

DAHLER

**Ihr Immobilienmakler in
Hanau und Offenbach**

DAHLER Hanau / Offenbach T 06182 992 604 dahler.com/hanau



Zur Website:



Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Jill Wellington auf Pixabay



PflegeKräftig
HÄUSLICHER PFLEGEDIENST

Wir informieren Sie:

Gesetzlich vorgeschriebene Pflegeberatung bei Pflegegeldbezug

Die Pflegeberatung ist

- bei Pflegegrad 2 und 3 einmal im Halbjahr (im PG 1 freiwillig)
- bei Pflegegrad 4 und 5 einmal im Quartal durch einen zugelassenen Pflegedienst abzurufen.

Wir führen die gesetzlich vorgeschriebene Pflegeberatung in Ihrer Häuslichkeit durch und rechnen direkt mit der Pflegekasse ab.

Beratung, Schulung und Anleitung für Pflegepersonen

Sie als pflegende Angehörige leisten jeden Tag großartiges, denn die Betreuung eines pflegebedürftigen oder demenzkranken Menschen ist verantwortungsvoll und anstrengend. Für Pflegepersonen hat der Gesetzgeber kostenlose Schulungen vorgesehen. Sie haben die Möglichkeit, sich zu Hause von unseren speziell qualifizierten Pflegefachkräften beraten und schulen zu lassen.

**Kostenlose Schulung
für Pflegepersonen**
Wir beraten/schulen Sie!
0 61 82 - 955 46 55

Ihr ambulanter Pflegedienst
für Seligenstadt, Hainburg u. Mainhausen
Am Reitpfad 23, 63500 Seligenstadt
www.pflegekraeftig.de

Acht Tipps für ein nachhaltiges Leben

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-fusspflegestudio.de



mein süd Hessen
auf Facebook

www.facebook.com/rheinmainverlag



Acht Tipps für ein nachhaltiges Leben



1. Einwegprodukte meiden

(DRM). Einwegprodukte landen nach einmaliger Benutzung, wie der Name schon sagt, im Müll. Wir verlieren jegliches Gefühl dafür, wie viel Müll bei uns eigentlich anfällt. Statistisch gesehen produziert jeder Mensch täglich 1,5 Kilo Müll.

Die gute Nachricht ist: Nichts ist austauschbarer als das Einwegprodukt! Mögliche Alternativen sind:

- Stoffserviette statt Papierserviette
- Waschbarer Putzlappen statt Küchenrolle
- Stofftaschentuch statt Papiertaschentuch
- Stoffbeutel statt Plastiktüte

Alle Einwegprodukte nun wegwerfen? Lieber nicht. Sie sind ja schon produziert, ihr nahes Ende ist vorgeplant.

2. Nachhaltig shoppen

Kleidung muntert auf. Neben ihrer Funktion drückt Kleidung die Persönlichkeit des Trägers aus, sie kann dich zu einem wandelnden Kunstwerk machen. Verliere deine Liebe zur Kleidung nicht, sei aber nicht so unbeständig. Heute kauft der Durchschnittsdeutsche 60 neue Kleidungsstücke – pro Jahr! Das ist irrsinnig viel. Mit folgenden Tipps, kann auch das Shoppen zukünftig nachhaltiger gestaltet werden.

- Kaufe nicht das, was die Modeindustrie gerade als besonders „in“ anbietet, sondern trage nur das, was dir auch wirklich steht und zu dir passt.
- Trage die Kleidung nicht nur eine Saison, sondern solange es geht. Repariere kaputte Kleidung.
- Wenn du etwas Neues kaufst, achte auf nachhaltige Labels. Diese kann man besser an Zertifikaten und Siegeln wie z. B. GOTS erkennen.
- Da in unserer heutigen Zeit, die

meiste Kleidung eh nicht mehr abgetragen wird, schau doch mal in einen Second Hand Laden. Dort kannst du tolle Klamotten zu günstigen Preisen finden. Flohmärkte sind auch eine gute Möglichkeit, um Schnäppchen zu finden.

3. Saisonal und regional essen

Spargel aus Afrika? Frische Erdbeeren im Dezember? Es ist nicht nachhaltig, jederzeit Zugang zu allen Arten von Rohstoffen zu fordern. Lerne, auch beim Essverhalten Sehnsucht zu haben und den einzigartigen Geschmack der Jahreszeiten zu schätzen. Daher unser Tipp: Iss saisonal und regional!

Dies bedeutet, Gemüse und Obst zu kaufen, das aus deinem Land kommt, in deinem Klima gewachsen ist und das gerade reif ist und geerntet wurde!

Für eine regionale Ernährung sprechen z.B. kurze Transportwege und unschlagbare Frische. Saisonal und regional angebaute Produkte bezieht man am besten auf den Bauern- und Wochenmärkten sowie von Hofläden in der Region.

4. Keinen Abfall in der Natur hinterlassen

Besonders Wälder und Seen sind häufig übersät von dort zurückgelassenem Müll. Lasse deinen Müll, um das zu verhindern nirgendwo liegen. Wenn du keinen öffentlichen Mülleimer findest, nimm deinen Abfall mit nach Hause und entsorge ihn in deiner eigenen Mülltonne. Außerdem kannst du als gutes Vorbild vorangehen, indem du, beispielsweise beim Spaziergang, täglich zwei bis drei Stück Müll aufsammlst und wegwirfst. Zudem solltest du auch die Menschen in

deinem Umfeld auf diese Thematik aufmerksam machen. Dein Engagement für Klima und Umwelt kann effektiver sein, wenn du Gleichgesinnte suchst. Es ist leichter, die Welt in einer Gruppe zu verbessern.

