

mein süd Hessen

12. August 2023

Das Leben in und um Dieburg Nord, Auflage 18.108

mein süd Hessen
auf Facebook

[www.facebook.com/
rheinmainverlag](https://www.facebook.com/rheinmainverlag)

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



Rätselseiten

Sudoku
und
Rätsel



Seiten 8-9



Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Melk Hagelslag auf Pixabay

Netto
Marken-Discount
Wiedereröffnung in Babenhausen
Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe

Bewegungsmangel in Deutschland: Herausforderungen und Lösungsansätze

Bewegungsmangel in Deutschland: Herausforderungen und Lösungsansätze



(DRM). Der Bewegungsmangel ist in Deutschland in den vergangenen Jahren zu einem ernstzunehmenden gesellschaftlichen Problem geworden. In einer Zeit, in der Technologie unseren Alltag dominiert und Bequemlichkeit dadurch zunehmend bevorzugt, ja sogar gefördert wird, vernachlässigen viele Menschen regelmäßig stattfindende körperliche Aktivität. Die Folgen dieses Bewegungsmangels sind weitreichend und reichen von gesundheitlichen Beeinträchtigungen bis hin zu ökonomischen Belastungen. Um dieser Entwicklung entgegenzuwirken bzw. in Einzelfällen vorzubeugen, sind umfassende Maßnahmen auf individueller, institutioneller und politischer Ebene erforderlich.

**WHO empfiehlt
Mindestbewegungszeit von
150 Minuten pro Woche**

Bewegung ist essenziell für die Gesundheit des Menschen. Sie stärkt nicht nur das Herz-Kreislauf-System und die Muskulatur, sondern wirkt sich auch positiv auf das mentale Wohlbefinden aus – dabei geht es generell nicht nur um Bewegung in Form von sportlichen Aktivitäten. Dennoch erfüllen viele Deutsche die von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene Mindestbewegungszeit von 150 Minuten pro Woche nicht. Vor allem Bürojobs, langes Sitzen und hoher Medienkonsum tragen dazu bei, dass Bewegung im Alltag häufig zu kurz kommt.

Bildschirm statt Bewegung an der frischen Luft

Ein erschreckendes Resultat des Bewegungsmangels ist die Zunahme von Übergewicht und Adipositas in der Bevölkerung – ein Phänomen, dass so nicht nur in Deutschland, sondern weltweit beobachtet werden kann, besonders aber in Ländern mit viel Wohlstand. Übergewicht ist dabei nicht nur ein ästhetisches Problem, sondern birgt auch erhebliche gesundheitliche Risiken wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2 und Gelenkbeschwerden. Diese Gesundheitsprobleme verursachen außerdem immense Kosten im Gesundheitssystem und mindern die Lebensqualität der Betroffenen.

Ein weiteres Alarmzeichen ist die wachsende Zahl bewegungsarmer Kinder und Jugendlicher. Statt draußen zu spielen und sich zu bewegen, verbringen Heranwachsende zunehmend Zeit vor Bildschirmen. Dieser Trend hat verheerende Folgen für die körperliche und geistige Entwicklung der jungen Generation. Bewegungsmangel kann zu Haltungsschäden, motorischen Defiziten und Aufmerksamkeitsstörungen führen.

Bewusste Entscheidung für mehr Bewegung

Die Gründe für den Bewegungsmangel sind vielfältig und komplex. Die moderne Lebensweise mit einer Fülle von Zeitdruck und Stress lässt oft keine Zeit für sportliche Betätigung. Hinzu kommen infrastrukturelle Hürden, wie fehlende Radwege,

mangelhafte Sporteinrichtungen in Wohngebieten und ein unzureichender öffentlicher Nahverkehr, besonders in ländlichen Regionen. Hier wird oft auf das Auto als Fortbewegungsmittel zurückgegriffen.

