht 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 ab. 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 Kreativangebote befindet sich in diesem Bereich.



Durch ihren Spendenanteil bei der Weihnachtsanzeige haben folgende Unternehmen zum Erfolg beigetragen:

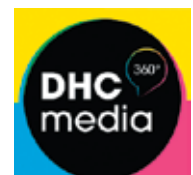


EGRO MEDIENGRUPPE

RheinMainVerlag



SCHÖNER WOHNEN  
Kuhn GmbH & Co. KG



Frankfurter Volksbank  
RHEIN/MAIN

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN  
GmbH & Co. KG

BAUHAUS

Aledius  
Quantum Investments

optalio+  
empower your data

azp Life BALANCE  
AGENTUR FÜR ZEITUNGS- UND PROSPEKTZUSTELLUNG

WOLLWEBER  
RECHTSANWÄLTE

WIEST  
GROUP

CENTURY 21 Jens André Immobilien



## Vegane Bananen-Zimt-Waffeln

Mit fair gehandelten Zutaten

(DJD). Zum perfekten Start in den Tag gehört für viele ein ausgewogenes Frühstück. Vor allem am Wochenende, wenn man mit Familie oder Freunden gemütlich zusammensitzt, darf der Tisch reichlich gedeckt sein, und das geht auch vegan und fair – also „fairan“. Ob Kaffee oder Tee, knusprige Brötchen mit Schokoaufstrich oder Honig, ein Müsli mit Nüssen und Banane, leckere Fruchtsäfte und ein Strauß Rosen als Deko: Für die vegane Frühstücksvielfalt gibt es zahlreiche Produkte, die fair gehandelt erhältlich sind.

### Bessere Lebensbedingungen im globalen Süden schaffen

„Fairan“ ist Trend: Wer fairan lebt, achtet auf faire und ökologische Zutaten und unterstützt so Menschen in Afrika, Lateinamerika und Asien, die die Zutaten für viele dieser Lieblingsprodukte anbauen. Das Siegel Fairtrade etwa kennzeichnet Waren aus fairem Handel, bei deren Herstellung bestimmte soziale, ökologische und ökonomische Kriterien eingehalten wurden. Durch Fairtrade erhalten die Menschen im globalen Süden stabile Preise und investieren mit sozialen Projekten und Umweltprogrammen in ihre Zukunft, in die ihrer Kinder – und ihrer Produkte. Unter [www.fairtrade-deutschland.de](http://www.fairtrade-deutschland.de) gibt es eine Übersicht über erhältliche Produkte sowie faire Frühstücksideen – darunter Bananen-Schoko-Kuchen, Quinoa-Brot oder ein Power-Smoothie. Fairan handeln überzeugt: „Ich lebe fairan, weil es sich einfach richtig anfühlt. Ich will nicht, dass wegen meiner Essensvorlieben oder der Jacke, die ich trage, Tiere, Menschen oder Umwelt leiden“, meint auch die 27-jährige

Influencerin Justine aus Wien. Auf Instagram und unter [justinekeptcalmandwentvegan.com](https://www.instagram.com/justinekeptcalmandwentvegan.com) stellt sie viele leckere vegane Rezepte vor – wie diese Bananen-Zimt-Waffeln.

### Rezepttipp der Nachhaltigkeitsbloggerin Justine: Vegane Bananen-Zimt-Waffeln

#### Zutaten (für 8–10 kl. Waffeln):

- 260 g Dinkelmehl
- 170 g Bananen\* (Gewicht ohne Schale)
- 300 ml Pflanzenmilch (z. B. Hafermilch)
- 2 Spritzer Agavendicksaft\* (oder anderes Süßungsmittel)
- 1 TL Zimt\*
- 2 TL Weinsteinbackpulver
- 1 Spritzer Apfelessig
- 1 EL Kokosöl\* (und mehr zum Einfetten des Waffeleisens)

\*Diese Zutaten sind mit Fairtrade-Siegel erhältlich.