5. Gebrauchten Dingen ein zweites Leben schenken

Um unsere Dinge herzustellen, sind Energie und natürliche Ressourcen nötig. Klima, Umwelt und auch dein Geldbeutel profitieren davon, wenn man Dinge nicht wegwirft, sondern ihnen eine zweite Chance gibt. Egal ob Kleidung, Möbel, Geschirr oder Spielsachen - in Sozialkaufhäusern, auf Flohmärkten oder online kann man Dingen ein zweites Leben schenken.

6. Spülmittel selbst herstellen

Viele Inhaltsstoffe in käuflichen Reinigungsmitteln sind bedenklich bis umweltschädlich. Außerdem fällt durch die Kunststoffverpackung viel Müll an. Selbstgemachte Alternativen sind besser für die Umwelt, schonen die Ressourcen und sind billiger.

Für das Spülmittel benötigt man folgende Dinge:

- 2 TL Soda
- 1 TL Natron
- ½ TL Zitronensäure
- 500 ml Wasser

Soda, Natron, Zitronensäure mischen. Vorsichtig Wasser hinzugeben. In ein Spülmittelbehälter füllen. Am Anfang ist es ungewöhnlich, mit diesem Spülmittel das Geschirr zu reinigen, da es nicht schäumt. Es ist nicht so aggressiv wie manch ein anderes Spülmittel, funktioniert dennoch sehr gut.



7. Alternative Fortbewegungsmittel nutzen

Autos stehen im Schnitt 23 von 24 Stunden ungenutzt herum. Die Produktion eines Autos verbraucht Unmengen an Rohstoffen und Energie. Dazu kommen noch Baustoffe und Landschaftsverbrauch für Garagen und Parkplätze.

Mit einer Kombination aus öffentlichen Verkehrsmitteln, Fahrrad und Carsharing bleibt man flexibel, verbessert seinen ökologischen Fußabdruck immens und spart sogar noch Geld. Durch das Fahrrad bewegen wir uns zudem an der frischen Luft. In Bus und Bahn kann man auch mal relaxen oder abschalten – eine Gnade in unserer schnellen Zeit.

8. Weniger Lebensmittelverschwendung

Die weltweiten Ressourcen schwinden, während wir gleichzeitig 35 Prozent aller Nahrung, die wir kaufen, wegwerfen.

- Besser planen: Schreiben einen Einkaufszettel, um den Überblick zu behalten.
- Besser lagern: In der Küche werfen wir am meisten weg. Doch mit der richtigen Lagerung lassen sich Lebensmittel vor der Tonne bewahren. Zur Grundausstattung gehören verschließbare Dosen, Bienenwachstücher, Obstschalen und ein Brotkasten.

- Besser essen: Die richtige Menge beim Kochen ist Erfahrungssache. Wichtige Helfer sind z.B. Kochbücher oder Kochcommunitys im Internet.

Fotos: Hans auf Pixabay

Noch Termine frei !!!

Wir führen aus:

- * PFLASTERARBEITEN
- * Plattenarbeiten
- * Kellerwandisolierungen
- * Hofsanierung
- * Erd-, Kanalarbeiten

GAWE-BAU

Auf der Beune 9
64839 Münster



TEL. 06071 / 391991

www.gawe-strassenbau.de

500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

FREIE WÄHLER SELIGENSTADT entsetzt über notorische Untätigkeit des Landes Hessen!

SELIGENSTADT (RA). Der geplante Fuß- und Radweg entlang der L 2310 von Froschhausen Richtung Tannenmühl-Kreisel kommt nicht voran. „Der Radweg ist eine schöne Idee, die vielen Pendlern das Umsteigen auf das Fahrrad erleichtern würde,“ so Hagen Oftring, der Landtagskandidat der Freien Wähler aus Seligenstadt. Aber obwohl die Stadt bereit war die Planungsleistungen für dieses Projekt zu übernehmen und dabei auch schon Fortschritte erzielt hat, fehlt es an der Unterstützung durch das Land. Auf Nachfragen erklärte der Bürgermeister in der Ausschussrunde, dass das Land Hessen nunmehr angefragt habe, ob die Stadt bereit sei, neben der Planung auch die laufende Unterhaltung des Radwegs und den Winterdienst zu übernehmen. FWS-Fraktionsvorsitzender Matthias Rupp weist daraufhin: „Dass es sich hierbei um die originäre

Aufgabe des Landes selbst handelt, das aber offenbar nicht in der Lage ist seiner eigenen Aufgabe gerecht zu werden. Ständig veröffentlicht das zuständige Ministerium, dass in Sachen Radwegebau das Land Hessen Vorreiter sei. Im wahren Leben stellt sich diese Behauptung als eine Farce heraus, wie das Beispiel Froschhausen ganz deutlich zeigt.“

