



Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.
Foto: Jerzy Gorecki/Pixabay

Die Kraft der Natur Heilpflanzen und ihre Wirkung

Noch Termine frei !!!

Wir führen aus:

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

GAWE-BAU
Auf der Beune 9
64839 Münster

**40 JAHRE
JUBILÄUM**

TEL. 06071 / 391991
www.gawe-strassenbau.de
500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

Alle E-Paper,
Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und
mehr lesen auf
www.rheinmainverlag.de

**REWE CENTER
Egelsbach
Dein Markt**

Jetzt REWE App downloaden:
Laden im

REWE Jubelwochen:
Jetzt Knaller-Angebote entdecken und mit den App Coupons extra sparen und jubeln!

Extra Rabatt
auf ausgewählte Produkte

Coupon aktiviert

REWE Dein Markt

Barilla
Pasta versch.
Ausformungen,
je 500-g-Pckg.
(1 kg = 1.98)

Knaller
0.99

Barilla
Pesto alla
Genovese
je 190-g-Glas
(1 kg = 10.47)
oder Pesto
Rosso
je 200-g-Glas
(1 kg = 9.95)

Aktion
1.99
1.89
(1 kg = 9.95/9.45)

Preis mit App Coupon

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77.

Die Kraft der Natur: Heilpflanzen und ihre Wirkung

(DRM). Seit Jahrhunderten vertrauen Menschen auf die Heilkraft der Natur, um verschiedene Gesundheitsprobleme zu behandeln. Heilpflanzen sind reich an bioaktiven Verbindungen, die eine beeindruckende Bandbreite von gesundheitlichen Vorteilen bieten können.

Kamille (*Matricaria chamomilla*)

Die Kamille ist eine der bekanntesten und am häufigsten verwendeten Heilpflanzen weltweit. Sie wird oft zur Linderung von Magen-Darm-Beschwerden, Entzündungen und Schlafstörungen eingesetzt. Die beruhigenden Eigenschaften der Kamille sind auf ihre entzündungshemmenden und krampflösenden Verbindungen zurückzuführen. Ein Kamillentee vor dem Schlafengehen kann dazu beitragen, Schlaflosigkeit zu bekämpfen und Entspannung zu fördern.

Lavendel (*Lavandula angustifolia*)

Lavendel ist nicht nur für seinen beruhigenden und wohltuenden Duft bekannt, sondern auch für seine beeindruckende Heilwirkung. Das ätherische Öl des Lavendels wird oft zur Stressreduzierung und zur Förderung der Entspannung verwendet. Es kann auch bei Kopf-

schmerzen und Migräne, sowie bei Hautproblemen wie Verbrennungen und Insektenstichen, helfen.

Kurkuma (*Curcuma longa*)

Kurkuma ist eine Wurzel, die für ihre entzündungshemmenden Eigenschaften bekannt ist. Der Hauptwirkstoff in Kurkuma, Curcumin, hat antioxidative und entzündungshemmende Effekte. Es wird oft zur Linderung von Gelenkschmerzen, zur Förderung der Verdauung und zur Unterstützung des Immunsystems verwendet.

Echinacea (*Echinacea purpurea*)

Echinacea, auch als Sonnenhut bekannt, wird oft zur Stärkung des Immunsystems eingesetzt. Diese Pflanze enthält Verbindungen, die die Produktion von weißen Blutkörperchen stimulieren und so die Abwehrkräfte des Körpers stärken.

Ingwer (*Zingiber officinale*)

Ingwer ist nicht nur eine beliebte Gewürzpflanze, sondern auch eine effektive Heilpflanze. Die entzündungshemmenden Eigenschaften können bei der Linderung von Magen-Darm-Beschwer-



Foto: Silvia / Pixabay

Seit Jahrhunderten vertrauen Menschen auf die Heilkraft der Natur, um verschiedene Gesundheitsprobleme zu behandeln. Heilpflanzen sind reich an bioaktiven Verbindungen, die eine beeindruckende Bandbreite von gesundheitlichen Vorteilen bieten können.

Initiative Tierwohl: Eine Sorge weniger

ANZEIGE

Stress beim Einkaufen? Das Label der Initiative Tierwohl gibt Orientierung beim Kauf von Fleisch und entlastet

Neue Studien¹ belegen: Eltern fühlen sich belastet. Laut Familienbelastungsbarometer empfinden 22 Prozent der Eltern die Vereinbarkeit von Familie und Job als Herausforderung. Stressfaktoren wie Klimakrise und Inflation tun ihr Übriges.

Das Einkaufsdilemma

Hinzu kommt, dass Lebensmittel extrem teuer geworden sind: Im Juli stiegen die Preise um 11 Prozent². Daneben erschwert der Aspekt der Verantwortung die Kaufentscheidung: 81 Prozent der Deutschen achten beim Kauf von Lebensmitteln außerdem auch auf Kriterien wie Umwelt, Soziales oder gute Unternehmensführung.³

Dass wir unsere Kaufentscheidungen überdenken, ist gut und wichtig – führt aber auch zu noch mehr Stress. Wir stehen ratlos

zwischen unverpacktem konventionellem Gemüse und dem in Plastik eingeschweißten Bio-Pendant. Oder vor Fleisch in vier Haltungsstufen mit diversen Siegeln. Dazu kommt Zeitstress, es warten noch To-dos wie der Kinderfahrdienst. Doch wie erkennt man ganz einfach „gute“ Lebensmittel?

