

# mein süd hessen

Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

22. April 2023

Das Leben in und um Kelsterbach und Hattersheim, Auflage 29.823

mein süd hessen  
auf Facebook

www.facebook.com/  
rheinmainverlag

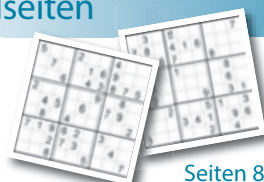


Alle E-Paper, Nachrichten  
und Anzeigen  
Einfach scannen und mehr lesen  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)



Rätselseiten

Sudoku  
und  
Rätsel



Seiten 8-9

Über 1,5 Millionen Bürger  
spenden teilweise mehrmals im  
Jahr Blut. Sie sichern gemeinsam  
ca. 80 Prozent aller benötigten  
Blutprodukte.

Mehr zu unserem Thema der  
Woche lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Michelle Gordon/pixabay

## Blut spenden

Hilfe, die Leben rettet – helfen Sie mit!

# Blut spenden

Hilfe, die Leben rettet – helfen Sie mit!



Grafiken: swayaway1/vecteezy

(DRM). Blutspenden ist grundsätzlich ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsversorgung, der vielen Menschen das Leben rettet bzw. retten kann. Doch obwohl es so wichtig ist, gibt es immer noch viele Vorurteile und Unwissenheit darüber. Warum ist Blutspenden so wichtig und kann jeder ohne Bedenken sein Blut spenden?

## Warum Blutspenden so wichtig ist

Blutspenden ist ein lebenswichtiger Bestandteil unserer Gesundheitsversorgung. Der Grund: Blut wird in vielen medizinischen Bereichen eingesetzt, z. B. bei Operationen, Unfällen oder bei der Behandlung von Krebspatienten. Auch in Zeiten von immer häufiger auftretenden Naturkatastrophen und anderen Notfällen ist Blutspenden eine der wichtigsten Formen der Hilfe. Dabei ist es wichtig zu betonen, dass Blutspenden stets eine freiwillige und unbezahlte Leistung ist. Blutspender\*innen erhalten also keine finanzielle Entschädigung für ihre Spende. Sie helfen damit anderen Menschen, die in Not sind, und leisten so einen wertvollen Beitrag zur Gesellschaft.

## Wer kann Blut spenden?

Nicht jeder kann Blut spenden, denn es gibt bestimmte Anforderungen, die erfüllt werden müssen, um als Spender infrage zu kommen. Hier sind einige der wichtigsten Kriterien:

- **Alter:** Blutspender\*innen müssen mindestens 18 Jahre alt sein.
- **Gesundheit:** Blutspender\*innen müssen gesund sein und keine Infektionskrankheiten haben.
- **Gewicht:** Blutspender müssen ein Mindestgewicht von 50 kg haben.
- **Blutdruck:** Blutspender müssen einen normalen Blutdruck haben.
- **Medikamente:** Manche Medikamente können dazu führen, dass man vorübergehend nicht spenden darf.
- **Reisen:** Wer im Vorfeld der Spende in bestimmten Ländern war, muss möglicherweise einige Wochen warten, bevor er/sie Blut spenden darf.

Wer sich vor seiner Erstspende über weitere Kriterien aufklären möchte, der findet die nötigen Informationen online auf der offiziellen Homepage des Roten Kreuzes unter [www.blutspendedienst.com/](http://www.blutspendedienst.com/).

## Wie man Blut spenden kann

Wenn man Blut spenden möchte, muss man zuerst einen Termin in einem Blutspendezentrum vereinbaren – dies ist mittlerweile sehr einfach online möglich. Dort wird zunächst mit Hilfe eines Fragebogens überprüft, ob man alle nötigen Anforderungen erfüllt. Dann wird man zu einem Arzt oder einer Ärztin gebracht, der/die einen kurzen medizinischen Check durchführt, um sicherzustellen, dass der Spender/die Spenderin aktuell gesund ist und der Blutdruck zum Zeitpunkt der Spende „normal ist“.