Als Topping:  
Ahornsirup nach Belieben,  
pflanzlicher Joghurt, Früchte

#### Zubereitung:

Das Waffeleisen vorheizen. Die Bananen mit einer Gabel zerdrücken und mit der Pflanzenmilch, etwas Agavendicksaft, Zimt und Kokosöl in einer Schüssel mit einem Schneebesen verrühren. Das Mehl hinzufügen und gut unterrühren. Weinsteinbackpulver und etwas Apfelessig dazugeben und wieder verrühren. Das Waffeleisen einfetten, den Teig portionsweise einfüllen und die Waffeln backen. Anschließend mit leckeren Toppings wie Joghurt, Ahornsirup, Bananenstücken oder anderen Früchten genießen.

Fotos: djd/Fairtrade/Justine Siegler + Angela Ponce



Foto: NatuerlichGut/pixabay

## Pastinakencremesuppe

Deftiges Wintergericht

#### Zutaten:

- 500 g Pastinaken
- 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe
- 750 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kochsahne
- 1 bis 2 EL Öl
- 1 Prise Muskat, Salz, Pfeffer
- 1 Hand voll frische Kräuter

#### Zubereitung:

Die Pastinaken waschen und den Strunk abschneiden, anschließend das Gemüse in kleinere Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen und klein würfeln. Die Kräuter waschen, anschließend abtropfen lassen und grob zerklei-

nern. Öl in einem großen Topf erhitzen, dann Pastinaken und Zwiebeln dazugeben und kurz anbraten. Knoblauch und eine Prise Muskat dazugeben und anschließend mit der Brühe ablöschen. Bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Wenn die Pastinaken weich sind, die Suppe mit dem Pürierstab fein pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Sahne dazugeben und mit dem Pürierstab kurz aufschlagen. Danach die Suppe in tiefe Teller verteilen und mit den gehackten Kräutern bestreuen.

Text: DRM

# HKKK

## Hammer Küchen Kreation

Planen. Kochen. Leben.

Sie möchten eine neue Küche kaufen?  
Gerne stehen wir Ihnen neben dem Verkauf auch mit Beratung, Planung und Montage zur Seite!

**Jetzt  
Beratungstermin  
vereinbaren!**



- Hochwertige Materialien
- Moderne Arbeitsweisen
- Heim- und Videoberatung (nach Termin)
- Beratung, Planung & (Montage)-Koordination aus einer Hand

Einhardstraße 3 | 63500 SELIGENSTADT  
[www.hammer-kuechen.de](http://www.hammer-kuechen.de) | 06182-898853

# Am 11. März 2023 im Bürgerhaus Mörfelden

Events4you und Mein Südessen verlosen 3 x 2 Eintrittskarten

**MÖRFELDEN (PM).** „Journey“ sind bis heute eine der erfolgreichsten und einflussreichsten Bands der USA. Hits wie „Wheel In The Sky“, „Any Way You Want It“ und „Don't Stop Believin'“ gehören bis heute in jedes gut sortierte Radioprogramm. In ihrer 40-jährigen Karriere haben Journey über 75 Millionen Tonträger verkauft.

Bei JOURNEYE haben sich 6 Musiker aus dem Raum Frankfurt und Mannheim gefunden, die leidenschaftlich die großartige Musik der US-Rocklegende „Journey“ in einem umfassenden Programm darbieten. Die Set-List beinhaltet alle großen Hits, sowie jede Menge Live-Klassiker der amerikanischen Band.

Innerhalb kurzer Zeit hat sich die Band als feste Größe in den Liveclubs des Rhein-Main-Gebiets und darüber hinaus etabliert. Volle Shows und teils ausverkaufte Konzerte zeugen von einem großen Bedürfnis beim Publikum nach der



Musik von Journey. JOURNEYE bieten diese Musik als tighte und perfekt eingespielte Liveband.

Der international renommierte Sänger Arno Menses (Subsignal, Sieges Even) interpretiert die Songs von Steve Perry auf seine eigene Weise, aber dicht am Gefühl und der Intensität des Originals. Die Band um Ausnahmegitarist René Orfanidis sorgt mit ihrer perfekt abgestimmten Spielweise für das richtige Journey-Feeling. Als wenn Neal Schon & Co, selbst auf der Bühne stehen würden.

