

4. November 2023

Das Leben in und um Dreieich, Auflage 13.873

## DAHLER

**Wir bieten Ihnen** eine kostenlose  
Marktwertermittlung Ihrer Immobilie

DAHLER Hanau/Offenbach T 06182 992 604 [dahler.com/hanau](http://dahler.com/hanau)



Zur Website:



Die Verleihung des Rotary-Preises für soziales Engagement.  
Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.

Foto: BT

### 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](http://www.gawe-strassenbau.de)

500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

## 21. Rotary Sozialpreis

10.000 Euro gingen als Preis für soziales Engagement in die Region

**REWE  
CENTER  
EGELSBACH  
Dein Markt**

**Zauberhafte Disney  
Momente zum Sammeln!**

Hol dir jetzt dein REWE Sammelalbum zum 100. Jubiläum von Disney.

Beim Kauf von  
1 Packung  
1 Stickerpäck-  
chen gratis

**Danone  
Activia Joghurt**  
versch. Sorten,  
je 4 x  
115-g-Becher-  
Pckg.  
(1 kg = 3.46)

**Aktion  
1.59**

Beim Kauf von  
1 Dose  
1 Stickerpäck-  
chen gratis

**Maggi  
Ravioli**  
versch. Sorten,  
je 800-g-Dose  
(1 kg = 1.99)

**Aktion  
1.59**

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

Kurt-Schumacher-Ring 4, 63329 Egelsbach  
Mo bis Sa von 7 bis 22 Uhr

Die REWE-App  
Alle Angebote immer dabei.

[rewe.de](http://rewe.de)

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.  
Nur solange der Vorrat reicht!

45. Woche. Gültig ab 06.11.2023

## 21. Rotary Sozialpreis

2 x 5.000 Euro gingen als Preisgelder für soziales Engagement in die Region



Einen Scheck über 5.000 Euro erhielt die Bürger\*innen Stiftung Heusenstamm.

**LANGEN (LS).** Am 10. Oktober wurde der Rotary-Preis für soziales Engagement in der Region Dreieich von den beiden Rotary-Clubs „Offenbach-Dreieich“ und „Dreieich-Isenburg“ zum 21. Mal verliehen. Die Preisverleihung wurde auf Einladung der Stadt Langen in den Tagungsräumen der eigenen Stadthalle durchgeführt. Bürgermeister Prof. Dr. Jan Werner begrüßte die Gäste und betonte, dass das Engagement der Langener Bürgerschaft nicht wegzudenken sei. Er unterstütze

die ehrenamtlichen Aktivitäten gerne. Im vergangenen Jahr war eine Initiative aus Langen in den Genuss des Preises gekommen. Landrat Oliver Quilling, der auch Schirmherr des Sozialpreises ist, sprach in seinem Grußwort den Preisträgern seine persönlichen Glückwünsche aus. Den beiden ausrichtenden Rotary Clubs überreichte er eine Spende des Kreises für ihre nächsten Projekte. Der amtierende Präsident des Rotary Clubs Offenbach-Dreieich, Stephan Hayler begrüßte alle An-

wesenden. Er erläuterte auch die Bedeutung des Sozialpreises für beide Rotary Clubs.

Wie in den letzten drei Jahren wurden auch dieses Jahr wieder zwei Preisträger gefördert. In diesem Jahr wurde jedoch nicht nur das soziale Engagement insgesamt berücksichtigt, sondern auch ein auf Nachhaltigkeit gezieltes Engagement.

Die Laudatio auf die Preisträger erfolgte dann durch Frau Bettina Carr Allison vom Rotary Club Dreieich-Isenburg für den Senio-

renclub Dreieich mit anschließender Preisverleihung. Die zweite Laudation hielt Thomas Hahn vom Rotary Club Offenbach Dreieich für die Bürger\*innen Stiftung Heusenstamm mit der anschließenden Preisverleihung. Beide ehrenamtlich geprägten Engagements erhielten je 5.000 Euro für ihre zukünftige Arbeit. Erstmals erweiterten die Rotary Clubs ihren Aktionsradius und widmeten einen Preis dem fortschrittlichen Engagement in Heusenstamm.