Um den Bewegungsmangel in Deutschland zu bekämpfen, müssen verschiedene Akteure an einem Strang ziehen. Auf individueller Ebene ist eine bewusste Entscheidung für mehr Bewegung von großer Bedeutung. Jeder kann seinen Alltag bewegter gestalten, indem er beispielsweise regelmäßig Spaziergänge unternimmt, das Fahrrad für kurze Strecken nutzt oder Sport in seinen Tagesablauf integriert. Arbeitgeber sollten zudem betriebliche Gesundheitsförderung anbieten, die Bewegung in den Arbeitsalltag integriert. Davon profitieren am Ende idealerweise beide Seiten.

Schulen, Städten und Gemeinden kommt Schlüsselrolle zu

Auch Schulen spielen eine Schlüsselrolle bei der Förderung von Bewegung. Der Sportunterricht ist dort zwar essenziell, es bedarf aber auch außerschulischer Aktivitäten, die Kinder und Jugendliche zur Bewegung motivieren. Kooperationen mit Sportvereinen und der Ausbau von Schulhöfen zu bewegungsfreundlichen Zonen können hier viel bewirken. Außerdem sollten digitale Medien bewusster eingesetzt werden, um die Zeit vor Bildschirmen zu begrenzen und Bewegung zu fördern. Will heißen: Eine Medienerziehung, in der bewusst auf die Gefahren von

zu viel Bildschirmzeit hingewiesen wird, sollte genauso in den Lehrplan integriert werden, wie das Wissen um die Chancen, die durch moderne Medien geschaffen werden.

Erster Ansprechpartner sind hier oft Städte und Gemeinden als Träger von Schulen. Und auch außerhalb des Schulalltags ist die städtebauliche Planung essenziell. Stadt- und familienfreundliche Radwege und Fußgängerzonen heben die Lebensqualität vor Ort auf ein neues Level und fördern zeitgleich die Motivation zur Bewegung. Auch die Schaffung von öffentlichen Sportanlagen und Parks sowie die Förderung des öffentlichen Nahverkehrs tragen dazu bei, dass Bewegung im Alltag leichter umsetzbar ist.

Ziel: Eine gesündere Zukunft für Deutschland

Ein genauer Blick auf die aktuelle Situation in Deutschland zeigt, wie groß die Herausforderung „Bewegungsmangel“ tatsächlich ist und welche vielfältigen Maßnahmen sie erfordert. Es bedarf einer gesamtgesellschaftlichen Anstrengung, um die Lebensbedingungen so zu gestalten, dass Bewegung im Alltag wieder selbstverständlich wird. Individuelle Verantwortung, Bildungseinrichtungen, Unternehmen und die Politik müssen kooperieren, um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bevölkerung nachhaltig zu fördern. Nur so kann dem Bewegungsmangel wirksam entgegengetreten und eine gesündere Zukunft für Deutschland geschaffen werden.

Fotos: Pixabay

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



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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

„Wir haben gut lachen,

denn bei der **Polsterwelt Schmidmeier** wurden wir bestens beraten.

Ganz persönlich und mit **viel Gespür für unsere Wünsche.**

Auch der Preis war für uns der günstigste. “



Sonderstudios in
Babenhausen und
Bad Soden-Salmünster



Erleben Sie das überzeugende Angebot: Von Sondergrößen für kleine Räume, bis zu großen Wohnlandschaften! Wählen Sie aus einer einzigartigen Stoff- und Lederauswahl.

Polstergarnituren

Fernsehsessel

Funktions-Sofas

Boxspring-Betten

Matratzen

Polsterwelt Schmidmeier

Bernd, Jürgen und Sascha
Schmidmeier GBR, Sitz: Aschaffburger Straße 110, 64832 Babenhausen

63628 Bad Soden-Salmünster

Bad Sodener Str. 30, direkt am Bahnhof,
Tel: 06056-91670

Wir sind gerne für Sie da:

Mo. bis Fr. 10 – 19 Uhr, Samstag 10 – 18 Uhr
www.polsterwelt-schmidmeier.de

64832 Babenhausen

Aschaffburger Str. 110,
an der B26, Tel. 06073-61750

Tiere der Woche

Flocke sucht ein gutes Zuhause

Tierschützerverein Seligenstadt u. Umgebung e. V.