Authentisch und detailgetreu, mit virtuoser Gesangs- und Gitarrenarbeit, ausgefeiltem Chorgesang und energiegeladenen Rockgrooves bieten JOURNEYE ein Programm, das für den begeisterten Rockhörer,

wie auch für den leidenschaftlichen Journey-Fan gleichermaßen einen Abend mit mitreißender Rockmusik und jeder Menge Spaß garantiert. Weltbekannte Radiohits, schmechtende Balladen und kernige Rocker ... die Musik von „Journey“ umfasst alle Facetten der klassischen Rockmusik, und bildete die Grundlage des „Stadionrock“-Genres ... originalgetreu dargeboten von JOURNEYE!!!

Don't stop believin' ...  
the wheels keep on turning ...  
faithfully ...

Am 11. März 2023 kommen Journeye in das Bürgerhaus nach Mörfelden. Einlass ist um 19:00 Uhr, Beginn 20:00 Uhr. Tickets gibt für 19,00 Euro im Merfeller Shop in Mörfelden, im Buchhaus Giebel in Walldorf sowie online auf [www.events4you.me](http://www.events4you.me).

Foto: [www.events4you.me](http://www.events4you.me)



Rufen Sie an unter **Tel. 0137 822-9977**  
(Anruf kostet 50 Cent)

und mit etwas Glück sind Sie am  
11. März ab 20 Uhr dabei!

Es kann bis Montag, 6. Februar 2023, 24 Uhr  
angerufen werden. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.



# FEELING BIEBERER BERG ERLEBEN!

# HALBJAHRES- DAUERKARTE JETZT BEREITS AB 50€ SICHERN!



OFC Kickers 1901 GmbH  
Waldemar-Klein-Platz 1 • 63071 Offenbach  
Tel: 069/98 1901 - 0 • [www.ofc.de](http://www.ofc.de)

# Kleiner Wohnen im Tiny House

XS liegt voll im Trend

(DRM). Es ist die Besinnung aufs Wesentliche: winzige Häuschen mit gerade mal einer Wohnfläche von 20 bis 30 Quadratmetern kommen gerade ganz groß raus. Wohnraum wird immer knapper und vor allem wird er immer teurer. Der Trend in kleinen Häusern zu leben ist eine der Antworten auf die Preisentwicklungen am Immobilienmarkt. Immer mehr Menschen reizt die Vorstellung, ihr Leben auf kleinstem Raum zu verbringen. Zimmermeister Stefan Enßlin aus dem schwäbischen Möttingen ist begeistert vom Trend und baut seit einigen Jahren selbst die Häuser im XS-Format.

Die grundlegende Idee für das Mini-Haus hatte Enßlin bereits vor einiger Zeit, bis zum Bau des kleinen

Häuschen vergingen aber mehrere Jahre. Im November 2018 wurde aus dem Traum schließlich Realität, als er sich an die genaue Planung des Hauses machte. Mehrere Monate hat Stefan Enßlin schließlich an der Konzeption des kleinen Häuschen gefeilt, entstanden ist ein beachtliches Platzwunder, in dem man tatsächlich alles findet, was man zum Leben so braucht. Vor allem erlaubt es aber ein Leben nach dem Motto „heute hier, morgen dort“. Egal ob man das kleine Haus als Ferien-, Gäste-, oder Wohnhäuschen nutzt, es ermöglicht einem die große Freiheit auf kleinem Raum. Die Häuschen sind nicht nur stabiler als vergleichbare andere Wohnwägen, sie sind vor allem auch wesentlich ökologischer. Apropos Ausstattung,



die Möglichkeiten zur Gestaltung des eigenen Tiny House sind nahezu endlos.