Im Anschluss stellten die Vertreter der Preisträger das Engagement vor und erzählten über vergangene und zukünftige Projekte. Den Anfang machte der Vertreter des Seniorenclubs. Der Seniorenclub wird von etwa 150 Senioren besucht. Es sei eine Einrichtung, die es möglich macht, die Einsamkeit vieler Senioren zu überwinden. Die Seniorentreffs sind Orte der Begegnung an denen Kontakte geknüpft werden und Lebensqualität durch gemeinsame Aktivitäten gewonnen wird. Belegt wird dies durch die zahlreichen Aktivitäten, die in den insgesamt acht Clubs angeboten werden. Zum Beispiel ein gemeinsames Kaffeetrinken mit Kuchen oder Ausflüge. Von Literaturtreffs über Tanzveranstaltungen bis hin zu gemütlichen Skatrunden - das Seniorenzentrum Dreieich verfügt über ein buntes Programm, um seine Senioren bei Laune zu halten. Sigrid Rebell, Stellvertretende Vorsitzende der Bürger\*innen Stiftung Heusenstamm, stellte ihre erst ein- einhalb Jahre alte Organisation vor, die neben Kooperationen mit Schulen und dem Repair Café, noch viele weitere Naturschutzprojekte in der Planung oder Umsetzung hat. Zum einen wären da die Igel-Häuschen, die den stacheligen Tieren einen Unterschlupf für die Nacht oder die kalten Tage bietet. Es wurden in Kooperation mit Schülern Bienenhotels gebaut. Zum anderen steht das Pflanzen von rund 800 Esskastanien schon fest im Terminkalender des Novembers.

Beide Preisträger bedankten sich sehr für die Förderung und die Auszeichnung durch den Sozialpreis. Damit konnte von den Rotary Clubs durch die Auswahl der Preisträger wieder vorbildliches Handeln geehrt und unterstützt werden.



Der Seniorenclub Dreieich freute sich sehr über die Ehrung und den Betrag von 5.000 Euro.

Fotos: BT

45. Woche. Gültig ab 06.11.2023

**REWE**  
**CENTER**  
**EGELSBACH**  
Dein Markt



**Zauberhafte Disney Momente zum Sammeln!**

Hol dir jetzt dein REWE Sammelalbum zum 100. Jubiläum von Disney.\*



© Disney, © Disney/Pixar  
\*Weitere Informationen im Innentext.

# Deine Angebote. Dein Markt.



2,3-kg-Kiste

Spanien:  
**Clementinen**  
Sorte: siehe Etikett,  
Kl. I,  
je 2,3-kg-Kiste  
(1 kg = 1.45)

**Aktion**  
**3.33**



**Hackfleisch gemischt**  
vom Rind  
und Schwein,  
je 250-g-Pckg.  
(1 kg = 7.96)

**Knaller**  
**1.99**



**Bauer**  
**Fruchtyoghurt**  
versch. Sorten,  
3,5% Fett,  
je 250-g-Becher  
(1 kg = 1.96)

**Knaller**  
**0.49**



**Funny-frisch**  
**Chipsfrisch**  
versch. Sorten,  
je 150-g-Btl.  
(1 kg = 6.60)

**Knaller**  
**0.99**



**Dallmayr**  
**Prodomo**  
versch. Sorten,  
gemahlener  
Bohnenkaffee,  
je 500-g-Pckg.  
(1 kg = 10.98)

**Knaller**  
**5.49**  
**4.99**  
(1 kg = 9.98)



**Delverde**  
**Pasta**  
versch. Ausformungen,  
je 500-g-Pckg.  
(1 kg = 1.78)

**Knaller**  
**0.89**



**Kinder**  
**Riegel**  
je 18 x  
21-g-Pckg.  
(1 kg = 8.81)  
**oder Duplo**  
je 18 x  
18,2-g-Pckg.  
(1 kg = 10.16)

**Knaller**  
**3.33**



**Aperol**  
**Aperitif Bitter**  
11% Vol.,  
je 0,7-l-Fl.  
(1 l = 14.27)

**Aktion**  
**9.99**



**Beck's**  
**Pils**  
versch. Sorten,  
je 20 x 0,5-l-Fl.-  
Kasten (1 l = 1.05)  
zzgl. 3.10 Pfand

**Knaller**  
**10.49**

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

REWE Markt GmbH, Domstr. 20 in 50668 Köln, Namen und Anschrift der Partnermärkte findest du unter [www.rewe.de](http://www.rewe.de) oder der Telefonnummer 0221 - 177 397 77. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

**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](http://rewe.de)

## Verena May ist seit einem Jahr neue kommunale Frauen- bzw. Gleichstellungsbeauftragte der Einhardstadt mit einer positiven Bilanz!

**SELIGENSTADT (RA).** Verena May ist seit September 2022 kommunale Frauen- bzw. Gleichstellungsbeauftragte der Einhardstadt Seligenstadt. Nach dem ersten Jahr mit dieser sensiblen Aufgabe zieht sie eine positive Bilanz.