Aber damit noch nicht genug, so Matthias Rupp weiter: „Auch in Sachen Ausbau barrierefreier Haltestellen in Klein-Welzheim und Seligenstadt kommen wir nicht voran, weil die versprochene 2/3-Finanzierung durch das Land daran scheitert, dass die Förderöpfe ausgeschöpft sind. Vor der Zusage durch das Land kann nicht gebaut werden, da ansonsten die Rückzahlung droht. Eine vertrackte Situation, denn der Umbau ist laut Personenbeförderungsgesetz Pflicht“. FWS-Urgestein Jürgen

Kraft dazu: „Dies deckt sich leider mit den Erfahrungen, die die Stadt in den letzten Jahren mit dem Land Hessen in Sachen dritter Abschnitt der Umgehungsstraße gemacht hat. Seit Monaten ist hierzu seitens des Landes mal wieder gar nichts zu hören. Wir sind in Sachen Planfeststellung immer noch keinen Schritt weiter, obwohl auch hier die Stadt ihre Hausaufgaben gemacht hat. Zwischen schönen Reden und dem eigentlichen Umsetzen in der Realität liegen im Bereich des Verkehrsministers in Wiesbaden Welten.“

FWS-Fraktionsvorsitzender Matthias Rupp (links) und sein Stellvertreter Hagen Oftring vor Ort des geplanten Fuß- und Radweges.

Foto: FWS



Blumenwiesen und Insektenhotels in

der Kernstadt und in Klein-Welzheim

SELIGENSTADT (RA). Das Umweltamt der Stadt Seligenstadt hat in Zusammenarbeit mit dem Forstbetrieb Gebert an der Grünanlage Bleiche einen Insektenstandort aufgebaut. Zusätzlich wurde eine kleine Blühwiese angelegt, welche aus verschiedenen Pflanzen wie Schneeball, Lavendel, Fingerstrauch, Blauweiderich, Asters usw. besteht.

Eine weitere Blühwiese konnte an der Ecke Walinusstraße in Klein-Welzheim angelegt werden. Die Insektenwiese besteht aus Wildblumen wie z. B. Wiesen-Kerbel,

Kornblume, Sonnenblumen und Gelbklee.

„Die Entwicklung der Insektenwiese braucht jedoch Geduld. Bis sich eine stabile Pflanzengemeinschaft eingestellt hat, dauert es mehrere Jahre. Das aufgestellte Insektenhotel ersetzt zumindest einen kleinen Teil der verlorenen Lebensräume der Insekten, bietet ihnen Unterschlupf, wirkt dem Insektensterben entgegen und erhöht die Artenvielfalt“, fasst Erster Stadtrat Michael Gerheim zusammen.

Foto: Stadt Seligenstadt



SEIEN SIE MIT DABEI!

Wir suchen Aussteller



Bei Kempf und Mobile ist über das ganze Jahr immer was los!

> Spannende Events > Märkte und Messen > Verkaufsoffene Sonntage > Street Food Festivals > Frühlings- und Oktoberfeste > Weihnachtsmärkte und Veranstaltungen für die ganze Familie

Damit das Programm stets bunt und abwechslungsreich bleibt, suchen wir jederzeit **Aussteller aus allen möglichen Branchen**, die Interesse haben, sich bei einem unserer Events zu präsentieren.

Unsere
Event-
termine
2023

24. September, Verkaufsoffener Sonntag in Sulzbach
06. - 08. Oktober, Herbstmesse in Bad König
13. - 15. Oktober, Einrichtungsmesse in Aschaffenburg
01. - 05. November, Martinsmarkt in Bad König
17. - 19. November, Einrichtungsmesse in Aschaffenburg

Sie möchten in diesem Netzwerk gerne mit dabei sein? Dann senden Sie uns einfach eine Nachricht mit einer kurzen Beschreibung und - falls vorhanden - auch gerne mit Bildern an:

events@moebel-kempf.de

Kempf MOBILE
DER WOHN-SPASS



Thorsten Keil
Ansprechpartner
Eventmanagement



Camping – Der Traum vom Urlaub in freier Natur

(DRM). Das prasselnde Lagerfeuer am Abend unter einem sternenklaren Himmel. Im Hintergrund die Klänge einer Gitarre. Hach, wer kennt eine solche Szene nicht aus dem ein oder anderen Film. Für viele Naturverbundenen Urlauber ist diese Szene wohl der Inbegriff eines perfekten Campingurlaubs. Damit der Urlaub in freier Natur so perfekt wie möglich wird, kann man im Vorfeld einiges dafür vorbereiten.

Die richtige Umgebung

Ein perfekter Campingurlaub kann für jeden etwas anderes bedeuten. Während sich der eine absolute Ruhe inmitten möglichst unberührter Natur wünscht, möchte der andere zumindest ein Mindestmaß an Annehmlichkeiten. Deshalb sollte man seinen Urlaubsort mit Bedacht wählen und sich vorher auch informieren, ob das Campen dort überhaupt erlaubt ist.