„Wir können nahezu alles in das Tiny House integrieren. Bei der Innenraumgestaltung, bei der Anordnung der Fenster und beim Design

der Fassade sind wir völlig frei und flexibel“, sagt Experte Stefan Enßlin. Neben der variablen Gestaltung und der Mobilität ist der Preis ein weiterer Vorteil der Minihäuser: Es entstehen in der Regel auch nur „Mini-Kosten“.

Foto: James Frid/pexels

## Sind vegane Ersatzprodukte eine Alternative?

Nahezu jedes tierische Produkt ist ersetzbar!

(DJD/DRM). Umweltbewusstsein, Tierwohl oder mehr auf die eigene Gesundheit achten – die Gründe für eine pflanzenbasierte Ernährung können nicht unterschiedlicher sein. Wer trotzdem nicht auf den Geschmack von Fleisch, Wurst, Käse und Co. verzichten möchte, findet in den Supermärkten mittlerweile viele vegane Ersatzprodukte.

### Fleisch und Wurst

Fleisch und Wurst enthalten für den Körper wichtige Proteine. Beim Kauf von Alternativen sollte man daher auf besonders auf den Proteingehalt achten. Dieser war lange eine Schwachstelle der veganen Lebensmittel, doch inzwischen gibt es eine Vielzahl an Produkten, die einen ähnlichen oder sogar höheren Proteinanteil als tierische Produkte erreichen. So haben beispielsweise vegane Salami-Produkte einen Proteingehalt von 33 Prozent, bei traditioneller Salami sind es etwa 22 Prozent. Als Quelle dient Weizengluten. Zudem kommen manche die Produkte ohne kennzeichnungspflichtige Zusatzstoffe aus. Stattdessen wird das Geschmackserlebnis bei veganer Salami durch traditionelle Herstellungsverfahren wie die Reifung im Tuch und natürliche Aromen erzielt.

### Käse

In veganen Käsealternativen ist häufig Palm- oder Kokosöl enthalten. Doch beide können den Cholesterinspiegel im Blut erhöhen und Herzerkrankungen begünstigen. Hinzu kommt: Die Art des Anbaus



gilt als problematisch für die Umwelt. Die meisten Käsealternativen sind zudem stark verarbeitet und enthalten nur wenig bis keine Proteine. Zu empfehlen sind Produkte auf Cashewnuss-Basis: Sie sind in der Regel natriumarm, nicht so stark verarbeitet und enthalten vergleichsweise viele Proteine. Wer genau wissen möchte, was drinsteckt, kann die Käsealternative mit Cashews selbst zubereiten – entweder als Frischkäse- oder gereift als Weichkäseersatz.

### Milch

Ob im Müsli, Kaffee oder einfach pur – Milch ist sehr vielseitig. Sie enthält viel Protein und hat einen hohen Calciumanteil. Daher sollte man bei der Wahl einer pflanzlichen Alternative darauf achten, dass diese mit

Calcium angereichert ist – Hinweise dazu finden sich in der Nährwerttafel. Wer die pflanzlichen Drinks gern für Kaffeegetränke verwendet, braucht für ein gutes Aufschäumergebnis zudem eine Variante mit hohem Fett- und Proteingehalt. Bei Sojadrinks ist dieser fast immer gegeben, Haferdrinks werden dafür als Barista-Variante meist mit Soja, Raps- oder Sonnenblumenöl angereichert. Doch Vorsicht: Hafer- und Reisdinks enthalten von Natur aus Zucker, ungesüßte Mandel- oder Sojadrinks meist wenig bis keinen.

Foto: Thommy & Sabine Weiss/pixelio.de

## STADTWERKE SELIGENSTADT



### WIR BRAUCHEN VERSTÄRKUNG!

- Installateur\*in (m/w/d) / Anlagemechaniker\*in für Sanitär-, Heizungs-, Klimatechnik (m/w/d)

Stellenbeschreibung unter [www.seligenstadt.de/aktuelles/stellenausschreibungen/](http://www.seligenstadt.de/aktuelles/stellenausschreibungen/)