SELIGENSTADT (PM). Das ist Flocke, sie ist 10 Jahre alt und kerngesund, sehr freundlich und verträglich mit Hunden und Katzen, sie geht äußerst gerne spazieren. Leider hat sie ihr sehr gutes Zuhause wegen eines tragischen Unglücksfalls verloren. In ihrem ursprünglichen Zuhause wurde sie gehegt und gepflegt und es wäre wunderschön für die Hundedame, wenn sie wieder ein so gutes Zuhause finden würde.

Um mehr über Flocke zu erfahren und sie näher kennenzulernen, ist es am besten, direkt mit der Pflegestelle Kontakt aufnehmen: 0170-5330425.

Foto: TSV



Foto: HTB

HTB (PM). Hazel ist ein absolut liebenswerter Hund. Sie liebt Kinder, liebt andere Hunde und kommt auch mit Katzen sehr gut klar. Sie freut sich, dass sie leben darf und ist sehr neugierig. Hazel ist geimpft, gechippt und kastriert. Sie ist 3 Jahre alt, ca. 39 cm groß und wiegt 12 kg.

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



www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

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**

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

Marla Lennard

Foto: pixabay



Lebensversicherungen-BGH-Urteil: Geldregen für Versicherte!

ANZEIGE

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

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht es Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der viel zu hohen Maklerprovisionen und Verwaltungskosten der Versicherungsgesellschaften. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“.

Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung – alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: Die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlagegewinn beteiligen. So können Sie bis zu 150 % der eingezahlten Beiträge zurückholen. Ein sattes Plus auf Ihrem Konto winkt!



Starkes Urteil für Versicherte.

Foto: fotomek/stock.adobe.com

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

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

Die gratis Vertragsprüfung finden Sie hier: www.helpcheck.de/geldregen

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



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

ANZEIGE

Erfolgreicher Berufseinstieg

Bei Netto Marken-Discount starten über 2.300 Azubis in die Ausbildung

Auf ihren ersten Schritten als Auszubildende begrüßt Netto Marken-Discount bundesweit über 2.300 Nachwuchskräfte. Für einen optimalen Start organisiert der Lebensmittelhändler „Welcome-Days“ mit allen Informationen rund um die Ausbildung und berufliche Perspektiven bei Netto. Mit 20 Ausbildungsberufen, zwei Abiturientenprogrammen sowie neun dualen Bachelor-Studiengängen bietet Netto **vielfältige Karrieremöglichkeiten** in einer **zukunftssicheren Branche**. Für **engagierte Auszubildende mit besonders guten Leistungen und erfolgreich absolvierter Abschlussprüfung** winkt schon jetzt eine Übernahmegarantie. Der Lebensmitteleinzelhändler begrüßt die neuen Auszubildenden in seinen bundes-

weit 20 Niederlassungen. Dabei können sich die Nachwuchskräfte untereinander kennenlernen sowie erste Kontakte mit Vorgesetzten und erfahrenen Kolleginnen und Kollegen knüpfen.

Ab dem ersten Tag ihrer Ausbildung werden die jungen Talente durch Kolleginnen und Kollegen, Führungskräfte und Betriebsräte begleitet. Für vertrauliche Gespräche haben die Azubi-Ombudspersonen stets ein offenes Ohr. **Gezielte Weiterbildungsangebote** während der Ausbildung sind die Basis für einen gelungenen Karriere-Start. Zudem besetzt das Unternehmen **Führungspositionen** bevorzugt mit **motivierten Talenten aus den eigenen Reihen**. Mehr Informationen unter: www.netto-online.de/karriere