Gemeinhin gilt für die Blutdruckwerte in Deutschland, Österreich und der Schweiz folgende Einteilung:

- **optimaler Blutdruck:** <120/<80 mmHg
- **normaler Blutdruck:** 120-129/80-84 mmHg
- **hoch normaler Blutdruck:** 130-139/85-89 mmHg
- **leichter Bluthochdruck:** 140-159/90-99 mmHg
- **mäßiger Bluthochdruck:** 160-179/100-109 mmHg
- **schwerer Bluthochdruck:** >180/>110 mmHg

Wenn sich nach der ärztlichen Untersuchung herausstellt, dass man als Spender geeignet ist, wird



Foto: Annett Klingner/pixabay

man im nächsten Schritt auf einer Liege platziert, während das Blut entnommen wird. Die Entnahme dauert in der Regel nur wenige Minuten und ist schmerzlos.

Wichtig zu betonen ist, dass Blutspenden sicher ist und man während und nach der Spende von medizinischen Fachkräften überwacht wird. Alle Instrumente, die bei der Entnahme verwendet werden, sind steril und werden nach jeder Verwendung weggeworfen. Die Mitarbeiter\*innen sind entsprechend geschult, um sicherzustellen, dass die Spender\*innen und das gespendete Blut sicher sind.



Foto: vecteezy



Fotos: Busjägerhof/akz-o



## So viel mehr als nur Urlaub

Auszeit auf dem Bio-Bauernhof

(AKZ-O). Spaziergänge über Wald und Wiesen, Tiere streicheln, auf dem Traktor mitfahren – ein bisschen Wellness und ganz viel über ökologische Landwirtschaft erfahren. Beim Urlaub auf dem Bio-Bauernhof gehen Abenteuer und Erholung Hand in Hand. Und das für die ganze Familie.

### Strenge Richtlinien – hohe Qualität

Bauernhöfe mit Urlaubsangeboten für jedermann gibt es überall in Deutschland und darüber hinaus. Ein besonders nachhaltiges und tierfreundliches Konzept bieten zertifizierte Naturland-Bio-Bauernhöfe. Die Richtlinien des

Bio-Verbandes Naturland an seine mittlerweile mehr als 100.000 Erzeuger:innen in aller Welt sind hoch. Nur wer die regelmäßigen Kontrollen zur Einhaltung und somit nachhaltigen Bewirtschaftung besteht, erhält für seine Produkte das Naturland-Zeichen. Hier geht's zu allen Naturland-Betrieben, die Urlaub auf dem Bauernhof anbieten: [www.naturland.de/urlaub](http://www.naturland.de/urlaub)

### Meer, Berge oder etwas ganz anderes?

Die jährliche Urlaubsentscheidung ist eine Herausforderung. Bei der Wahl der Unterkunft sind in den vergangenen Jahren Feri-

enwohnungen und Campingplätze immer beliebter geworden. Wenn diese auch noch auf einem Bauernhof liegen, der ein buntes Rahmenprogramm für Klein und Groß bietet, kann man nichts falsch machen.

Morgens ein köstliches Bauernfrühstück genießen, bei einem ausgiebigen Spaziergang in der Natur entspannen oder bei der morgendlichen Stallarbeit und Fütterung mithelfen: Schon in den ersten Stunden des Tages gibt es auf Bauernhöfen allerhand zu erleben. Und auch über den Rest des Tages nehmen Landwirt:innen ihre Besucher so manches Mal mit in ihren außergewöhnlichen Alltag.

### Mithelfen und lernen

Manchmal können die Hofbesucher auch aktiv mithelfen, etwa Kühe melken oder sie auf die Weide und abends wieder in den Stall bringen. Ponyreiten, Schafe streicheln, einfach Tiere auf der Weide beobachten oder einen Blick hinter die Kulissen der Entstehung unserer Lebensmittel werfen – für viele ist so eine Zeit auf dem Bauernhof ein Eintauchen in eine neue, staunenswerte Welt.

Und neben den vermeintlich alltäglichen Arbeiten und Abenteuern bieten viele Höfe zudem umfangreiche Wellnessangebote, Kräuterwanderungen, Brotbackkurse und vieles mehr an.



## Gewinnspiel



**3 x 2 Karten gewinnen!**

**WELTHITS AUF HESSISCH**

**Rufen Sie an unter Tel. 0137 822-9900**  
(Anruf kostet 50 Cent)

**und mit etwas Glück sind Sie am 13. Mai ab 20 Uhr dabei!**

Es kann bis Montag, 1. Mai 2023, 24 Uhr angerufen werden. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.