Schnelle Entscheidung dank Tierwohl-Label

In den meisten Supermärkten finden Verbraucher Fleisch mit dem Siegel der Initiative Tierwohl. Es markiert Produkte mit mehr Tierwohl zu einem erschwinglichen Preis. Einfach zu erkennen an der gelben Farbe und dem blauen Haken. Dahinter steht eine Tieraufzucht unter Bedingungen, die besser sind, als das Gesetz es vorschreibt. Unabhängige Kontrollen sorgen für gute Qualität. Mit nur einem Blick ist klar: Das

ist die richtige Wahl. Der gesunde und tierfreundliche Einkauf ist schnell erledigt. So entlastet das Label im Alltag. Unkompliziert und bezahlbar. Besser kann so einfach sein.



¹ AOK-Familienstudie ² Bundesamt für Statistik ³ PwC

den wie Übelkeit und Erbrechen helfen. Ingwer wird auch zur Unterstützung des Immunsystems eingesetzt und kann die Durchblutung fördern.

Die oben genannten Heilpflanzen sind nur einige Beispiele für die vielfältigen Möglichkeiten, wie die Natur zur Gesundheit und zum Wohlbefinden beitragen kann. Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass Heilpflanzen nicht immer für jeden geeignet sind und Wechselwirkungen mit Medikamenten auftreten können.

Bevor Sie Heilpflanzen verwenden, sollten Sie daher immer Rücksprache mit einem Arzt oder Naturheilkundler halten, um sicherzustellen, dass sie für Ihre individuellen Bedürfnisse sicher und geeignet sind.

**REWE
CENTER
EGELSBACH
Dein Markt**



REWE Jubelwochen: Jede Woche Knaller-Angebote und mit den App-Coupons extra sparen!



**Rinder-Rouladen,
-Braten oder -Gulasch**
Jungbullenfleisch
aus der Keule,
je 100 g

Aktion
0,99



Für bessere soziale
Bedingungen



**REWE
Beste
Wahl**

Bananen
je 1 kg

Aktion
1,79



**Lorenz
Erdnuß Locken**
Classic,
je 175-g-Btl. (1 kg = 6.34)
oder Sallletts Sticks
Classic
je 250-g-Pckg.
(1 kg = 4.44)

Aktion
1,11



**Jack Daniel's
Tennessee
Whiskey**
40% Vol.
oder Honey
35% Vol.,
je 0,7-l-Fl.
(1 l = 22.84)

Aktion
15,99



**Dr. Oetker
High Protein
Grießpudding**
je 400-g-Becher
(1 kg = 4.98)
oder Sahnepudding
oder
Rote Grütze
je 500-g-Becher
(1 kg = 3.98)

Knaller
1,99
1,88
(1 kg = 4.70/3.76)



**Coca-Cola*,
Coca-Cola Zero*, Fanta
oder Sprite Mischkasten**
versch. Sorten,
*koffeinhaltig,
je 12 x 1-l-Fl.-Kasten
(1 l = 0.79)
zzgl. 3.30 Pfand

Knaller
9,49



**Senseo
Kaffeepads Classic**
je 111-g-Btl.
(1 kg = 16.13)
oder Jacobs
Crema Pads
je 118-g-Btl.
(1 kg = 15.17)

Knaller
1,79
1,69
(1 kg =
15.23/14.32)



**Dallmayr
Prodomo**
versch. Sorten,
gemahlener
Bohnenkaffee,
je 500-g-Pckg.
(1 kg = 10.58)

Aktion
5,29



**Ferrero
Rocher**
je 200-g-Pckg.
(1 kg = 12.45)

Aktion
2,49

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter www.rewe.de oder der Telefonnummer 0221 - 377 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-OKO-006.

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.

Kurt-Schumacher-Ring 4 • 63329 Egelsbach
Für dich geöffnet von Montag bis Samstag von 7 bis 22 Uhr



Die REWE-App
Alle Angebote
immer dabei.



rewe.de



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

Ein Selfie von Gott?!

von Pfarrer Michael Zlamal,
Evangelische Kirchengemeinde
Obertshausen

Liebe Leserinnen und Leser, haben Sie schon mal ein Selfie von sich gemacht? Also einfach mal das Smartphone genommen, die Hand ausgestreckt, die ideale Position gesucht und sich dann selbst fotografiert?

Heute gehören Selfies zum Standard der virtuellen Kommunikation, und zwar längst nicht mehr nur bei der jungen Generation!

Es gibt ganze Tutorials auf YouTube wie man das beste Selfie von sich

Nach biblischem Verständnis soll der Mensch als Mann und Frau ein Abbild Gottes sein, ein Ebenbild Gottes, ein Selfie von Gott. Leider hat er sich mit dieser Rolle nicht zufriedenen gegeben: Statt Abbild, Selfie, Repräsentant Gottes wollte er sich selbst zu seinem Gott machen. Über das Selfie Gottes hat sich ein Filter gelegt, der das Bild trübt und unscharf macht:

Täglich werden uns diese getrübt Bilder vor Augen geführt: Egoismus, Gleichgültigkeit, Ungerechtigkeit, Streit, Hass, Krieg, Terror.