salelocal.de

Partner des  Rhein Main Verlag

WERDEN SIE DIGITAL SICHTBARER

-ANZEIGE-

Eine Super-App für Mobilität

Zu Hause oder auf Reisen mobil und flexibel bleiben

(djd-p). Wer braucht in der Stadt noch ein eigenes Auto? Mit Taxen, E-Scooter, Carsharing und Co. stehen bereits zahlreiche Alternativen zur Verfügung, um Mobilität flexibel, nachhaltiger und effizienter zu gestalten. Mit Freenow, Europas Super-App für Mobilität, wird das Smartphone zur zentralen Plattform, über die sich alles bequem organisieren lässt. Der Service ist sowohl in der eigenen Stadt wie auch auf Reisen, deutschlandweit und in über 150 europäischen Städten verfügbar. Langes Warten beim Anruf in der Taxizentrale war gestern. Mit der Freenow App wird die



Foto: djd/freenow.com/Robert Strehler

Fahrt unkompliziert gebucht – spontan oder bis zu vier Tage im Voraus. Die Mobilitätsplattform übernimmt dabei nicht nur die Vermittlung, sondern ermöglicht auch das bargeldlose Zahlen per App. Praktisch: Die Kunden können vorab das Fahrerprofil mit Bild einsehen und den Live-Standort sowie die Ankunftszeit online verfolgen.



„Schleife links, Glück bringt's“

Was sagt die Schürzenschleife über die Trägerin?

(BT). Auf einem Trachtenfest braucht es kein Facebook um den Beziehungsstatus festzustellen. Das gilt so zumindest bei den Frauen, die ein Dirndl tragen und um die geheime Information wissen, die in der Bindeart steckt. Diesen bewusst angewendeten Brauch gibt es circa seit rund 30 Jahren. Die Auflösung des Trachten-Codes soll beim Frankfurter Oktoberfest nicht nur die engagierten Männer unterstützen.

Schleife vorne links

Die aus Sicht der Trägerin vorne links gebundene Schleife sendet die Botschaft der Frau: „Ich bin noch nicht vergeben oder verheiratet.“

Schleife vorne rechts

Diese Schürzenträgerin ist nichts für Schürzenjäger, denn sie ist verheiratet oder zu mindestens in festen Händen. Wer nicht flirten will bindet die hübsche Schleife besser rechts.

Schleife hinten mittig

Diese Art der Schleife deutet traditionell auf eine Witwe hin. Aber da sind sich die Fachleute schon nicht mehr einig. In einigen Regionen gehört die Schleife hinten zur Tracht.

Schleife vorne mittig

Das kann sowohl Unentschlossenheit bedeuten als auch den Status „Jungfrau“. Außerdem tragen junge Mädchen und Kinder die Schleife vorne. Ist die Feiargesellschaft katholisch geprägt, tragen mittig gebundene Schleifen auch diejenigen Frauen, die im heiratsfähigen Alter sind: Sie zeigen damit den Männern, dass sie nach einer festen Bindung suchen.

Damit die Deutung auch im angeheiterten Zustand klappt, gibt es kleine Merksprüche für Männer: „Schleife links, Glück bringt's“ oder „Schleife rechts, ist eher schlecht“. Damit wird das geschickte „Anbandeln“ zur Leichtigkeit.

Foto: RMV

www.rheinmainverlag.de

- ♥ Dein sexy Trachten-Outfit
- ♥ Deine individuelle Länge
- ♥ In unserer eigenen Meisterwerkstatt machen wir alles möglich.

♥ Familienbetrieb aus Tradition seit 10 Generationen (1654) im Herzen der Aschaffener Fußgängerzone Sandgasse 19 – 23a

10 000 Trachtenteile
500 Lederjacken
100 Lammfell-Jacken
200 Innenfell-Jacken
5000 Hüte, z.B. Panamahut



Verräterische Schleife

Wie die Trachtenträgerin ihre Schürze gebunden hat, verrät viel: Sitzt die Schleife rechts, signalisiert das „Ich bin vergeben“, links: „Ich bin noch zu haben.“ Witwen binden die Schürze hinten, Jungfrauen vorn - wenn sie es zeigen wollen.