## Die Verhessung der Welt

13. Mai 2023 – Capitol, Dietzenbach

**DIETZENBACH (PM).** Haben Sie sich schon mal gefragt, wie Michael Jackson, Britney Spears und Elvis Presley klingen würden, wenn sie Hessisch gesungen hätten? Nein, haben Sie nicht. Deshalb haben sich Tilman Birr und Elis diese Frage für Sie gestellt. Von alleine wären Sie ja eh nicht darauf gekommen. Birr und Elis, eigentlich Mitglieder der Frankfurter „Lesebühne Ihres Vertrauens“, haben die linguistisch anspruchsvolle Arbeit auf sich genommen und die wichtigsten Welthits der letzten 60 Jahre aus dem Englischen, der Sprache der Warnhinweise und Flughafendurchsagen, in die Sprache der Poesie und Anmut übertragen, das Hessische. Nun singen sie Miley Cyrus' „Abrißbern“, Rihannas „Reschescherm“ oder Britney Spears' „Schlaach misch, Mädche, nochema“ mit Bass, Gitarre und zwo maa Gesang. Und zwar so lange, bis Sie

denken: „Helf mer! Isch brauch da jemand“ (Lennon/McCartney). „Welthits auf Hessisch“ ist ein Projekt der Frankfurter Musiker Tilman Birr und Elis. Mit Bass und Gitarre spielen sie Welthits der letzten sechzig Jahre, die sie aus dem meist englischen Original ins Hessische übersetzt haben. So wird aus Michael Jacksons „Bad“ die hessische Version „Bös“, aus dem Rihanna-Hit „Umbrella“ die Ballade „Reschescherm“. So klingen Welthits, wenn alle Popmusik aus Hessen käme (was sie ja, simmerma ehrlich, eigentlich auch tut).

**Am 23. Mai 2023 kommen sie ins Capitol nach Dietzenbach. Einlass ist um 19 Uhr, Beginn 20 Uhr. Tickets gibt es ab 25,00 € auf [www.events4you.me](http://www.events4you.me) sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen.**

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

## Hausautomation, aber sicher!

Energieeffizienz und Einbruchschutz im Eigenheim



(DJD). Energiesparkonzepte stehen heute an vorderster Stelle, wenn sich Haus- und Wohnungsbesitzer mit Themen rund um die intelligente Haussteuerung befassen. Fast gleichauf: Schutz und Sicherheit für die eigenen vier Wände. Sinnvoll ist es, diese beiden Aspekte clever miteinander zu verbinden. Für beide Ziele gehe es darum, ein Gebäude intelligent zu vernetzen, erklärt Sicherheitsexperte Alexander Balle von Telenot. Dadurch ließen sich Synergien erzielen.

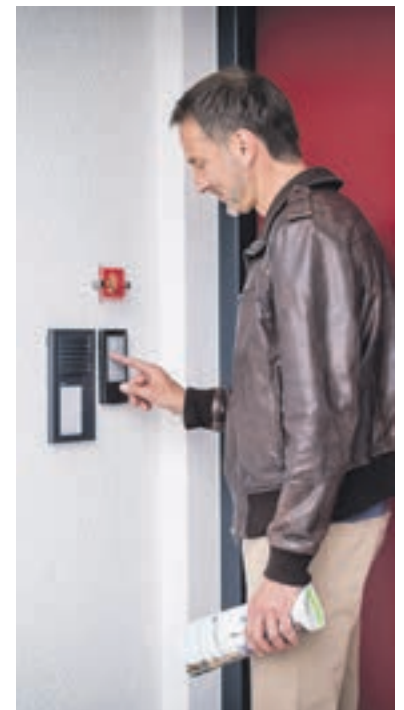
### Sicherheit mit Brief und Siegel für die intelligente Haussteuerung

Er weist darauf hin, dass intelligente Sicherheitslösungen hohen Standards entsprechen müssen, wenn sie verlässlichen Schutz bieten sollen. Wichtig ist es, bei der Auswahl von Systemen und Komponenten auf Geräteprüfnummern und VdS-Zertifikate zu achten, die von der Polizei und Gebäudeversicherern anerkannt sind. Planung, Montage, Inbetriebnahme und Service sollten an anerkannte Fachbetriebe vergeben werden. Unter [www.telenot.de](http://www.telenot.de) gibt es dazu zusätzliche Informationen sowie Adressen.