Aber mitten hinein in diese Galerie von Horrorbildern hat Gott vor über



**04. OKT
2023**

Beginn 18 Uhr



INFOABEND GEBURTSHILFE

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne

Die Geburt eines Kindes ist ein natürliches und sehr persönliches Ereignis. Die geburtshilfliche Klinik der Asklepios Klinik Langen lädt Sie herzlich zum Infoabend ein. Chefarzt Dr. Krapfl und sein Team präsentieren die Abläufe einer Geburt und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Anmeldung & Information unter:
Tel.: 06103 / 912-615 07

gyn.langen@asklepios.com
www.asklepios.com/langen



**Eine
Anmeldung ist
erforderlich.**

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

hinbekommt. Die Bilder werden sofort an Freunde und Bekannte übermittelt. Manche erscheinen auch vorschnell und unbedacht in sozialen Netzwerken.

Ich frage mich: Wie würde es aussehen, wenn Gott ein Selfie von sich aufnehmen würde?

Die Bibel gibt auf ihren ersten Seiten, lange bevor man an Smartphones gedacht hat, eine Antwort auf diese Frage. Dort heißt es:

„Dann sagte Gott: »Jetzt wollen wir den Menschen machen, unser Ebenbild, das uns ähnlich ist. Er soll über die ganze Erde verfügen: über die Tiere im Meer, am Himmel und auf der Erde.« So schuf Gott den Menschen als sein Abbild, ja, als Gottes Ebenbild; und er schuf sie als Mann und Frau.“ (1. Buch Mose, Kapitel 1, Vers 26-27).

2000 Jahren ein neues Selfie von sich veröffentlicht: Jesus Christus! Jesus trat den Menschen gegenüber und sagte:

„Wer mich sieht, der sieht den, der mich gesandt hat.“ (Johannes-Evangelium, Kapitel 12, Vers 45). Das heißt nichts weniger als: Er ist DAS vollkommene Selfie Gottes und gleichzeitig eines mit Gott.

Und Jesus ist nicht einfach ein Selfie von Gott, das im Album der Geschichte klebt. Durch sein Leben hat er uns vorgelebt, wie ein Leben als Selfie Gottes aussehen kann. Durch seinen Tod am Kreuz hat er den trüben Filter überwunden, der Gottes Herrlichkeit in unserem Leben unscharf gemacht hat. Er lädt uns ein, ihm zu vertrauen und neu aus der Gewissheit zu leben:

DU bist ein Selfie Gottes! Foto: Privat

Die besondere Verbindung zwischen Mensch und Hund



Foto: Reinhard Thraier/Pixabay

(DRM). Die besondere Freundschaft zwischen Mensch und Hund ist eine Verbindung, die bereits über Jahrtausende hinweg besteht. Hunde haben die Fähigkeit sich auf bemerkenswerte Weise auf menschliche Emotionen einzustellen. Sie können Freude, Traurigkeit, Angst oder sogar körperlich bedenkliche Zustände erkennen.

Der Retter in der Not

Tiere können weit mehr als nur süß aussehen. Als Rettungshunde sind sie oft die ersten, die bei Naturkatastrophen zur Stelle sind. Mit ihrem ausgezeichneten Geruchssinn können sie Überleben-

de in den Trümmern oder unter Lawinen aufspüren und so wertvolle Zeit bei Rettungsaktionen sparen.

Sogenannte Diensthunde werden speziell ausgebildet, um eingeschränkte Menschen zu unterstützen und ihren Besitzern so ein unabhängigeres Leben zu ermöglichen. Sie können Türen öffnen, Schalter betätigen oder sogar medizinische Notfälle erkennen. Besonders bei blinden Personen oder bei solchen, die unter Diabetes leiden, werden die Tiere oft zum Alltagsbegleiter. Sie dienen dabei nicht nur als Helfer, sondern sind auch eine emotionale Stütze für ihre Herrchen.

Mehr als nur ein Haustier

Vor allem in Familien werden Hunde meist nicht einfach als ein Haustier, sondern als ein festes Familienmitglied gesehen und dabei nehmen sie vielfältige Rollen ein. Egal ob Spielkamerad für Kinder, bester Freund für Teenager oder Trostspender für ältere Menschen, Hunde sind wahre Alleskönner. Außerdem sind sie für viele Menschen eine Motivation sich mehr zu bewegen. Je nach Rasse haben die Tiere ein unglaubliches Verlangen nach Auslauf und Spaß. Sind sie dann erstmal ausgepowert sind sie aber auch sehr gut darin nur da zu sein, damit wir Menschen uns nicht mehr so alleine fühlen.



Wenn's gut werden muss.