Regelmäßig kommen Frauen zur Beratung zu ihr ins Nachbarschaftshaus „Am Hasenpfad“, auch telefonisch wird oft ihr Rat gesucht. Vielfach gibt es Überschneidungen mit den Klientinnen im Integrationsbüro, in dem Verena May bereits seit 2014 arbeitet und somit auf viel Erfahrung zurückblicken kann. Es wenden sich beispielsweise Frauen an das Frauenbüro, die in den Gemeinschaftsunterkünften und in sozial geförderten Wohnungen leben. Es kommen aber auch Frauen aus allen anderen Schichten mit unterschiedlichen Anliegen. Dabei geht es insbesondere um die wirtschaftliche Absicherung, Antragshilfe, Schriftwechsel und Vermittlung an unterstützende Ämter und Institutionen. Es gibt aber auch Anfragen zu EDV-Kursen, Selbstverteidigungskursen speziell für



Arbeiten über ein Jahr erfolgreich zusammen: v. l. Bürgermeister Dr. Daniell Bastian, Verena May und Erster Stadtrat Michael Gerheim.

Foto: Stadt Seligenstadt

Frauen, Projekte zu Sprachangeboten (niedrigschwellige Sprachkurse) und vieles mehr.

Neben der Eins-zu-Eins-Beratung organisiert Verena May regelmäßig Veranstaltungen, auch spontan zu aktuellen Themen wie eine Informationsveranstaltung zur Situation der Frauen im Iran im No-

vember 2022. Weitere waren etwa Frauencoaching oder der Internationaler Frauentag. Im Dezember richtet sie zusammen mit Seligenstadts internen Gleichstellungsbeauftragten Jessica Halbritter das Treffen aller dieser Funktion Inhabenden des Kreises Offenbach in der Einhardstadt aus.

Verena May konnte ein Frauennetzwerk auf- bzw. ausbauen. Mit den Teilnehmenden findet monatlich (jeden dritten Freitag von 15 bis 17 Uhr) ein Frauencafé im Nachbarschaftshaus statt. Hier kann in einem geschützten Raum offen gesprochen und erzählt werden, es geht mal ernst und mal entspannt lustig zu. Ziel neben dem Austausch ist das gemeinsame Arbeiten an Strategien und die Planung von Aktionen in und für Seligenstadt.

„Beim Gästempfang der Ahmadiyya Frauengemeinde konnte ich unlängst beeindruckende Frauen kennenlernen und als neue Teilnehmende für das Netzwerk gewinnen“, freut sich May.

Verena May hat Soziale Arbeit mit Schwerpunkt Frauen- und Sozialmanagement studiert. Ihre Beratungszeiten sind donnerstags von 15 bis 17 Uhr sowie nach Terminvereinbarung. Sie finden im Nachbarschaftshaus Am Hasenpfad 31 in Seligenstadt statt. Die Kontaktdaten sind [frauenbuero@seligenstadt.de](mailto:frauenbuero@seligenstadt.de), Telefon 06182- 87 4200, mobil: 0176-46674714.

## „HERZKRANK? Schütze Dich vor dem Herzstillstand!“

Patienteninformationsveranstaltung im Rahmen der Herzwochen der Deutschen Herzstiftung e.V.

Di., 07. Nov. 2023, 18.00 Uhr

Leitung:

Prof. Dr. med, R. Lehmann,  
Chefarzt der Med. Klinik I/  
Kardiologie

Ort: Neue Stadthalle Langen,  
Kleiner Saal

**LANGEN (PM).** Die Langener Kardiologen möchten auch in diesem Jahr zu diesem wichtigen Thema aufklären. In drei Vorträgen beschäftigen sich die Referenten mit dem Thema, welche Patienten gefährdet sind, und welche wirksamen Methoden zur Verhinderung des plötzlichen Herztodes zur Verfügung stehen.

Bei unserer Veranstaltung wollen wir über die relevanten Themen und mögliche Maßnahmen im Gesamten informieren und mit Ihnen diskutieren.

Foto: Asklepios

Programm:

**18:00 Uhr:  
Begrüßung**

Prof. Dr. R. Lehmann, Chefarzt  
Med. Klinik I/ Kardiologie,  
Asklepios Klinik Langen

**18:15 Uhr:**

**Von der Extrasystole zum  
Herztod – Was ist harmlos,  
was muss behandelt werden?**

Priv.-Doz. Dr. med. A. Fürnkranz,  
Sektionsleiter Elektrophysiologie,  
Asklepios Klinik Langen

**18:45 Uhr:**

**Wie die Cholesterinsenkung  
Leben retten kann**

Dr. med. W. Talash, Fachärztliche,  
internistische kardiologische,  
angiologische Schwerpunktpraxis  
Langen

**19:15 Uhr:  
Neues aus der Asklepios  
Klinik: Wie neue Technik und  
Strukturen Leben rettet**

Prof. Dr. R. Lehmann  
Anschließend Diskussion

Anmeldung und Information  
unter:

Tel. 06103 / 912 – 6 13 38  
[le.may@asklepios.com](mailto:le.may@asklepios.com)  
[www.asklepios.com/langen](http://www.asklepios.com/langen)



Der Vortrag findet im Rahmen der Reihe „Patientenakademie Langen“ statt, in der die leitenden Ärzte der Asklepios Klinik Langen medizinische Themen für Interessierte, Laien und Patienten vorstellen. Er 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. Die Veranstaltung findet unter Beachtung der 2G+ Regelung statt.