### Schutz, Komfort und Energieeinsparung fürs Eigenheim sinnvoll kombinieren

Die Fachunternehmen beraten Eigenheimbesitzer und informieren darüber, was für ihr Objekt und ihre persönlichen Anforderungen sinnvoll ist. Hersteller wie Telenot schaffen effiziente Brückenschläge zwischen smarterer Sicherheit

und intelligenter Haussteuerung. So kann beispielsweise die Heizanlage die Temperatur im ganzen Haus oder gezielt in einzelnen Räumen absenken, sobald die Bewohner das Haus verlassen haben. Parallel dazu kann die Alarmanlage automatisch scharf schalten und das Haus vor Einbrechern schützen. Auch für längere Abwesenheiten – etwa während einer Urlaubsreise – lassen sich Szenarien programmieren. Ein gutes Beispiel ist die Steuerung von Rollläden, die zeitgesteuert oder abhängig von der Sonneneinstrahlung öffnen und schließen. So werden im Sommer die Räume tagsüber beschattet, während sie im Winter nachts als zusätzliche Wärmedämmung an den Fenstern herunterfahren. Parallel vermittelt die Bewegung der Rollläden zusammen mit wechselnder Beleuchtungsschaltung in den Räumen den Eindruck, dass das Haus bewohnt sei. So lassen sich Einbrecher doppelt abschrecken.



Sicherheitssysteme im Haus können auch Smarthome-Funktionen übernehmen und zum Beispiel parallel beim Verlassen des Hauses die Alarmanlage scharfschalten und die Heiztemperatur absenken.

Fotos: djd/Telenot Electronic

# Blitzsauber den Frühling begrüßen

Nach dem Frühjahrsputz ist der Garten bereit für die neue Saison



(DJD). Die ersten wärmenden Sonnenstrahlen des Jahres auf der Haut spüren, frische Frühlingsluft genießen, dazu endlich wieder das über die Wintermonate so vermisste Vogelgezwitscher hören: Bei diesen Frühlingsboten hält es keinen Gartenbesitzer mehr im Haus. Nach der kalten Jahreszeit ist der Drang groß, die Freizeit im grünen Refu-

gium zu verbringen. Als Erstes gilt es zur Tat zu schreiten, um Beete, Terrasse und Co. frühlingsfit zu machen und auf die neue Outdoor-saison vorzubereiten.

## Die neue Akku-Freiheit beim Gärtnern

Rund um Beete und auf den Rasenflächen hat sich in den nasskalten Monaten einiges an Laub, herabgefallenen Ästen und Schmutz angesammelt. „Damit die Gräser wieder frei atmen und von Neuem wachsen können, sollte alles entfernt werden, was auf den Rasen geweht wurde“, empfiehlt Stihl-Gartenexperte Jens Gärtner. Ebenso wollen Hecken, Büsche und Sträucher zu Beginn der Saison mit einem Rückschnitt in Form gebracht werden. „Hier sollten Gartenfreunde frühzeitig aktiv werden, denn vom 1. März bis Ende September sind radikale

Rückschnitte gesetzlich untersagt, um nistende Vögel zu schützen“, so Jens Gärtner. Bequem und flexibel geht dies mit Akkugeräten wie der leichten Heckenschere HSA 56 von der Hand. Die neue Freiheit des kabellosen Arbeitens werden Gartenbesitzer schnell nicht mehr missen wollen. Kostensparend ist dabei, dass sich ein und derselbe Akku für verschiedene Geräte aus dem AK-Akkusystem nutzen lässt – zum Beispiel auch für die Akkusense FSA 57. Sie sorgt im Handumdrehen für akkurate Rasenkanten an Wegen oder Beetumrandungen.

## Die letzten Winterspuren beseitigen

Auch auf der Terrasse und den Gartenmöbeln hat der Winter seine Spuren hinterlassen. Mit ein wenig Geschick und den passenden Gartengeräten sind diese rasch

beseitigt. Einen Eindruck von den praktischen Helfern können sich Gartenfreunde beim „Stihl Garten-Start“ im örtlichen Fachhandel machen. Auch unter [www.stihl.de](http://www.stihl.de) finden sich dazu Informationen, ebenso ein Onlineshop sowie vielfältige Tipps für ein erfolgreiches Gartenjahr. Ablagerungen auf dem Lieblingsgartenstuhl sind zum Beispiel nach einer kurzen Behandlung mit dem Hochdruckreiniger entfernt und lassen das Schmuckstück wieder glänzen. Auch Bodenplatten und Terrassenbeläge werden so schnell vom Winterschmutz befreit. Tipp: Mit einem Flächenreiniger als Zubehör können Oberflächen mit dem Hochdruckreiniger besonders rasch und einfach gesäubert werden. Die rotierenden Reinigungsdüsen entfernen Moos und Algen etwa von Steinplatten wirkungsvoll und ganz ohne das Verteilen von Spritzwasser.