Highlight-Angebote
des Monats!



weber

statt 1299,-

699,-

Gasgrill 'Genesis S-325 S'

Hauptgrillfläche 68 x 48 cm, **11,4 kW**, 3 getrennte, stufenlos regelbare Brenner, robuste, einfach zu reinigende Gusseisen-Grillroste, mit **3,8 kW** starker Sear Zone für perfekt gegrillte Steaks, Grillroste kompatibel mit Weber Crafted System

29056017



weber

statt 689,-

599,-

Gasgrill 'Spirit E-325S GBS'

Hauptgrillfläche 61 x 45 cm, **11,58 kW**, 3 individuell regelbare Edelstahlhauptbrenner, porzellanemaillierte Gusseisen-Grillroste mit Sear-Grate-Einsatz, **2,2 kW** starke Sear Zone zum scharfen Anbraten von Steaks

27929690

Alle Angebote nur gültig bis 07.10.2023 im Fachzentrum Bad Vilbel auf vorrätige Ware, solange der Vorrat reicht.

BAUHAUS

61118 Bad Vilbel, Zeppelinstraße 25

Folgen Sie uns auf:



BAUHAUS GmbH & Co. KG Hessen, Sitz: Albert-Einstein-Straße 1, 34277 Fulda/Brück

Erste Generalisten der Pflege in den Asklepios Kliniken Langen-Seligenstadt schließen Ausbildung ab

Asklepios Psychiatrie Langen richtete dieses Jahr die Examensfeier aus

LANGEN (PM). Aktuell finden bundesweit die Examen für die ersten „Generalisten“ in der Pflege statt. Das was früher Gesundheits- und Krankenschwestern, Altenpfleger oder Kinderkrankenschwestern waren, wurde ab 2020 in einer generalistischen Ausbildung zusammengefasst und endet nun mit den ersten Ausbildungsgängen mit der Berufsbezeichnung Pflegefachfrau oder Pflegefachmann.

Die Asklepios Kliniken Langen und Seligenstadt und die Asklepios Psychiatrie Langen bilden gemeinsam

mit dem Asklepios Bildungszentrum Dreieich bereits seit vielen Jahren erfolgreich neue Pflegekräfte aus. In diesem Jahr erstmals mit der neuen Berufsbezeichnung.

Ein Jahr vor der neuen Berufsbezeichnung wurde zudem die Möglichkeit geschaffen, die Ausbildung, damals noch als Gesundheits- und Krankenpfleger*in in Teilzeit und dafür um ein Jahr verlängert zu absolvieren. Eine Chance insbesondere für Menschen, die z.B. auf Grund Kindererziehung nur eingeschränkt einsetzbar sind, eine qua-

lifizierte Ausbildung zu erhalten und die Pflegeberufe zu bereichern. Dem allgemeinen Fachkräftemangel, der auch in der Pflege deutlich zu spüren ist, kann im Wesentlichen nur mit einer fundierten Ausbildung begangen werden. Pflege ist ein hochqualifizierter Beruf, der viele Möglichkeiten in der persönlichen Entwicklung bietet und gleichzeitig seine Erfüllung in der Hilfe für den Menschen findet. Das dies bei den Auszubildenden ankommt, zeigen die vielen guten Abschlüsse in der diesjährigen Ausbildung und

führt letztlich zu einer verbesserten Personalsituation in den Kliniken.

In einer Feierstunde am 21. September 2023, deren Ausrichtung rollierend diesmal die Asklepios Psychiatrie Langen übernommen hatte, wurden den künftigen Pflegefachkräften ihre Examensurkunden überreicht. Das extra hierfür aufgebaute Zelt in der Grünanlage der Asklepios Klinik Langen hat hierfür den angemessenen Rahmen geboten und den neuen Fachkräften die Möglichkeit im Anschluss ausgiebig zu feiern.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung


Rhein Main Verlag

Energiekosten sparen mit neuen Fenstern und Haustüren von LÖWE.

Jetzt schnell staatliche
Förderung sichern!

Einfach Beratungstermin
vereinbaren. Auf Wunsch auch
gerne bei Ihnen zu Hause.
Telefon: 06074-9171090



 **MADE IN
KLEINWALLSTADT**

www.loewe-fenster.de

Besuchen Sie unsere Ausstellungen
von 6:00 bis 22:00 Uhr



LÖWE Fenster Löffler GmbH
Werkseigene Verkaufsniederlassung
mit Ausstellung
Albert-Einstein-Straße 26
63322 Rödermark/Ober-Roden
Tel. 06074-9171090

Verkauf mit Ausstellung und Produktion
Siemensstraße 4
63839 Kleinwallstadt
Tel. 06022-66300
info@loewe-fenster.de

 **LÖWE**
Fenster & Türen
Qualität seit 1898
Direkt vom Hersteller

Die Gefahr hinter Energy-Drinks

(DRM). Um effektiver zu arbeiten oder zu lernen werden oftmals Energy-Drinks verwendet. Insbesondere Jugendliche und junge Erwachsene nutzen Getränke wie Red Bull zur Leistungssteigerung oder zur Überwindung von Müdigkeit. Doch die Energie-Getränke bringen Gefahren mit sich.

Zum einen kann der hohe Koffeingehalt, vor allem bei Jugendlichen, zu erhöhter Nervosität, Angstzuständen, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit oder auch Hyperaktivität führen. Diese Überstimulation des Nervensystems kann sich schon nach wöchentlichem Gebrauch solcher Getränke bemerkbar machen.

Gesundheitliche Probleme

Übergewicht, Diabetes und Zahnverfall sind die langfristigen Folgen des Konsums von Energy-Drinks. Diese enthalten nämlich oft hohe Mengen an Zucker, künstlichen Aromen, Farbstoffen und anderen chemischen Stoffen.