Tracht die passt!

Drescher
Leder - Trachten - Hüte



20%

auf dein
Lieblingsteil*

www.trachten-drescher.de
eigene Meisterwerkstatt

Sandgasse 19 - 21a • 63739 Aschaffenburg

* auf 1 Teil deiner Wahl, außer SALE, nicht kombinierbar (gültig bis 100€ Einkaufswert)

DER FRANKFURTER Maßkrug stemmen

Gute Vorbereitung gehört dazu!

(BT). Auch auf diesem Frankfurter Oktoberfest gibt es wieder das traditionelle Maßkrug stemmen. Jeden Abend holt Kai Mann als Moderator je zwei Frauen und zwei Männer aus dem Publikum auf die Bühne. Nach einer kleinen Vorstellungsrunde geht es dann zur Sache. Das Startsignal wird mit dem Publikum gegeben: 3 – 2 – 1 und dann müssen die Maßkrüge im 90 Grad Winkel, mit dem ausgestreckten Arm hochgenommen und solange wie möglich gehalten werden. Aus jedem Wettbewerb gehen eine Frau und ein Mann als Tagessieger hervor. In der Finalrunde des DER FRANKFURTER Maßkrug stemmen am letzten Tag des Oktoberfestes werden die Sieger ermittelt. Die ersten Drei dürfen sich über attraktive Gewinne freuen. Zur Wahl steht für die stärkste Frau und den stärksten Mann: eine Woche Obertauern, 4-Sterne HP inklusive Skipass oder 7 Tage in einem der 5-Sterne Hotels VILLA RESORTS Maldives auf den Malediven oder zwei Flüge mit Condor in die Dominikanische Republik (Karibik). Die Zweitplatzierten können noch wählen. Der Drittplatzierte bekommt den noch nicht gewählten Gewinn automatisch zugeordnet.

**Zusatzauslosung einer Woche
Hotel auf den Malediven**

Alle Ticketkäufer sind automatisch im Lostopf für eine Woche auf den Malediven. Dieser Hotelaufenthalt wird unter allen Ticketkäuferinnen und -käufern verlost. „Da wir bei erwarteten 60.000 verkauften Tickets

geschätzt nur 10.000 Käufer haben werden, ist die Gewinnchance sehr hoch“, erklärt Kai Mann.

**Reiner Meutsch
Stiftung Fly & Help
Fortsetzung des Spendenprojekts
aus dem vergangenen Jahr**

Jedes Ticket hilft Kindern in aller Welt: „Das Frankfurter Oktoberfest baut auch 2024 eine Schule mit der Reiner Meutsch Stiftung Fly & Help“, berichtet Kai Mann. „Pro verkauftem Ticket spenden wir einen Euro an die gemeinnützige Stiftung, die sich für Bildung und Erziehung von Kindern und Jugendlichen engagiert. Unsere Spende fließt in den Bau einer Schule in der Dominikanischen Republik.“ Wenn alles nach Plan läuft, könnten es sogar, mit der Hilfe vom RTL - Wir helfen Kindern, zwei Schulen jedes Jahr werden. Aktuell wird eine neue Destination eruiert. Die Frankfurter Oktoberfest-Macher arbeiten dran. Informationen zur Stiftung und zum Projekt gibt es unter www.fly-and-help.de. Fotos: BT



vom 6. September bis 8. Oktober 2023



EULER GROUP
präsentiert

Festhalle
HAUSMANN

Veranstalter



Partner

Jetzt schnell
TICKETS
sichern!



powered by
**REDDY
KÜCHEN**

GLOBUS
Eschborn

condor

www.frankfurter-oktoberfest.de

Infos: Tel. 061 04 - 600 36 36 (Mo. – Fr. 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr)



GEKKO HOUSE
FRANKFURT



DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

ERHART
HAUSTECHNIK

VILLA RESORTS
MALDIVES



Unsere Partnerbetriebe
werden gefördert von:
DHCmedia



stadtleben.de
...wissen, was Sie tun!