Foto: djd/STIHL

# Unterstützung für den Abwehrchef

Mikronährstoffe und Darmgesundheit: Das ist wichtig für unser Immunsystem

(DJD). Unser Immunsystem hilft uns dabei, gesund und aktiv zu bleiben. Dabei spielt eines unserer Körperorgane eine ganz besondere Rolle: Der Darm wird oft als Abwehrchef des Körpers bezeichnet. Rund 80 Prozent aller Immunzellen sitzen dort und die Darmflora selbst produziert Substanzen, die für uns schädliche Bakterien abtöten. Mit der richtigen Ernährung kann man Immunsystem und Darm unterstützen. Wichtig ist hier vor allem eine gute Versorgung mit Ballast- und Mikronährstoffen.

## Gutes für das allgemeine Immunsystem

Zu den relevanten Mikronährstoffen zählen in erster Linie die Vitamine C und D sowie Zink. Gute Quellen für Vitamin C sind beispielsweise Paprika, Zitrusfrüchte, Kartoffeln, Kohl, Spinat und Tomaten. Unter [www.nahrungsergaenzungsmittel.org](http://www.nahrungsergaenzungsmittel.org) etwa gibt es einen zusätzlichen Überblick über die wichtigsten Nährstoffe und deren Funktionen. Vitamin D kann der menschliche Körper zwar selbst bilden. Zwischen Oktober und März/April ist die Eigenprodukti-

on jedoch eingeschränkt, weil der Sonne in unseren Breitengraden dann die notwendige Strahlenintensität fehlt. Da Vitamin D nur in wenigen Lebensmittel in nennenswerten Mengen enthalten ist, kann man hier sinnvoll mit Nahrungsergänzungsmitteln unterstützen. Für Zink ist eine kontinuierliche Zufuhr über die Nahrung notwendig, da unser Körper keine großen Zinkspeicher hat. Der Mikronährstoff kommt vor allem in Fleisch, Milch, Fisch und Eiern vor, ebenso in Vollkornprodukten und Nüssen. Zusätzlich unterstützend für ein gutes Immunsystem sind Vitamin A, Eisen, Selen und Folsäure.

## Unterstützung speziell für den Darm

Der komplexe Aufbau der Darmschleimhaut mit über 1.000 verschiedenen Mikroorganismen und Bakterienstämmen ist eine erste Barriere gegenüber krankmachenden Keimen. Dauerhafter Stress und psychische Belastungen wie Ängste oder Sorgen beeinflussen unsere Darmgesundheit negativ. Daher sollte man möglichst auf ausreichende



Eine ausgewogene Ernährung und kleine Ruhepausen im Alltag unterstützen das Immunsystem.

Foto: djd/Lebensmittelverband Deutschland/Getty Images/Westend61

Ruhephasen im Alltag achten. Generell tut auch Bewegung, am besten an der frischen Luft, dem Darm gut. Und weil beim Essen jeder Verdauungsvorgang seine Zeit in Anspruch nimmt, sollten Snacks zwischendurch optimalerweise vermieden werden, um das Verdauungssystem nicht zu überlasten. Besser ist es, alle vier bis fünf Stunden eine ausreichende Portion zu essen. Calcium, das vor

allem in Milch und Milchprodukten enthalten ist, trägt zu einer normalen Funktion der Verdauungsenzyme bei und kann somit auch unterstützend wirken. Auch Ballaststoffe und fermentierte Lebensmittel sind für den Darm besonders wertvoll. Daher sollte man regelmäßig Joghurt, Kefir oder Sauerkraut essen. Bananen und Leinsamen können ebenfalls die Darmflora unterstützen.