## Auf zu ruhigen Ufern

Der winterliche Bodensee bietet vielseitige Entspannungsmöglichkeiten

(DJJ). Winterwanderungen und der Besuch in einer Therme: Das sind laut einer vom Markt- und Meinungsforschungsinstitut YouGov durchgeführten Umfrage derzeit die beliebtesten Freizeitaktivitäten abseits der Skipisten. Die erholsame Kombination aus frischer Luft und wohliger Wärme finden Winterurlauber zum Beispiel am Bodensee. Wenn die Landschaft weiß überzuckert ist und an den Ufern der spiegelglatten Wasserfläche Eiskristalle glitzern, bietet Deutschlands größter Binnensee eine Extraportion Ruhe, Entspannung und Genuss. Dem Alltag entfliehen und Kraft fürs neue Jahr tanken lässt sich nicht nur auf langen Spaziergängen mit Aussicht auf See und Alpenkette. Prädestiniert fürs Aufwärmen und Wohlfühlen sind auch die drei Thermen der Region.

### Unterwasserklänge und Theatersauna

In den Thermalbecken der Überlinger Bodensee-Therme können sich Erholungssuchende bei meditativen Unterwasserklängen und Lichtprojektionen einfach treiben lassen. Nach einem Gang in die Bootshaus-, die Kräuter- oder die japanische Rosensauna sorgt der See als größtes Tauchbecken Deutschlands für Abkühlung. Mit Wasser, Wärme und Wohlbefinden lockt auch die Meersburg Therme, wo vielseitige Wellnessangebote – von einer Mineralsalz-Zeremonie bis zur Lebenselixier-Massage – zur Wahl stehen. Ein breites Spektrum an Wohlfühlerlebnissen wiederum gibt es in der Therme Lindau: Die romantische Kerzensauna, der Sauna-Dom und die mit Medientechnik ausgestatteten Theatersauna, in der Showaufgüsse als kleine Theaterstücke inszeniert werden, sind wohl recht einzigartige Entspannungsräume. Unter [www.bodensee.eu/de/wann-besuchen/winter](http://www.bodensee.eu/de/wann-besuchen/winter) finden Interessierte weitere Informationen zur Region sowie winterliche Übernachtungsangebote und Termine. Auf den Adventsmärkten wie der Bodensee-Weihnacht in Friedrichshafen herrscht zudem eine besinnliche Stimmung. Um Weihnachten herum sorgt auch der Christmas Garden auf der Insel Mainau für Lichterglanz.



Foto: dj/Deutsche Bodensee Tourismus/  
Tial Rassmann

### Kulturhopping per Schiff

Die Geschwindigkeit des Alltags drosseln und den Blick in die Ferne schweifen lassen: Das gelingt auch auf einer winterlichen Schifffahrt. Die Bodensee-Fähren und der Kattamaran garantieren das ganze Jahr über für gute Verbindungen zwischen den Seeufern und laden zum Städte- und Kulturhopping im Vierländereck ein. Für kulturellen Genuss sorgen nicht nur das Zeppelin Museum in Friedrichshafen, das Hohenzollernschloss in Sigmaringen oder das Vineum in Meersburg, sondern auch zahlreiche Galerien. Auch Kirchen dienen als stimmungsvolle Kulisse für Konzerte, Lesungen und Spezialführungen. Weitere Genussmomente bieten auch die regionalen Produkte Fisch, Obst, Hopfen und Wein, die in der heimischen Gastronomie auf den Teller und ins Glas kommen.

Die verschneite Landschaft rund um den Bodensee lädt zu Winterwanderungen ein.

Foto: dj/Deutsche Bodensee Tourismus/Tial Rassmann



# MAIN KULTUR ASCHAFF UUR

Samstag, 11. Februar 2023, 20 Uhr

## PASIÓN DE BUENA VISTA

Live-Musik, Gesang  
und Tanz aus Kuba

Preise: Euro 28 und Euro 26



© Buena Vista Band

Montag, 27. März 2023, 20 Uhr

## KOMPLEXE VÄTER

Gastspiel der Komödie  
am KuDamm Berlin, mit  
Jochen Busse, Hugo Egon Balder, u. a.