Gleiches gilt für offenes Feuer. Das ist erstens nicht überall und nicht zu jeder Jahreszeit möglich. Bei der Wahl der richtigen Umgebung solltest du auch darüber nachdenken, ob du in deinem Urlaub aktiv werden möchtest. Je nachdem ob Wandern, Angeln, Schwimmen, Kanufahren oder die Natur erkunden auf der Liste steht, sollten zur Vorbereitung Informationen über Wanderwege, Seen oder andere Sehenswürdigkeiten in der Umgebung eingeholt werden.

einen Angelschein und eine Erlaubnis voraus. Und selbst dann ist das Anglerglück nicht gewiss. Wer seine Zeit fernab der nächsten Einkaufsmöglichkeit verbringen möchte, sollte ausreichend Nahrung, Wasser und Snacks dabei haben. Campingnahrung sollte einfach zuzubereiten sein und nicht viel Kühlung erfordern.

Spielt das Wetter mit?

Der schönste Urlaub in der Natur kann aber auch schnell ins Wasser fallen, wenn das Wetter nicht mitspielt. Dauerregen und kühle Temperaturen verderben schnell das Campingvergnügen. Die richtige Kleidung verhindert zumindest ein Durchweichen bis auf die Knochen. Letztendlich liegt der Schlüssel zu einem perfekten Campingtrip darin, die Planung im Voraus zu erledigen, sich gut vorzubereiten, den Moment zu genießen, dem Alltagsstress zu entfliehen und die Natur in vollen Zügen zu genießen – das ein oder andere Mini-Abenteuer inklusive.

Übrigens: Wenn es etwas mehr Luxus sein darf, dann könnte sich für den ein oder anderen Naturfan auch Glamping anbieten. Genauso Urlaub mitten in der Natur - im besten Fall mit Lagerfeuer, Sternenhimmel und Gitarre – auf jeden Fall mit der ein oder anderen Annehmlichkeit die man auch aus dem Urlaub im Hotel kennt.

Foto: Pexels auf Pixabay

Deine Gürtelrose-Erfahrung Kunstwettbewerb mit prominenter Unterstützung

ANZEIGE

Brennend oder stechend, punktgenau oder flächig: Schmerz fühlt sich für jeden anders an – und lässt sich oft nur schwer mit Worten beschreiben. Das Gesundheitsunternehmen GSK hat deshalb gemeinsam mit Partnern wie der Deutschen Schmerzliga den Kunstwettbewerb „Deine Gürtelrose-Erfahrung“ ins Leben gerufen. Betroffene können dabei ihr persönliches Erleben der schmerzhaften Krankheit individuell zum Ausdruck bringen.

Jeder Dritte ist betroffen

Gürtelrose wird durch das Varizella-Zoster-Virus ausgelöst, das nach einer Windpocken-Erkrankung im Körper verbleibt. In Deutschland betrifft dies mehr als 95 Prozent der über 60-Jährigen. Wird mit zunehmendem Alter das Immunsystem schwächer, steigt das Risiko für eine Reaktivierung des Virus an. Gürtelrose bricht bei 1 von 3 Menschen im Laufe des Lebens aus.



In der Jury:
Friedrich von Thun

Schauspieler Friedrich von Thun hat die schmerzhafteste Erkrankung bei zwei engen Familienmitgliedern miterlebt und war sich lange nicht bewusst, dass auch er zur Risikogruppe gehört: „Ich rate deshalb dazu, das Thema beim Hausarzt anzusprechen und sich gut zu informieren!“ Zudem unterstützt er als prominentes Jury-Mitglied den Kunstwettbewerb. Weitere Infos sowie Einreichungen unter:

www.deine-guertelrose-erfahrung.de

NP-DE-HZU-ADVR-230135 07/2023

Christliche Gemeinde – eine Protestgemeinschaft?

*Römer 12, 11a:
Seid nicht träge in dem,
was ihr tun sollt...*

Neue Protestformen beschäftigen uns seit geraumer Zeit: Jugendliche verlassen den verpflichtenden Schulunterricht, um auf der Straße zu demonstrieren. Andere kleben sich an Asphalt fest oder an der weltberühmten Sixtinischen Madonna von Raffael. Suppe landet auf dem Schutzglas eines van Gogh. Es könnte scheinen, als knüpften junge Menschen an prophetische Protestaktionen an: Die Bibel erzählt, im 8. Jahrhundert v. Chr. sei Jesaja drei Jahre lang nackt und barfuß gegangen – für menschenwürdige Lebensbedingungen und aus Protest gegen eine Politik, von der er befürchtete, sie werde eine Gewalt-

teskalation herbeiführen. Heute würde er damit hinter Gittern landen oder in einer psychiatrischen Einrichtung. Protest: Das geht zurück auf das lateinische protestari: ‚öffentlich bezeugen‘. Zweifellos ein Bestandteil christlichen Glaubens, öffentlich zu bezeugen, wofür man steht. Die christliche Gemeinde, so hieß es in einer öffentlichen theologischen Debatte, sei aber schon in ihren Grundsätzen „Protestgemeinschaft“, auch ohne Klebeaktion oder Demonstration von Nackten. Jede Gemeindegemeinschaft sei ein Protest gegen Vereinzelung von Menschen, jede Predigt ein Appell, dass wir nicht allein sind auf der Welt und eine Berufung und Verantwortung haben. Vor allem aber zeigt sich christliche Protestkultur darin, dass Christen gegen die

Macht des Todes leben. Der Theologe Christoph Blumhardt formuliert überdeutlich: Christen sind ‚Protestleute gegen den Tod‘. Schon der Sonntag ist Zeichen eines Protests, steht er doch für ein Aussetzen von Profit- und Gewinnkultur, für eine Unterbrechung von Leistung und Kapitalinteressen. Christen sind hineingerufen in eine Protestbewegung, in der Menschen in einer Welt von Vereinzelung und Konkurrenz zu Geschwistern werden. Da stehen die Schwächsten im Zentrum und alles, was es an Menschlichkeit und Lebensgrundlagen zu schützen gilt. Am Sonntag, dem Protesttag der Woche, feiern engagierte, lebensbejahende „Protestleute“ das von Gott geschenkte Leben und „bezeugen es öffentlich“. Eine Protestgemeinschaft.