## Hybrid-OP-Saal in Betrieb genommen!

Innovative Technik in der Asklepios Klinik Langen

**LANGEN (PM).** Nach knapp 8 Monaten Bauzeit und einem Investitionsvolumen von fast 2 Mio. Euro hat die Asklepios Klinik Langen am Dienstag vergangener Woche ihren neuen Hybrid-OP-Saal in Betrieb genommen und als zertifizierter Schwerpunktversorger ein weiteres beeindruckendes Zeichen im Bereich der Innovationen gesetzt. „Das Innovative an dem neuen Hybrid OP Saal ist, dass bildgebende Diagnostik und CT Systeme in höchster Qualität fester Bestandteil der Raumarchitektur sind. Kurz gesagt: In einem Hybrid – OP kann ein Patient – ohne Änderung seiner Körperposition - offen chirurgisch wie auch minimal-invasiv versorgt werden. Das verhindert Mehrfacheingriffe und die Dosis der Röntgenstrahlung, kann dabei für den Patienten im Vergleich zu herkömmlichen OP-Sälen um bis zu 73% verringert werden“, so Prof. Donas, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie und Prof. Lehmann, Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Kardiologie.

Zuletzt hatte die Klinik mit der erfolgreichen Eröffnung der zwei neu-

en Fachbereiche „Gefäßchirurgie“ und „Pneumologie“ noch während der Pandemie ihren Innovationswillen bewiesen. Bemerkenswert ist die ungebremste Dynamik, die seit ca. fünf Jahren in der Langener Klinik zu beobachten ist. Das Unternehmen hat – ohne die gesetzlichen Fördermittel mit einzubeziehen – in dieser Zeit allein 30 Mio. EUR investiert. Neben vielen anderen Projekten wurde z. B. eine neue extrem vergrößerte Notaufnahme, ein zweites, zusätzliches Herzkatheterlabor, eine neue Endoskopieabteilung, eine neue Aufnahmestation, einen Hubschrauberlandeplatz, ein neues, zweites CT Gerät, ein neuer Aufwachraum geschaffen und der Wechsel von der analogen Dokumentation auf eine digitale Struktur erfolgreich vollzogen.

Herzstück des neuen Langener Hybrid – OP's ist eine Röntgen-/Angiografieanlage, die eine Untersuchung der Blutgefäße ohne operativen Eingriff ermöglicht. Die Diagnose von Gewebeschwächen (Aneurysmen) oder Durchblutungsstörungen, die Schlagan-

fälle oder Blutungen verursachen können, ist so in höchster Qualität möglich. Ebenfalls im Hybrid OP integriert ist ein Intravaskulärer Ultraschall (IVUS) mit dessen Hilfe eine enorm präzise und realistische Größen-Darstellung von Stenosen (Gefäßengen) gelingt. Bisher war dies insbesondere bei kleineren Gefäßengen oftmals nicht genau möglich, so dass auch durch diese neue Technik überflüssige Eingriffe vermieden werden können.

Zudem bietet die Technik des neuen OP-Saals den derzeitigen Goldstandard in Sachen Strahlenreduzierung von bis zu 73% gegenüber herkömmlichen Geräten. Durch eine separate Anbindung kann die Strahlendosis in Echtzeit jeweils angepasst und reduziert werden. Mittels Kontrastmittel ist eine Darstellung des Herzens, der Koronararterien und –Venen sowie der großen Gefäße des Körpers (Aorta, Beckenstrombahn) einschließlich 3-D Rekonstruktionen in hoher Qualität möglich. Auf zwei großen Monitoren werden alle wichtigen Informationen, darunter Daten der

Angiografie, der Echokardiografie, des EKG, Druckkurven, Röntgenbilder u. a. gleichzeitig abgebildet. So sind in diesem Saal sog. Hybrid-Eingriffe möglich, bei der eine herkömmlich offene Operation, mit minimal - invasiver Katheter-Technik kombiniert wird. So kann z. B. die verkalkte Engstelle einer Leistenarterie offen chirurgisch behandelt und in gleicher Narkose über den bereits gewählten offenen Leistenzugang eine zusätzliche Verengung der Beckenschlagader minimal-invasiv behoben werden. Durch dieses schonende Vorgehen wird dem Patienten ein zweiter chirurgischer Eingriff und die dafür notwendige Narkose erspart.

„Ich freue mich sehr, dass wir mit diesem neuen OP einen weiteren Schritt der Entwicklungsgeschichte unserer Klinik realisieren konnten danken allen Mitarbeitern für ihr großes Engagement auch für dieses Projekt. Bei unserem Klinikausbau sind wir allerdings noch lange noch nicht am Ende angelangt“, verrät Jan Voigt, Geschäftsführer der Asklepios Klinik Langen.