Preise: Euro 28 und Euro 26



© Michael Peterson

### PROGRAMM FÜR KINDER:

Sonntag, 5. März 2023, 15 Uhr

## CONNI – Das Zirkus-Musical!

Familien-Mitmach-Musical,  
Cocomico-Theater,  
geeignet für Kinder ab 3 Jahren

Preise: Euro 12 für Kinder  
und Euro 14 für Erwachsene



© 2020 Carlsen Verlag GmbH

Online-Ticketing und Kartenverkauf: [www.mainaschaff.de](http://www.mainaschaff.de)



**Maintalhalle**

Gemeinde Mainaschaff  
Kulturamt

Hauptstr. 10-12, 63814 Mainaschaff, Tel. 06021/705-22

E-Mail: [kulturamt@mainaschaff.de](mailto:kulturamt@mainaschaff.de)

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)  
Ihre Onlinezeitung

**RheinMainVerlag**

# Tier der Woche

## Jacky

männlich, 6 Jahre, 35 cm, 10 kg

Jacky lebt auf einer Pflegestelle in Polen. Dort lebt er zusammen mit 2 anderen Hunden und einer Katze. Er ist sehr verträglich und könnte gut als Zweithund gehalten werden. Er ist anhänglich und sehr verschmust – aber auch verspielt und albern.

Jacky ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: htb

**Weitere Informationen unter  
Hoffungsvolle Tierblicke e.V.  
www.htb-ev.de  
Tel 06068 – 4785493 oder  
0162 - 2939838.**



Moderatorenteam  
Benjamin Matthews  
und Anke Seeling

## Das Wichtigste aus Rhein- Main immer IM BLICK.

Fakten.  
Hintergründe.  
Emotionen.

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

Zu empfangen über ASTRA Satellit, im hessischen Kabelnetz, per DVB-T2 und Magenta TV sowie im Livestream unter [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de)

### Neu in der Mediathek

#### Vorsicht am Bahnsteig!

Das richtige Verhalten am Bahnsteig kann Leben retten. Umso wichtiger ist es, dass schon Kinder die Regeln des Bahnfahrens lernen und das Bahnfahren trainieren. Am Bahnsteig gehört dazu vor allem: Immer die weiße Linie beachten, niemals auf der Bahnsteig-Kante sitzen und keinesfalls auf die Gleise gehen! Aber auch das Verhalten im Zug muss gelernt werden. Eine vierte Klasse der Karmelitterschule aus Frankfurt konnte das auf einer exklusiven Fahrt ins Werk Griesheim, wo Züge repariert werden. Begleitet wurden die Schülerinnen und Schüler von einem Präventionsbeauftragten der Deutschen Bahn.

#### Fotografien der Vergangenheit

Fotograf, Pilot und Unternehmer: José Ortiz Echagüe war in vielen Bereichen tätig. Bekannt geworden ist der Spanier nicht nur als Gründer der Automobilmarke SEAT 1950 und der ersten Flugzeugfabrik Spaniens C.A.S.A., sondern auch durch seine unverwechselbaren Fotoarbeiten. Während sich seine Arbeit als Unternehmer mit dem Fortschritt beschäftigte, konzentrierte er sich bei seiner Fotografie auf die Vergangenheit. Im Mittelpunkt seiner Bilder wollte er das Verschwinden bedrohter Kultur, Landschaften und Architektur festhalten. Mit einem Kohledirektdruckverfahren hat er alle Negative übersetzt. Und erst durch diesen Druck bekamen seine Bilder einen unverwechselbaren Stil.

Diese Beiträge und viele mehr finden Sie in der Mediathek unter [www.rheinmaintv.de](http://www.rheinmaintv.de).

## Schlüssel Verloren?



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



thnx, der einfachste Weg  
Ihren Schlüssel  
zurück zu bekommen!