Foto: privat



Susanne Lenz
PfarrerIn der Ev.-ref.
Buchenbuschgemeinde Neu-Isenburg
und der Ev. Erasmus-Alberus-
Gemeinde Dreieich

www.rheinmainverlag.de



Doppeltes Wohnvergnügen auf einem Grundstück

Hainburg Ortsteil Hainstadt – Zwei Häuser in begehrter Lage von Hainburg. Zweifamilienhaus, aktuell vermietet, Bj. 1937, teilmodernisiert, ca. 144 m² Wohnfl., 7 Zi., 2 Bäder, Keller, Freiplatz, Energieausweis beantragt. Einfamilienhaus, Baujahr 1964, modernisiert 1994, ca. 120 m² Wohnfläche, 5 Zimmer, Bad, gute Bausubstanz, neue Gaszentralheizung, Garage, Garten, Vermietungsmöglichkeiten, ca. 409 m² Grundstück, B, 156,82 kWh/(m²a), Kl. E, Gas, Kaufpreis: EUR 580.000,- zzgl. 3,57 % Käuferprovision inkl. MwSt.

DAHLER Hanau / Offenbach
Inhaber: Thomas Pollich
Reichenberger Ring 21, 63512 Hainburg
T 06182 992 604 E hanau@dahler.com dahler.com/hanau

Drinks für den perfekten Sommerabend

(DRM). Fashion, Beauty oder Food – alljährlich gibt es neue Trends, an denen wir uns erfreuen können. Gleiches gilt natürlich auch in Sachen Drinks – genauer gesagt Sommerdrinks. Egal ob mit oder ohne Alkohol, super gesund oder eher doch sündhaft süß – das Spektrum ist genauso groß, wie die Geschmäcker selbst. Bei all der Vielfalt haben jedoch alle Getränke eines gemeinsam: Sie sind unglaublich köstlich und gleichzeitig erfrischend.

Bereits seit Jahren gilt Aperol Spritz in Deutschland als der Sommerdrink schlechthin und auch 2023 prägt das orangene Kultgetränk das Bild in zahlreichen Cafés, Bars und Restaurants. Dabei gibt es mittlerweile viele alternativen, um den Sommer entsprechend zu genießen. Welche Drinks gerade in aller Munde sind, verraten wir hier. Vielleicht ist der ein oder andere für euren nächsten Sommerabend dabei.

1. Limoncello Spritz

Gerade eben war noch die Rede vom allseits beliebten Aperol Spritz. Dieser räumt in diesem Jahr vielerorts das Feld für den ebenso leckeren und erfrischenden Limoncello Spritz. Der ideale und gut ausbalancierte Mix aus italienischem Zitronenlikör und prickelndem Prosecco lässt Genießer auch in Deutschland recht schnell vom Italienurlaub träumen. Der Sonnenuntergang unter Zitronenbäumen an der Amalfi Küste lässt grüßen.

Zutaten für ein Glas:

- 40 ml Limoncello
- 125 ml Prosecco
- Mineralwasser
- Zitronenzeste
- Minze
- Eiswürfel

Und so geht's:

3-4 große Eiswürfel in ein Glas geben und dann mit 40 ml Limoncello,



125 ml Prosecco und ein wenig Mineralwasser auffüllen. Zum Schluss den Drink mit einer frischen Zitronenzeste und Minze verzieren.

heimlich gesund und dazu im Sommer auch noch sehr erfrischend. Das fermentierte Erfrischungsgetränk schmeckt fruchtig und tut unserem Körper gut. Das Beste: Wer Kombucha probieren möchte, kann ihn fertig kaufen oder mit Wasser, Tee, Zucker und Kombucha Pilzen ganz einfach selber machen.

2. Sarti Spritz

Der Sarti Spritz ist das wohl beliebteste Sommergetränk 2023 und das, obwohl es sich dabei ähnlich wie beim Aperol, Hugo oder Lillet Wild Berry zunächst ebenfalls um ein klassisches Spritz-Getränk handelt. Hauptbestandteil ist neben Prosecco der namensgebende Sarti Rosa, ein fruchtiger Aperitif aus Italien, der die Geschmacksrichtungen Blutorange, Mango und Passionsfrucht vereint – die perfekte Kombination für den Sommer.

Zutaten für ein Glas:

- 6 cl Sarti Rosa
- 9 cl Prosecco
- Limette
- Mineralwasser
- Eiswürfel

Und so geht's:

3-4 große Eiswürfel in ein Glas (am besten ein bauchiges Weinglas) geben und anschließend mit Sarti Rosa, Prosecco und etwas Mineralwasser auffüllen. Zum Schluss zwei Limettenscheiben dazugeben und eiskalt genießen.