Jetzt  
erhältlich

## Benefiz-CDs mit Begleitbuch

„Es war emol – Märche in Südhessischer Mundart“

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

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

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

schen Zungenschlag Im Tonstudio von Fritz Ehmke in Modautal aufgenommen. Gewürzt mit viel lustigem Lokal-Colorit und deftigerherzquickenden mundartlichen Begriffen ein unterhaltsamer Spaß für die ganze Familie sowie ein originelles Geschenk. Im Begleitbuch ist der mundartliche Text mit Rückübersetzung in Hochdeutsch nachzulesen. Marcella Hagenauer eine staatlich geprüfte Musikpädagogin aus Urberach im Kreis Offenbach hat eigens für jedes Märchen eine Melodie komponiert mit der die Märchen umrahmt werden. Ebenso passend zu jedem Märchen wurden von Conny Abramzik aus Biebesheim Bilder gemalt mit Kulissen aus der Heimat der jeweiligen MundArtisten. So sind zum Beispiel als Bild-Kulissen im Begleitbuch zu den Märchen „Hase und Igel“ die Neunkircher Höhe, „Rumpelstilzchen“ die Brandauer Mühle, „Frau Holle“ der Dieburger Fastnachtsbrunnen zu sehen. Die drei CDs mit Begleitbuch sind in der Region DA-DI erhältlich: Brandau: Bäckerei Reimund, Neunkirchen: Gaststätte Kaiserturm, Reinheim: Buch Meyer. Dieburg: Bücherinsel, Kaufhaus Enders, Lieblings Restaurant, Roßdorf: Schmöckerstube.

Weitere Verkaufsstellen in Südhessen und Postversand siehe: [www.gebabbel-suedhessen.de](http://www.gebabbel-suedhessen.de)

Fotos: [www.gebabbel-suedhessen.de](http://www.gebabbel-suedhessen.de)



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

#### Expertenberatung im Goldschmiedehaus Hanau

Alte Schmuckstücke, die im Keller oder auf dem Dachboden gefunden werden, sind keine Seltenheit. Oft ist nicht klar, wie alt der Schmuck ist, welchen Wert er hat und wo er überhaupt herkommt. Antworten auf diese Fragen hat Frederik Schwarz. Er ist Senior Jewellery Spezialist und untersucht seit 43 Jahren Schmuck für Christie's Berlin. Jahrzehntlang hat er sich Wissen über Schmuck, internationale Goldschmiede und Edelsteine angeeignet. Sein wichtigstes Werkzeug dabei ist die Lupe. Damit erkennt er noch so kleine Gravuren, die viel über Geschichte und Wert des Gegenstands aussagen. Auch in diesem Jahr war Frederik Schwarz wieder zur kostenlosen Expertenberatung von Schmuckstücken im Deutschen Goldschmiedehaus Hanau.

#### ReJob in Offenbach

Besonders für Menschen mit psychischen Erkrankungen ist es wichtig, eine Aufgabe und damit einen geregelten Tagesablauf zu haben. Die Facheinrichtung ReJob in Offenbach, eine von vier Einrichtungen der Werkstätten Hainbachtal zur sozialen und beruflichen Integration, macht das möglich. Dabei wird Wert auf anspruchsvolle Arbeit gelegt. So werden hier beispielsweise sogar Designerlampen hergestellt. ReJob und die Werkstätten Hainbachtal sind immer auf der Suche nach neuen Unternehmen, die an den unterschiedlichen Standorten produzieren lassen möchten.

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

120 km Draht und Gitter  
1900 Türen und Tore am Lager

**DRAHT  
WEISSBÄCKER**

**ZÄUNE · GITTER · TORE**

**Draht-Weissbäcker KG**

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

[www.draht-weissbaecker.de](http://www.draht-weissbaecker.de)

E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto:draht@weissbaecker.de)

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- auch **Montagen**
- auch **Privatverkauf**

# Luftig-leichtes Wohnen im Loft

Großzügige Räume strukturieren und mit einem individuellen Farbkonzept gestalten

(DJD-K). Mit ihrer Großzügigkeit und dem industriell-urigen Charme stehen Lofts hoch im Kurs, wenn es um das moderne, urbane Wohnen geht. Allerdings kommt es angesichts der Größe besonders auf eine stimmige Raumgestaltung an. Wie das geht, zeigt dieses Beispiel einer ehemaligen Tabakfabrik. Dank unterschiedlicher Farbakzente und Kreativtechniken für die Wände hat das Loft eine klare Gliederung erhalten. Ein Malerfachbetrieb hat schon in der Planungsphase beraten und kreative Ideen vorgeschlagen. Dank der professionellen Ausführung des Malerbetriebs mit hochwertigen Produkten wie von Brillux entstand ein einladendes Loft mit offenem Wohnkonzept. Mehr Inspirationen gibt es etwa unter [www.brillux.de/zuhause](http://www.brillux.de/zuhause). Hier sind ebenfalls passende Kontakte von Fachhandwerkern vor Ort zu finden.