Mehr als 400.000 thnx tags verkauft



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

Marla Lennard

Foto: pixabay

**mein südhessen** Die Mitmachzeitung am Wochenende! **Erste Hilfe** 

**Überfall, Verkehrsunfall** .....110  
**Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst** .....112  
**Polizeistation Seligenstadt** .....0 6182 / 8 93 00  
**Giftnotruf** .....0 6131 / 192 40  
**Ärztlicher Notdienst** .....116 117  
**Zahnärztlicher Notdienst** .....018 05 / 60 70 11  
**Asklepios Klinik Seligenstadt** .....0 6182 / 83-0  
**Emma-Klinik Seligenstadt** .....0 6182 / 96 00  
**Klinikum Aschaffenburg** .....0 60 21 / 3 20  
**Klinikum Hanau** .....0 6181 / 2 96-0  
**Sana Klinikum Offenbach** .....0 69 / 8 40 50  
**Ketteler Krankenhaus Offenbach** .....0 69 / 8 50 50  
**Tierärztliche Klinik** .....0 6182 / 2 10 26  
**EVO-Störungsdienst Strom** .....08 00 / 80 60 30 30  
**ZWO-Störungsdienst Wasser** .....0 6106 / 6 99 50  
**Schlüsseldienst KÖS, Tag & Nacht** ..0178 / 4 88 80 90  
**Kartenverlust: Sperr-Notruf** .....116 116  
**Stadtverwaltung Seligenstadt** .....0 6182 / 87-0

**mein südhessen** **NOTDIENSTE**  
**28. Januar bis 3. Februar**

**28 ST.-KILIAN-APOTHEKE MAINFLINGEN**  
 Brüder-Grimm-Straße 23, Telefon 8 2195 00

**29 VITA-APOTHEKE KLEIN-WELZHEIM**  
 Dieselstraße 7, Telefon 84 37 23

**30 TANNEN-APOTHEKE ZELLHAUSEN**  
 Pfortenstraße 19, Telefon 2 51 00

**31 PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT**  
 Palatiumstraße 3, Telefon 37 68

**1 ADLER-APOTHEKE NIEDER-RODEN**  
 Puisseauxplatz 1, Telefon 0 6106 / 7 27 67

**2 GARTENSTADT-APOTHEKE NIEDER-RODEN**  
 Hamburger Straße 1, Tel. 0 6106 / 7 20 40

**3 EINHORN-APOTHEKE DUDENHOFEN**  
 Nieuwpoorter Str. 68, Tel. 0 6106 / 2 89 77 95

**BLEIBEN SIE GESUND!**

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen  
der KW 03

P E V Q B N O Z  
 F R O S T I G U N E R F A H R E N  
 A L A K T A S A U E R T E  
 S E I M T T R I T T H E T E  
 S V L O P E Z F K E N N E R  
 E I G E R E W A D E R L  
 A S A H A N T I L O P E I S  
 P R I M A L L L A C H T  
 R E F E R A T S S E E R O S E  
 E I G E N R B O X E R N O V I  
 Y T A N K E N M S O L N  
 A T T I L A I K I N N L A D E R  
 L I E O E R N A K I D E R  
 M T E E T A S S E P B A N  
 U M B R A T A T E K E G E L  
 G A R A N T G S I N U S I R  
 R E T G E B E N W A L B E  
 K M A L E N N R A U M O I  
 L O K A L W E N T E I G N U N G  
 E U L E I P A L T E R E  
 G R O S S A R T I G I A S I E N  
 L I H K K E K A R T R  
 S O D A O Z E R A T E I S I G  
 A B I A R M E R R E I S E W E G  
 I E M E E R

BABYSITTER

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

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





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

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen,** ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

**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

**Ankauf von:** Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, 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

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

**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](http://www.dachbleche24.de)

▶ Stellen

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

**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

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.: 0160-8396799  
[heckersverkauf@gmx.de](mailto:heckersverkauf@gmx.de)