Zutaten für ein Glas:

- 1/2 geschältes Ingwerstück daumengroß
- 250 ml Kombucha deiner Wahl
- 1/2 EL Limettensaft frisch gepresst
- 1/2 EL Zitronensaft frisch gepresst
- 1,5 EL Minze fein geschnitten
- 0,25 TL Nelkenpulver
- Eiswürfel zum Auffüllen

Und so geht's:

Den Ingwer in dünne Scheiben schneiden und in das Glas geben. Das Glas bis zu Hälfte mit Eis auffüllen, Limetten- und Zitronensaft, Nelkenpulver und Minze dazugeben. Alles kräftig mit einem Shaker mixen. Abschließend den Kombucha dazu gießen und nochmals kurz mixen. Mit einem Minzstängel & einer Limettenscheibe garnieren.

Fotos: Rita auf Pixabay

3. Kombucha

Kombucha ist zurzeit in aller Munde. Und zwar nicht ohne Grund. Schließlich ist das Teegetränk un-

Direkt vom Hersteller!

fran. frankenstolz®



Kissen - Decken - Matratzen - Lattenroste - Topper
Polsterbetten - Boxspringbetten

Werksverkauf Mainaschaff

www.frankenstolz.de

Industriestraße 1-3, 63814 Mainaschaff

Mo. - Fr. 09:30 - 18:00 Uhr, Sa. 09:00 - 17:00 Uhr
Tel. 06021 / 708 131



www.rheinmainverlag.de

Tiere der Woche



Garvin

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.

HTB (PM). Garvin ist ein sehr lieber Hund, zuhause ruhig und verschmust. Draußen ist er sehr aktiv, braucht viel Bewegung und Auslastung. Er ist verträglich mit anderen

Hunden. Katzen sollten nicht in seinem neuen Zuhause sein. Garvin ist 8 Jahre alt, 45 cm groß und wiegt 14 kg, er ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: HTB

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

„Dream Team“ für Anfänger

Meerschweinchen in Not e.V.

KELSTERBACH (PM). Kate (oben), Zwicki (Mitte) und Snowman (unten) sind ein echtes Dream Team! Alle drei sind etwa 1,5 Jahre alt, verstehen sich prima und sind handzähm. Für ein Stück Gurke schauen sie sich auch fremde Menschen gerne mal aus der Nähe an – damit wären sie auch für Menschen geeignet, die mit der Meerschweinchenhaltung beginnen wollen oder noch nicht so viel Erfahrung mit Meerschweinchen haben.

Kate, Zwicki und Snowman freuen sich schon darauf, bald ihre neuen Menschen kennenzulernen! Neben einem großzügigen Gehege zum gemeinsamen Herumtoben wünschen sie sich im neuen Heim viel Gurke, leckeres Heu und kuschelige Plätzchen zum Ausruhen. Interessierte können unter vermittlung@meerschweinchen-in-not.de Kontakt zum Verein Meerschweinchen in Not e.V. aufnehmen. Telefonisch sind die Ehrenamtlichen des Vereins erreichbar unter 0152-06352625 (gerne auf die Mailbox sprechen und um Rückruf bitten).

Fotos: TSV



Gesucht: ein neues Zuhause für Elka

Tierschützerverein Seligenstadt u. Umgebung e. V.

SELIGENSTADT (PM). Elka wird z.Zt. bestens auf ihr neues Leben vorbereitet, geht gut an der Leine, kennt Autofahren, lernt alleine zu bleiben, verträgt sich mit allen Hunden und auch Katzen. Sie ist kinderlieb, superfreundlich und aufgeschlossen, kurzum der perfekte Familienhund!! Geimpft, entwurmt sowie

gechippt - und bereit zum Umzug!! Wer möchte dieser hübschen Hündin ein Zuhause geben? Elka ist kniehoch und wiegt 16 kg. Um mehr über Elka zu erfahren und sie näher kennenzulernen, ist es am besten, direkt mit der Pflegestelle Kontakt aufnehmen: 0170-5330425.

Fotos: TSV



www.rheinmainverlag.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

E-Mail: 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**

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

Überfall, Verkehrsunfall 110
Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst 112
Polizeistation Seligenstadt 0 6182 / 893 00
Giftnotruf 0 6131 / 192 40
Ärztlicher Notdienst 116 117
Zahnärztlicher Notdienst 018 05 / 60 70 11
Seelsorge-Telefon 116 123
Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen 116 016
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 südhausen **NOTDIENSTE**
5. bis 11. August

5 STERN-APOTHEKE JÜGESHEIM
Eisenbahnstraße 14, Telefon 0 6106 / 92 61

6 LÖWEN-APOTHEKE BABENHAUSEN
Fahrstraße 81, Telefon 0 60 73 / 25 34

7 APOTHEKE ST. PETER WEISKIRCHEN
Schillerstraße 11-13, Telefon 0 6106 / 51 52

8 PALATIUM-APOTHEKE SELIGENSTADT
Palatiumstraße 3, Telefon 37 68

9 GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
Offenbacher Landstraße 52, Telefon 46 67

10 ROSEN-APOTHEKE KLEIN-KROTZENBURG
Wilhelm-Leuschner-Straße 42, Telefon 41 91

11 STADT-APOTHEKE SELIGENSTADT
Marktplatz 4, Telefon 33 08

BLEIBEN SIE GESUND!