Auch Herz-Kreislauf-Probleme treten im Zusammenhang mit den Energie-Getränken oft auf. Herzrhythmusstörungen, Herzinfarkte, Schlaganfälle, sowie erhöhter Blutdruck werden oft mit einem übermäßigen Konsum von Energy-Drinks in Verbindung gebracht.

Ebenso kann der Effekt dieser „Wach-Mach“-Getränke dazu führen, dass Menschen ihre Müdigkeit übergehen und sich infolgedessen überanstrengen. Dies kann zu Erschöpfungszuständen oder sogar zu Unfällen im Straßenverkehr führen.

Das Missbrauchspotenzial bei Jugendlichen ist hoch

Aufgrund aufputschender Wirkung und des hohen Koffeingehalts besteht bei den Energy-Drinks insbesondere bei Jugendlichen ein ernstzunehmendes Potenzial für Missbrauch.

Foto: Joenomias Menno de Jong auf Pixabay

Der übermäßige Konsum von Zucker ist zu einer der größten Gesundheitsgefahren unserer Zeit geworden. Studien zeigen, dass ein hoher Zuckerkonsum mit einer Vielzahl von Krankheiten wie Diabetes, Fettleibigkeit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und sogar Krebs in Verbindung gebracht wird.



Geburtshilfe-Infoabend der Asklepios Klinik Langen

LANGEN (PM). Mit einem äußerst kompetenten Team steht die Abteilung Geburtshilfe in der Asklepios Klinik Langen rund um die Uhr den Müttern und Säuglingen zur Verfügung.

Der Fachbereich unter Leitung von Chefarzt Dr. Eckart Krapfl besteht aus Fach-Ärzten und -Ärztinnen sowie Hebammen, die über jahrelange Erfahrungen auf dem Gebiet der Geburtshilfe verfügen.

Bei einem Infoabend am Mittwoch, 4. Oktober, um 18 Uhr in der Asklepios Klinik Langen können sich werdende Mütter und Väter ausführlich



von den Experten informieren lassen. Eine Anmeldung ist erforderlich unter Tel. 06103/91261507 oder gyn.langen@asklepios.com.

Foto: Asklepios

Patientenakademie

Do., 05. Okt. 2023, 18.00 Uhr
Alkohol – Genuss oder Abhängigkeit?

Referent: PD Dr. med. H. Scherk,
Chefarzt der Asklepios Klinik für Psychische Gesundheit Langen,
Ort: Neue Stadthalle Langen,
Tagungsraum 2



LANGEN (PM). Ein Gläschen Wein oder Bier – das gehört für viele Menschen zu einem wohlverdienten Feierabend dazu. Denn viele alkoholische Getränke schmecken einfach gut und wirken in geringen Mengen entspannend und angstlösend. Dass zu viel Alkohol ungesund ist und abhängig machen kann, ist meist bekannt. Doch wo ist die Grenze zwischen Genuss, Risiko und Abhängigkeit? Und wie kann eine mögliche Abhängigkeit diagnostiziert und behandelt werden? Was nicht viele wissen: zu einem risikoarmen Konsum zählen für Frauen durchschnittlich ein und für Männer zwei Standardgläser am Tag. Ein Standardglas entspricht dabei lediglich 0,3 L Bier oder 0,125 L Wein. „Doch nicht jeder der hin und wieder mehr trinkt ist alkoholabhängig“, so Dr. Scherk. „Allerdings ist die Grenze zur Abhängigkeit oft fließend und es ist erwiesen, dass übermäßiger Alkoholkonsum nicht nur die Leber schädigen kann“, ergänzt Scherk. So werden z. B. bestimmte Krankheiten ausschließlich durch Alkohol ausgelöst. Es kann eine Degenera-

tion des Nervensystems eintreten, oder auch das Immunsystem kann durch zuviel Alkoholkonsum in seiner Funktion gestört werden, verschiedene Krebserkrankungen werden wahrscheinlicher oder eine Depression kann entstehen. Zusätzlich zu den persönlichen Folgen leidet oft das soziale Umfeld z.B. unter Gewaltausbrüchen, finanziellen Problemen oder sozialer Ausgrenzung durch ein Schamgefühl. „Umso wichtiger ist es, sich bei Anzeichen einer Abhängigkeit Hilfe zu holen“, betont Scherk. Wie eine Alkoholabhängigkeit entsteht, wie sie diagnostiziert werden kann, welche Therapiemöglichkeiten und Anlaufstellen es für Betroffene und Angehörige gibt, all dies sind Themen, auf die Dr. Scherk in seinem Vortrag eingehen wird.

Foto: Asklepios

Anmeldung und Information
Tel.: 06103 / 912 – 40 05
c.rechel@asklepios.com
www.asklepios.com/langen

Der Vortrag findet im Rahmen der Reihe „Patientenakademie Langen“ statt, in der leitende Ärzte der Asklepios Klinik Langen medizinische Themen für Interessierte, Laien und Patienten vorstellen. Auch dieser Vortrag ist für ca. 45 Min. konzipiert, so dass im Anschluss ausreichend Zeit für individuelle Fragen aus dem Publikum und eine rege Diskussion bleibt. Eine Anmeldung ist erforderlich.