Beilagen-Hinweis

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

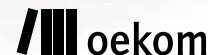
- Edeka, Marktkauf, Alldrink, Bauhaus, Bessunger Apotheke, Burger King, Easy Apotheke, Apotheke Esser, Expert Klein, Alpha Apotheke, Apotheke im Ärztezentrum, Einhorn Apotheke, Flora Apotheke, Palatium Apotheke, Paracelsus Apotheke, Rathaus Apotheke, Rats Apotheke, Rosen Apotheke, Stadt Apotheke, Sonnen Apotheke, Tannen Apotheke, Globus, Hellweg, HIT, JYSK, Möbel Kempf, LIDL, Netto, Norma, Pari Beauty, REWE, ROFU, Rossmann, Thomas Philipps, Woolworth

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

Maximilian Gege



[oekom.de/elg-ms](http://oekom.de/elg-ms)  
978-3-96238-407-4  
12 Euro



ANZEIGEN

Telefon 0 61 02 - 86 88 20  
[info@mein-suedhessen.de](mailto: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](mailto:a.g.automobile1@web.de) • [www.kfz-ankauf-24h.de](http://www.kfz-ankauf-24h.de)

Impressum

**Herausgeber:** Rhein Main Verlags GmbH  
**Anschrift:** Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen 06102/86882-0 - [info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)  
**Geschäftsführung:** Bernd Maas - Angelika Hofferberth  
**Redaktion:** Beate Tomann  
[beate.tomann@rheinmainverlag.de](mailto: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-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

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

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

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.“



Rhein Main Verlag



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

## Büroassistent (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](mailto:angelika.hofferberth@rheinmainverlag.de)

EGRO  
mediengruppe

Verlage  
Zustellorganisationen  
Agenturen

# BAUHERREN- AKTION 2023

NUR AN 3 TAGEN

LETZTER TAG  
SAMSTAG

36 KÜCHEN  
ZU SONDERKONDITIONEN

Donnerstag  
**02.**  
Februar  
10.00-19:00 Uhr

Freitag  
**03.**  
Februar  
10.00-19:00 Uhr

**04.**  
Februar  
10.00-18.00 Uhr

+++ ZUGABE - DANK DES GROSSEN ERFOLGS IM JANUAR +++

» **GRATIS** «  
LIEFERUNG UND MONTAGE  
BIS FEBRUAR 2024



**BORA** Pure Muldenlüfter

» **GESCHENKT** «



Jetzt  
Termin  
online  
buchen!



## VORTEILE SICHERN:

- 🔥 Nahezu Händler-Einkaufskonditionen
- 🔥 Umgehung jeder Preiserhöhung der nächsten 12 Monate
- 🔥 Kostenlose Lieferung & Montage innerhalb der nächsten 12 Monate
- 🔥 Bora Pure Muldenlüfter geschenkt<sup>1)</sup>
- 🔥 Inklusive Profi-3D-Aufmaß
- 🔥 0%-Sonderfinanzierung<sup>2)</sup>

Jetzt schnell Starterplatz sichern:

**069 / 9 41 73 - 53**

1) Bei einem Kauf einer Küche ab einem Einkaufswert von 7998€ plus Elektrogeräteset II erhalten Sie statt eines Induktionskochfeldes den Bora Pure Muldenlüfter ohne Mehrpreis 2) Finanzierung ab 750,- € bei Küchen. Barzahlungspreis entspricht jeweils dem Nettodarlehensbetrag. Effektiver Jahreszins und fester Sollzinssatz beträgt 0,00% p.a. bei einer Laufzeit von 36 Monaten. Weitere Laufzeiten auf Anfrage. Erstbw. Schlussrate können abweichen. Bonität vorausgesetzt. Repräsentatives Beispiel: Kaufpreis 3.000 € Nettodarlehensbetrag. Sollzins 0,0%, effektiver Jahreszins 0,0%, monatliche Rate 83,33 €, Laufzeit 36 Monate. Finanzierungen erfolgen nur über unseren Partner, die TARGOBANK AG, Kasernenstraße 10, D-40213 Düsseldorf. Für weitere Finanzierungsmöglichkeiten sprechen Sie uns bitte an. Die Angaben stellen zugleich das 2/3 Beispiel gemäß § 6a Abs. 4 PAngV dar.

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**<sup>®</sup>  
KÜCHEN + MÖBEL

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