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen
der KW 30

■ ■ ■ C R ■ ■ P E ■ ■ ■ A ■ S ■
NACHBOHREN ■ GOLIATH
Z E ■ HENNA ■ W ■ L I N S E
BUEFFEL ■ N ■ W E L S ■ A H N
GROS ■ I ■ B E G I N N E N ■ I R
Z ■ T S A I ■ E N T ■ I ■ U R I
S A N I E R E N ■ Z ■ S T U N T ■
S I E D E N ■ T ■ T I M E S ■ T ■ I
G N ■ G ■ B E L A G ■ M ■ U R A N
M ■ K E V I N ■ G ■ M I T T E L S
N A T A L E ■ S A G O ■ S O U ■ G
B ■ A N H E U E R N ■ P ■ D E
A B R I S S ■ E I S ■ G ■ F I C U S
E I N Z I G ■ M ■ M A G I E ■ E A
A N S E ■ M ■ S A G E N ■ K ■ G S M
Z I ■ M O S E S ■ M ■ A T H L E T
O K T A V ■ M ■ N O E T I G E N
I L O ■ R ■ H E I A ■ M T V ■ I ■ S
S C H E L L E N ■ L ■ E C H O
L E O ■ E P E ■ H ■ F E N C H E L
C U R R Y ■ T ■ P E L L E ■ K ■ I O
S ■ G ■ I A S O N ■ I ■ D E A R ■
A B H A N G ■ T ■ A C K E R B A U
K R U ■ K O N T R A ■ H I N ■ T V
A R M B A N D

VORSITZENDER

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

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



Anzeigen | Markt

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

Haushaltsauflösungen
☎ 0 1 7 3 - 8 8 0 9 6 3 2
Wolfgang Appel

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

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

Frau Danna sucht: Kaufe Pelze, Alt-, Bruch-, Zahngold, Goldschmuck. Suche Lampen, Perrücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelins, Teppiche, Porzellan, Krüge, Zinn, Möbel, Küchen, Gardinen, Tischdecken, Uhren. Kostenl. Beratung. Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle Höchstpreise. 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21 Uhr. ☎ 069 - 34875842

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

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

KFZ BAR ANKAUF Alle Fahrzeuge

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile, Wohnwagen, Oldtimer, Traktoren, Bagger.
Alles anbieten!
(Baujahr, Km, Zustand egal).
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.
06158 - 6086988
0173 - 3087449

Kaufe Autos

PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/- mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln.
Zustand egal.
Bitte alles anbieten, Zahle bar und Fair.
24 Stunden erreichbar!
06157/ 9168006
0177/ 31 05303

SUCHE FAHRZEUGE

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise
Sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.
0151/ 7187 2306
06258/5089921

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

Stellen

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

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

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Bauzentrum
Andre&Oestreicher, Easy Apotheke,
Globus, HIT, JYSK, LIDL, Möbel Kempf,
Netto, Norma, Rossmann, Thomas Philipps

salelocal.de

Partner des



WERDEN SIE DIGITAL SICHTBARER

KFZ-ANKAUF

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



ALLES ANBIETEN • SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag - Sonntag)!

☎ **06157/8085654 o. 0176/11199111**

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

Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Anschrift: Biebrer Straße 137 - 63179 Obertshausen
06102/86882-0 - info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas - Angelika Hofferberth
Redaktion: Beate Toman
redaktion@mein-suedhessen.de
Alle unter der Anschrift des Verlages.
Gesamtauflage: 706.184
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: Gesamtpreisliste Nr. 36, gültig ab 1. Juli 2023.
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 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

ANZEIGEN

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

Eröffnung der ENTEGA-Schnellladesäule in Groß-Umstadt.

Von links nach rechts: Siegfried Freihaut (ehemals Energiebeauftragter der Stadt Groß-Umstadt), Tim Tolsdorf (ENTEGA, Regionalmanagement) und Bürgermeister René Kirch.



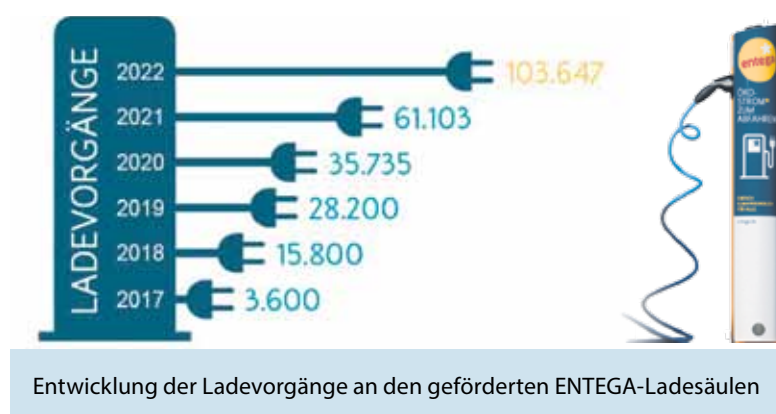
Ladeinfrastruktur für Südhesen

Südhesen holt auf. ENTEGA und e-netz bauen Ladesäulennetz verstärkt aus.