O.F.C. KICKERS
AKTUELL

**REINIGUNGS- UND
SERVICELEISTUNGEN**

- Unterhaltsreinigung
- Reinigung jeglicher Art
- Glas- und Rahmenreinigung
- Hausmeisterdienste
- Garten- und Grünpflege
- Winterdienste

Werte reinigen, Werte pflegen, Werte erhalten



Heinrich-Krumm-Str. 9
63073 Offenbach

Telefon: 069 / 80 06 88 53
Telefax: 069 / 83 83 27 30
office@bb-clean-service.de

www.bb-clean-service.de

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung



HEIMSPIEL
UFM BERSCH
DIENSTAG, 03.10.23 19:00 UHR

Fußballclub gegen Knabenchor



KICKERS OFFENBACH

VS.



SPORT & GESANGSVEREIN
FREIBERG

DAS IST OFFENBACH.

STADION AM BIEBERER BERG | WALDEMAR-KLEIN-PLATZ 1 | 63071 OFFENBACH AM MAIN



LEISTUNGSZENTRUM CROWDFUNDING PROJEKT

*Wir für
Offenbach.*



Spendenziel
19.100€

DAS IST OFFENBACH.

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

So gedeihen Basilikum & Co.

(DRM). Frische Kräuter auf der Fensterbank sind zu jeder Jahreszeit ein echter Genuss. Die grünen Pflanzen lassen sich in vielen Mahlzeiten verarbeiten, sehen gut aus und duften in der ganzen Küche wohltuend und lecker. Durch die Zugabe von frischen Kräutern lassen sich viele Gerichte ganz einfach aufpeppen. Die Aufzucht von verschiedenen Küchenkräutern ist in der Regel sehr einfach und bedarf keinen großen Aufwand. Doch welche Kräuter kann man auf der Fensterbank ziehen? Unabhängig von der Jahreszeit lassen sich viele beliebte Küchenkräuter wie Dill, Petersilie, Basilikum oder Thymian hervorragend in der Wohnung ziehen.

Standort

Wichtig ist aber vor allem der Standort: Die Kräuter benötigen viel Licht und sollten besonders im Winter und Frühjahr an einem sonnigen Platz stehen. Die Temperatur sollte nicht zu stark schwanken. Ein Platz direkt über einem Heizkörper sollte aufgrund der trockenen Heizungsluft vermieden werden.

Pflege

Die Erde von Kräutern sollte stets feucht gehalten werden, am besten jeden Tag die Erde mit dem Finger abtasten, ob sie noch feucht ist. Es gilt jedoch Staunässe unbedingt zu vermeiden, da sich sonst Schimmel in der Erde oder den Wurzeln bilden kann. Welkende Blätter können sowohl auf Wassermangel als auch auf Staunässe zurückzuführen sein.

Welche Kräuter wachsen besonders gut?

- **Basilikum:** Die Pflanze liebt besonders warme und sonnige Standorte. Sie benötigt relativ viel Wasser und sollte auch regelmäßig gedüngt werden. Geerntet werden dürfen die frischen Triebspitzen und die Blätter. Unbedingt sollte die Blätter vor der Blüte erfolgen, da während und danach die Blätter einen herben Geschmack erhalten.

- **Petersilie:** Die Pflanze ist recht anspruchslos und benötigt zwar Sonne aber keine direkte Sonneneinstrahlung. Ein Düngen ist nicht notwendig, wenn die Erde ausreichend feucht gehalten wird. Die Blätter können samt Stiele geerntet werden. Jedoch sollten die Herzblätter, die einen dicken Stiel aufweisen, stehen gelassen werden.

- **Dill:** Die Pflanze benötigt einen sonnigen Platz und sollte regelmäßig gegossen werden. Abgesehen von der Wurzel kann man Dill vollständig verzehren. Dill ist einjährig und muss daher jedes Jahr aufs Neue angebaut werden.

- **Thymian:** Das Kraut benötigt einen sonnigen und vor Zugluft geschützten Standort. Die Zweigspitzen können geerntet werden. Das Kraut sollte vor der Blüte geschnitten werden, da zu diesem Zeitpunkt das Aroma am intensivsten ist. Thymian ist ebenfalls in vielen pflanzlichen Arzneimitteln zur Behandlung von Husten enthalten. Thymian kann frisch oder getrocknet verwendet werden.

Foto: Karolina Grabowska



Kräuter lassen sich in vielen Mahlzeiten verarbeiten, sehen gut aus und duften in der ganzen Küche wohltuend und lecker.

• 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

05. OKT 2023
18.00 Uhr

Vortrag für Patienten & Interessierte

ALKOHOL

Genuss oder Abhängigkeit?

Neue Stadthalle Langen, Tagungsraum 2,
Südliche Ringstraße 77, 63225 Langen

Dr. H. Scherk, Chefarzt der Asklepios Klinik für Psychische Gesundheit

Anmeldung und Informationen unter:
c.rechel@asklepios.com
Tel.: 06103 / 912-4005
www.asklepios.com/langen

Eine Anmeldung ist erforderlich.