Hörversorgung speziell für Kinder

Ratgeber Gesundheit: Hörminderung bei Kindern erkennen und richtig versorgen

(DJD-K). Eine Hörminderung ist die häufigste angeborene Sinnesstörung. Die Hörakustik ist so weit fortgeschritten, dass fast alle Einschränkungen beim Hören von Kindern behandelt werden können. Hörakustiker und Hörakustikerinnen, die sich auf die Versorgung von Kindern mit Hörminderung spezialisiert haben, heißen Pädakustiker und Pädakustikerinnen. „Je früher Kinder bei einer Hörminderung unterstützt werden, desto besser kann die Hör- und Sprachentwicklung verlaufen“, so Anja Dreßen, Hörakustikmeisterin und Pädakustikerin bei Geers. Sobald Eltern Anzeichen für eine Hörminderung feststellen, sollten sie zuerst einen Kinder- oder HNO-Arzt aufsuchen, der einen Hörtest durchführt. „Ist ein Hörgerät nötig, wird es vom Pädakustiker programmiert und ans Gehör des Kindes angepasst“, so Dreßen.



Pädakustikerinnen und -akustiker können moderne Hörgeräte programmieren und optimal an das Gehör des Kindes anpassen.

Foto: dj-d-k/Geers/Getty Images/Zinkevych

Sudoku | Rätsel

Auflösungen
der KW 31

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

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

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

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

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



leidlich, erträglich			englisch: das ist	Abstell- räume	die 'ewige Stadt'	Dienst- bezeich- nung			'Jesus' im Islam	Frauen- kurz- name	örtlich		Ostsee- bad	persön- liches Fürwort	Seiten- teil des Dachs	süddt.: Hausflur	Abk.: Neutron		
									ver- künden										
Stimm- bezirk			Haupt- schlag- ader						Figur in 'Akte X'		Sitz des Denkver- mögens								
Baum- teil						Flaggen		Betragen									Männer- kurz- name		
			Violinen- spieler		wind- arm					hervor- ragend				eine Druck- farbe		Gewürz			
Frage- wort		Stadt a. d. Weißen Elster				Geburts- ort Einsteins				ugs.: Furcht			Null beim Roulett						
Zeit- messer						fahrend- des Volk			Ruinen- stadt am Euphrat										
					Motto	Bücher- gestell							Nahrung des Wildes		spa- nisch: ja				
nicht groß	Drüsen- abson- derung	Reit- figur		Porzel- lanver- zierung					Start- phase		Kobold						Mainzel- männ- chen		
Kosten, Aus- lagen						Teil des Hauses		Kinder- frau					lauff						
				Ruhe, Schwei- gen		Fast- nacht									Vorname des Sän- gers Illic				
Wasser- strudel			franz. Königs- anrede					Kosmos			span. Formel 1- Pilot		EDV- Einheit						
raten, herum- raten								Berliner Politiker † (Otto)		asiat. Staaten- verbund							deutlich machen		
engl. Männer- kurzname						Paarungs- zeit beim Hirsch		Schmutz- wasser- lache					Frucht- getränke		ein- farbig				
			Männer- name		erlernte Tätigkeit					kyrilli- sches Alphabet		erster König Israels							
Vorname der Lemper	einebnen	Ton- qualitäts- störung						Gefolge	Mutter Marias						Kurort in Belgien				
Erd- achsen- punkte					Debüt- werk	Vertreter des Kalifen													
Strom- schnelle		Meeres- säuge- tier		Wasser- vogel				Dauer- bezug (Kw.)					kleine Deich- schleuse			Ereignis- kette			
										sibir. Grenz- strom		Hoheits- gebiet							
ein Boots- teil			starker Zweig			Grund- schlepp- netz		Anteils- schein							med.: Harnstoff				
				Märchen- gestalten		Papst- krone						Autoren- verband		german. Gott					
Sultanat auf Borneo			Liebelei					Kfz-Z. Erlangen		Mehr- zahl									
					franzö- sisch: dich		franz. Departement						Buß- empfin- dung						
			Alarm- auf- hebung										US-Mili- tärsender						
Teil des Fußes		Fisch- fang- gerät						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Anzeigen | Markt