SÜDHESSEN (PM). Mit aktuell 6.819 Ladepunkten belegt Hessen im Ländervergleich den fünften Platz im bundesweiten öffentlichen Ladeinfrastrukturausbau. Mit einem Zuwachs von über 50 Prozent innerhalb eines Jahres gibt es deutschlandweit insgesamt mittlerweile 90.305 Ladepunkte (Stand 1. Mai 2023), die gleichzeitig insgesamt über 3.000 Megawatt Ladeleistung bereitstellen können. Hiervon werden in Südhesen aktuell 510 von ENTEGA aus Darmstadt betrieben.

Bereits 2017 hat der in Darmstadt ansässige Ökostromanbieter ENTEGA als eines der ersten Unternehmen begonnen, stark in öffentliche Ladeinfrastruktur zu investieren. In Zusammenarbeit mit den Kommunen in Südhesen und mit Hilfe von Landesfördermitteln wurden damals 111 Normalladesäulen mit jeweils zwei Ladepunkten in der Region errichtet. Für die Installation und den Anschluss der Ladesäulen ist seit 2017 der regionale Strom- und Gastnetzbetreiber, die e-netz Südhesen AG verantwortlich. 2017 gab es deutschlandweit lediglich 6.483 Ladepunkte. Etwas weniger als heute allein in Hessen.

In einem weiteren großen Förderprojekt in Zusammenarbeit mit den Kommunen wurden in den Jahren 2021 bis 2022 weitere 117 Ladesäulen im Rhein-Main-Neckar Gebiet errichtet. Diesmal mit Unterstützung



von Bundes- und Landesfördermitteln. In diesem Zuge wurden auch acht Schnellladesäulen gefördert. An den ENTEGA-Schnellladesäulen kann mit bis zu 150 kW geladen werden. Ein Ladevorgang, bei dem ein E-Auto auf bis zu 80 % vollgeladen wird, dauert hier keine halbe Stunde. Bei den ENTEGA-Normalladesäulen kann jeweils an zwei Ladepunkten mit maximal 22 kW geladen werden. Auch was die Auslastung der Ladesäulen betrifft, nimmt ENTEGA eine starke Zunahme der Ladevorgänge war. „Von anfänglich 3.580 Ladevorgängen im Jahr 2017 konnten wir aufgrund unseres vorrauschaudenden und bedarfsorientierten Ausbaus der öffentlichen Ladeinfrastruktur und der voranschreitenden Elektromobilität die Anzahl bis 2022 auf jährlich über 103.000 Ladevorgänge steigern. Für 2023 rechnen wir bereits mit

insgesamt 150.000 Ladevorgängen.“ erklärt Tim Tolsdorf, Projektleiter für den Ausbau öffentlicher Ladeinfrastruktur bei der ENTEGA AG.

An den ENTEGA-Ladesäulen kann mit Hilfe der ENTEGA-Ladekarte für 49 Cent/kWh an Normalladesäulen geladen werden. 55 Cent/kWh kostet das Laden an den ENTEGA-Schnellladern. Bei Ladetarifen von Drittanbietern kommen, je nach Anbieter, noch individuelle Roamingkosten hinzu. Darüber hinaus ist das Laden mit der ENTEGA-Ladekarte an weiteren 300.000 Ladepunkten europaweit möglich. Die Ladekarte kann für einmalig 10 EUR und ohne Grundgebühr online auf der ENTEGA-Website bestellt werden:

<https://www.entega.de/ladekarte-elektroauto/>

Darüber hinaus zeigt die kostenlose „Easy Charging Quality“-App alle Ladeoptionen in der Nähe des aktuellen Standorts an und kann ebenfalls zum Laden an allen ENTEGA-Ladesäulen genutzt werden. Die App gibt außerdem tagesaktuelle Auskunft über sämtliche Konditionen an den Ladepunkten der ENTEGA-Roamingpartner. Hier können die Preise im Vergleich zu den Konditionen an den ENTEGA-Ladesäulen abweichen.

Fotos: ENTEGA

Goldhaus Obertshausen

ANKAUF VON:

- Schmuck
- Gold
- Silber
- Marken-Uhren
- Münzen & Barren
- Bestecke & Zinn

Seit 20 Jahren ihr Experte vor Ort!

H. Honig | Heusenstammer Straße 3
63179 Obertshausen

Mo-Fr: 10 - 13 Uhr | 15 - 18 Uhr
oder nach Vereinbarung!
Tel. 0 6104 9 53 13 15 oder
www.goldhaus-obertshausen.de

**Rausgehen ist wie Fenster aufmachen,
NUR KRASSER!**



Ideal für
**Schülerinnen und
Schüler ab 13 Jahren**
und alle,
die sich etwas
dazu verdienen wollen.

VOM STUBENHOCKER ZUM FERIENJOBBER!

Werde Zusteller der  **mein
südhessen** 
und verdiene Dir Dein Feriengeld!

Informiere und bewirb Dich unter:

06104-49 70 805

oder schick Deine Bewerbung an: zusteller@egro-direktwerbung.de.

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen



EGRO

Direktwerbung GmbH