ASKLEPIOS
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

Anzeigen | Markt

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

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

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

Ankauf von: Pelzen, Alt- u. Bruchgold, Zahn- gold, 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 Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös u. diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo.-So. 8.00-20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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

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

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

ANZEIGEN

Telefon

06104 66720-40

info@rheinmainverlag.de

1A Trapezbleche auf Maß

direkt v. Hersteller.

5% online Rabatt + Lieferung bundesweit

☎ 03685/40914-0

www.dachbleche24-shop.de

Frau Milli kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Zinn, 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

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

Stellen

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

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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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



Beilagen-Hinweis

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

AWG, Autohaus Renker, Autohaus Euler, Autohaus Arscholl, Autohaus Gottron, Edeka, Marktkauf, Alpha Apotheke, Bauhaus, Bauzentrum Andre&Oestreicher, Esser Apotheke, Easy Apotheke, Einhorn Apotheke, Globus, HIT, Hellweg, Hornbach, Kramb Mahr & Schwebel, K&K Schuhe, JYSK, LIDL, Möbel Kempf, Netto, Norma, Rats Apotheke, Reifen Salg, Reifen Merz, Paracelsus Apotheke, Sonnen Apotheke, Schäfer Dein Bäcker, Stadt Apotheke, Thomas Philipps

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, 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, Druck- und Pressehaus Naumann
Anzeigenschluss und Druck: GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen · Tel. 06104-4970-0
Anzeigen: Gesamtpreislise Nr. 36, gültig ab 1. Juli 2013.
Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr
Für die Richtigkeit telefonisch angegebener 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 Werbebotschaftsaufkleber 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

Gut gewappnet durch Herbst und Winter

Immunsystem stärken und topfit in die kalte Zeit starten

(WLM). Obwohl die lästige Erkältungssaison offiziell noch nicht einmal richtig eingeläutet ist, wird man das Gefühl nicht los, dass es an jeder Ecke schneift und niest. Der Schein trügt tatsächlich nicht. Laut Robert-Koch-Institut war die Zahl der Atemwegserkrankungen in der warmen Jahreszeit relativ hoch.¹ Schuld daran kann der sogenannte Rebound-Effekt sein. Weil das Immunsystem aufgrund der Hygiene-Maßnahmen und Kontaktbeschränkungen während der Corona-Zeit kaum mit Erkältungen zu tun hatte, ist es jetzt – oder besser gesagt: immer noch – schlichtweg aus dem Training gekommen. Höchste Zeit also, der Abwehr unter die Arme zu greifen. Die Spezialkombination immunLoges® enthält die hochwertigen Naturstoffe Spirimun® aus einer Spirulina-Alge und Betox-93® aus Hiratake-Pilzen. Diese werden kombiniert mit den immunrelevanten Vitaminen C und D sowie Zink und Selen, die eine sinnvolle Unterstützung für die ganze Familie bieten können*.

Ein gut funktionierendes Immunsystem ist Voraussetzung dafür, grippale Infekte erfolgreich abzuwehren. Dennoch tun wir tagtäglich Dinge, die unsere Immunzellen schwächen können. Neben Schlafmangel, zu wenig Bewegung und vitalstoffarmer Ernährung zählt vor allem Stress zu den größten Feinden des Immunsystems. Job, Haushalt, Kinderbetreuung – viele Menschen stehen gerade in der Lebensmittelebene ständig unter Strom. Kehrt dann plötzlich Ruhe in den turbulenten Alltag ein, schwächt dieser Wechsel die Abwehr für ein oder zwei Tage. Genau in dieser Phase kann es dann leichter zu Infektionen mit Symptomen wie Halsschmerzen, Fieber, starke Müdigkeit, Kopfschmerzen

und/oder Übelkeit kommen. Die Erfahrung, ausgerechnet am freien Wochenende oder im Urlaub krank zu werden, macht laut Studie etwa jeder fünfte Deutsche.² In der Wissenschaft wird dieses Phänomen auch als „leisure sickness“ oder Freizeitkrankheit bezeichnet.

Unterstützung für die Abwehr

Erwischen Infekte erst einmal ein Familienmitglied, haben Erreger oft ein leichtes Spiel und machen schnell die Runde. Kein Wunder, denn wer mit mehreren in einem Haushalt lebt, kann kaum Abstand halten. Dennoch sind wir Viren & Co. nicht hilflos ausgeliefert. Als wichtigste Schutzmaßnahme gilt, die Abwehr der gesamten Familie zu unterstützen und zu stärken. Neben ausreichend Schlaf, Entspannung und ausgewogener Ernährung können auch spezifische Mikronähr- und Pflanzenstoffe einen wichtigen Beitrag dazu leisten, das Immunsystem aller Familienmitglieder zu aktivieren und gemeinsam gesund und fit durch die Erkältungs- und Grippe-Saison zu kommen. immunLoges® gibt es als Saft, trinkfertig mit Fruchtgeschmack für Kinder ab vier Jahren sowie als Kapseln für Jugendliche ab zwölf Jahren und Erwachsene. Beide Darreichungsformen enthalten den einzigartigen Naturstoff-Extrakt Spirimun® aus einer Spirulina-Alge sowie Betox-93®, einen hochreinen Beta-Glucan-Extrakt aus Hiratake-Pilzen. Ergänzt werden diese besonderen Stoffe mit einer immunrelevanten Basisversorgung bestehend aus Vitamin D, Vitamin C, Zink und Selen. Ideal, um den Immunschutz der ganzen Familie zu aktivieren, statt nur passiv zu versorgen*.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Tiere der Woche

Ella

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.