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

Ankauf von:
Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn-
gold, Goldschmuck, Münzen,
Perrücken, Puppen, Leder- und
Krokotaschen, Figuren, Eisen-
bahnen, Ferngläser, Bleikristalle,
Bilder, Zinn, Modeschmuck, Sil-
berbesteck, Bernsteinschmuck,
Krüge, Teppiche, Porzellan,
Schallplatten, Nähmaschine, Bü-
cher, Uhren, Möbel, Gardinen,
auch Haushaltsauflösungen, kos-
tenlose Beratung u. Anfahrt so-
wie Wertschätzung. Zahle ab-
solute Höchstpreise, 100% seri-
ös u. diskret, Barabwicklung vor
Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr
☎ 06104/9879935

Frau Milli kauft: Pelze, Nerze aller
Art, Kleidung, Schreib- und Näh-
maschinen, Bilder, Porzellan, Blei-
kristall, Uhren, Teppiche, Brücken,
Krüge, Münzen, Bernstein, Silber
aller Art, Silberbesteck, Alt- und
Bruchgold, Zahngold, Gold-
schmuck, Modeschmuck, Leder-
und Krokotaschen, Antiquitäten,
Messing, Gardinen, Möbel, Schall-
platten, Orden, Ferngläser, Pup-
pen, Briefmarken. Kompl. Nachlässe
aus Haushaltsauflösungen. Kos-
tenlose Beratung u. Wertschät-
zung. Zahle bar vor Ort. Täglich:
7.30 - 21 Uhr, auch am Wochenen-
de. ☎ 069 - 59772692

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

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

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

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

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

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

Trapezbleche 1. Wahl + Sonder-
posten aus eigener Produktion,
TOP-Preise, cm-genau, 98646
Eishausen, Straße in der Neu-
stadt 107, bundesweite Lief-
erung! ☎ 03685 - 409140.
5% Online-Rabatt sichern.
www.dachbleche24.de

Stellen

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

**40-jährige Pflegehelferin aus Ru-
mänien sucht neue Betreuungs-
stelle in Privathaushalt!** Ich be-
treue seit vielen Jahren ältere Men-
schen daheim. Weder trinke ich Al-
kohol, noch rauche ich Zigaretten.
Nur langfristig! Bitte nur seriöse An-
fragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 -
2452024

ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40
info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH
Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Alldrink, AWG,
Globus, Hellweg, HIT, Lebenslust,
LIDL, Möbel Kempf, Netto, Norma,
Schäfer Dein Bäcker,
Thomas Philipps, XXXLutz

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: Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen
06104 66720-40 - info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas - Angelika Hofferberth
Redaktion: Beate Tomann
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,
Seligensstadt, 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, Druck- und Pressehaus Naumann
Anzeigensatz GmbH & Co. KG
und Druck: 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 ein-
gesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Ge-
winnspielen 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



Rhein Main Verlag

12

Zeitungen

29

Ausgaben

708T

Haushalte



Südhessen in einem Verlag

**meine
südhessen**

Rodgau Zeitung

**HEIMATBLATT
RÖDERMARK**

**MÜNSTERER
ANZEIGEBLATT**

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

Gerauer Rundblick
RODERTALREISE

**NEUE ZEITUNG
OBERTSHAUSEN**
Unsere Heimat

LOKALANZEIGER

**EPPERTSHAUSENER
ANZEIGEBLATT**

**NEUE NACHRICHTEN
BESSUNGER**

**Odenwälder
Journal**

DER ISEBORJER 

www.rheinmainverlag.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