Lust auf mehr Großzügigkeit: Loftartige Räume verwöhnen die Bewohner mit viel Platz und gleichzeitig viel Behaglichkeit. Foto: djd-k/Brillux

## Sudoku | Rätsel

Auflösungen der KW 15

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

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

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

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

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





# Anzeigen | Markt

## Markt

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

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)

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

**Frau Menzen kauft:** Pelze aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Schallplatten, Eisenbahnen, Leder- und Krokotaschen, Gardinen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelins, Messing, Teppiche, Orden, Fernglas, Puppen, Perücken, Krüge. Komplette Nachlässe und Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung sowie Wertschätzung. 100% seriöse und diskrete Barabwicklung vor Ort. Täglich Montag-Sonntag von 8-21 Uhr. ☎ 06196/4026889

Ich reinige und/oder repariere Ihre Dachrinne. Zuverlässig ☎ 0174 8386162



## Stellen

**Betreuung/Pflegehilfe gesucht**  
Für die häusliche Betreuung/Pflege unsere an Demenz erkrankten Mütter in Bischofsheim suchen wir vorwiegend am Morgen und Abend jemanden zur Unterstützung: Mobilisierung am Morgen, zu Bett bringen am Abend / Mithilfe bei der Körperpflege, Intimpflege, Versorgung Inkontinenz / Zubereitung und Begleitung von/bei Mahlzeiten. Unsere Mutter ist zu Fuß mit Gehhilfe mobil. Die Beherrschung der deutschen Sprache setzen wir voraus. Erfahrungen/Kenntnisse im Umgang mit dementen Personen sollten möglichst vorhanden sein. ☎ 0179-5211197

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

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

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

**haushaltsjob börse**

Haushaltsretter gesucht!  
Deinen neuen Haushaltsjob findest du hier:

[www.haushaltsjob-boerse.de](http://www.haushaltsjob-boerse.de)

# Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Action, Marktkauf, Bauhaus, JYSK, Lidl, Netto, Rossmann, alldrink, AWG, Expert Klein, Hellweg, Norma, Rewe, Thomas Philipps, Globus, HIT, Zimmermann, Polster Aktuell



- 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](http://www.krebskranke-kinder-darmstadt.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

Layout, Satz, Anzeigenschluss 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. 34, gültig ab 1.2.2023.  
Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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.

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 Preisausschreibungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein südhessen 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 südhessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag - Freitag von 8.00 - 16.30 Uhr: 06104-4970-0

# 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)



**Rhein Main Verlag**

**12**

Zeitungen

**29**

Ausgaben

**708T**

Haushalte



**Südhessen in einem Verlag**

**meinsüdhessen**

**Rodgau Zeitung**

**HEIMATBLATT RÖDERMARK**

**MÜNSTERER ANZEIGEBLATT**

**DER FRANKFURTER HEIMATZEITUNG MIT HERZ**

**Gerauer Rundblick**

**NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN Unsere Heimat**

**LOKALANZEIGER**

**EPPERTSHAUSENER ANZEIGEBLATT**

**NEUE NACHRICHTEN BESSUNGER**

**Odenwälder Journal**

**DER ISEBORJER**

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



## Zusteller gesucht!

Du willst dein Taschengeld aufbessern, du brauchst Guthaben für den PlayStation oder Xbox Store oder du willst für den Führerschein sparen? **Dann werde Zusteller bei uns und verdiene bis zu 520 Euro pro Monat!**

### **Für Jugendliche ab 13 Jahren.**

Bewirb Dich jetzt telefonisch unter  
**0 61 04 / 49700**

oder per Whatsapp  
**0 61 04 / 4 97 00**

### **Deine Aufgaben:**

Prospekte, Broschüren, Zeitungen, Flyer sind in einem Gebiet zu verteilen, du kannst in deinem Wunschgebiet verteilen!

**mein  
südhessen**

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe  
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen



**Egro-Direktwerbung GmbH**

Bieberer Str. 137  
63179 Obertshausen

Tel: +49 6104 4970 0  
Fax: +49 6104 4970 15