HTB (PM). Ella ist eine liebenswerte und nette Hündin, trotz allem, was sie schon erlebt hat. Sie wurde mit Ihren Welpen auf die Straße geworfen. Und trotzdem ist sie offen zu allen Menschen. Sie ist verträglich mit anderen Hunden – auch Katzen dürfen in ihrem neuen Zuhause sein.

Ella ist 2 Jahre alt, 39 cm groß und wiegt 10 kg, sie ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: HTB

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



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**

AKTIONSTAGE

Jetzt sparen Sie richtig!

BIS ZU **25%** REDUZIERT
*Details siehe aktuelles Prospekt

ADANA 15 Schwebetürenschrank. Front: Artisan Nachbildung/Spiegel, Korpus: Eiche Artisan Nachbildung, BxHxT: ca. 136x197x61 cm.

379.- ~~669.-~~

JAINA Fleecedecke. Ca. 150x200 cm, meliert, 100 % Polyester.

24.90 je **14.99**

BONES Universal-Stützkissen. Ca. 24x42 cm, Samt-Optik, 100% Polyester, Füllung: Viskoschaum-Stäbchen.

12.99 je **8.99**

REGIS 3 Boxspringbett. Bezug Cord hellgrau, 5-Sterne-Schlafkomfort, ca. 140x200 cm Liegefläche, 55 cm Komforthöhe, Box mit Bonellfederkern / 7-Zonen-Tonnen-Taschenfederkernmatratze / Kaltschaum-Topper.

999.- ~~1799.-~~

Cord - Jetzt voll im Trend!

JAMBO LED-Deckenleuchte. Ca. 50x14x10 cm, Chrom, Silber, 2x LED, 380 lm, 3000K.

29.90 **17.99**

SALLY Kommode. Weiß matt, 2 Türen, BxHxT: ca. 71x76x35 cm.

29.90 ~~39.90~~

SINGARA Funktionssofa. Bezug Webstoff Taupe, mit Funktion und Bettkasten, BxHxT: ca. 212x88x101 cm, Liegefläche ca. 210x140 cm, inkl. Kissen und 2 Klapparmlehnen.

699.- ~~1199.-~~

TOP-PREIS

Schlaffunktion **GESCHENKT!**

FAUSTUS 13 Freischwinger. Bezug Microfaser vintage braun, Gestell Rundrohr schwarz, Rückenlehne mit Quersteppung.

139.- je **89.90**

AMY Esstisch. Akazie massiv lackiert, Gestell Metall schwarz, ca. 160x90 cm, mit Baumkante.

289.- ~~399.-~~

GROSSE FARBAUSWAHL ZUM INDIVIDUELLEN PREIS

SABURO Wohnwand. Front: Hochglanz weiß, Absatz Artisan Eiche Nachbildung, BxHxT: ca. 310x195x40 cm, inkl. Beleuchtung.

759.- **399.-**

PAULINA Polsterecke. Bezug Webstoff dunkelgrau, Stellfläche ca. 280x192 cm, mit Schlaffunktion, Liegefläche ausgezogen ca. 130x210 cm, mit 3 Kopfteilverstellungen und klappbare Armlehne, inkl. 1 Arm- und 1 Zierkissen.

1699.- **1099.-**

Ottomane R+L montierbar **GESCHENKT!**

BELISSA Tafelservice. Porzellan, eckige Form spül- u. mikrowellen geeignet.

36.90 **19.99**

BELISSA Kaffeeservice. Porzellan, eckige Form spülmaschinen u. mikrowellen geeignet.

12-Hq. **44.90** **22.90** **18-Hq.**

ISA Couchtisch. Platte weiß matt lackiert, Füße buchetfarbig massiv, BxHxT: ca. 110x44x60 cm.

79.90 **19.99**

Weihnachtsmarkt ERÖFFNUNG

KELISTA Laterne. Schwarz/matt, ca. 14x28.5x14 cm, Eisen/Glas.

24.99 **13.99**

BURBY LED-Tannenbaum. Ca. 20.5x45x5 cm, schwarz, 40x LED, benötigt 3x AA, Batterien, Metall.

14.99 **9.99**

MOBILE
DER WOHN-SPASS

in Sulzbach/Main bei Aschaffenburg
Mobile Möbelvertriebs GmbH · 63834 Sulzbach/Main
Industriestraße 2 · Tel.: 06021/49 03-0

in Egelsbach direkt an der **A 661**
Mobile Möbelvertriebs GmbH & Co. KG · 63329 Egelsbach
Kurt-Schumacher-Ring 14 · Tel.: 06103/30 07-0

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 10.00 - 19.00 Uhr
Sa: 10.00 - 18.00 Uhr

Liebe Kundinnen, liebe Kunden, wir möchten Sie darauf hinweisen, dass unser Restaurant sowie das Kinderland weiterhin geschlossen bleiben.

f Folgen Sie uns
whatsapp Whatsapp Service
0160 2567647
www.mobile-wohnpass.de