# Meditation zur Stressbewältigung

(DRM). In unserer hektischen und meist stressigen Welt vergessen viele sich hin und wieder auch ein wenig Zeit nur für sich selbst zu nehmen. Häufig können die Menschen gar nicht mehr richtig mit Stresssituationen umgehen und sind schnell überfordert. Eine bewährte Methode, um seine innere Ruhe wieder zu finden und dem Alltagsstress entgegenzuwirken, ist Meditation.



## Stress besser bewältigen

Das Durchführen einer Meditation kann dazu beitragen, die Ausschüttung des Stresshormones Cortisol zu verringern. Ein niedriger Cortisolspiegel ist mit einem geringen Stressniveau verbunden. Übt man diese Praktiken regelmäßig aus, führt es zu einer dauerhaften positiven Auswirkung. Man reduziert also nicht nur den aktuellen Stress für einen Moment, sondern es führt auch zu einer positiveren Einstellung gegenüber schwierigen Situationen in der Zukunft. Man reagiert gelas-

sener und es fällt einem einfacher mit diesen umzugehen und sie so letztendlich zu bewältigen.

## Die unterschiedlichen Techniken

Je nachdem, was erreicht werden soll, gibt es unterschiedliche Methoden. So gibt es die Achtsamkeitsmeditation, bei der der Fokus auf den gegenwärtigen Moment gelegt wird. Atemmeditationen, um sich auf die Atmung zu fokussieren und so zur Ruhe zu kommen, oder auch Mantra-Meditationen, bei welchen sich ein einzelnes Wort oder eine

positive Aussage leise oder laut vorgesagt wird. Diese drei sind nur ein Bruchteil der vielen Möglichkeiten. Ein wirkliches richtig oder falsch bei der Wahl der Technik gibt es dabei nicht. Womit man letztendlich am besten zur Ruhe kommt, und den stärksten Fokus findet, ist von zu Person zu Person unterschiedlich. Aufgrund der zahlreichen positiven Effekte, die mit einer Meditation erzielt werden können, ist es aber jedenfalls empfehlenswert, sich einmal durch die Techniken durchzuprobieren und diese als eine feste Routine im Alltag zu integrieren.

www.rheinmainverlag.de  
Ihre Onlinezeitung

*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 61 04 9 53 13 15 oder  
www.goldhaus-obertshausen.de

Anzeige

## ARTHROSE



# Pflanzlicher Wirkstoff macht Gelenke wieder beweglich<sup>1</sup>

**Ein pflanzlicher Arthrose-Wirkstoff aus Deutschland überzeugt in klinischen Studien: Die Patienten sind wieder deutlich beweglicher<sup>1</sup> und haben weniger Gelenkschmerzen<sup>2</sup>.**

**R**und 15 Millionen Deutsche leiden an chronischen Gelenkschmerzen – bei der Mehrheit ist Gelenkverschleiß (Arthrose) die Ursache. Eine fühlbare Steigerung der Lebensqualität verspricht ein pflanzlicher Arthrose-Wirkstoff aus Deutschland. Der Pflanzenextrakt nutzt die bekannten positiven Wirkungen der Heilpflanze *Harpagophytum procumbens* und wurde nun mit einer Tagesdosis von 2.400mg als moderne Filmtablette aufbereitet (Apotheke, Gelencium® EXTRACT). In klinischen Studien

**SCHMERZEN GELINDERT**

Erwiesene Linderung der Gelenkschmerzen - Wirkung vergleichbar mit chemischen Schmerzmitteln<sup>2</sup>

**BEWEGLICHKEIT VERBESSERT**

Erwiesene Verbesserung um **+ 35%**<sup>1</sup>

**Für die Apotheke**



**Gelencium® EXTRACT**

75 Tabletten PZN 16236733  
150 Tabletten PZN 16236756  
300 Tabletten PZN 17532250

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

<sup>1</sup>) Wegener. In Phytother. Res., 2003 Dec;17(10):1165–1172. <sup>2</sup>) Chruschak. In Rheumatology (Oxford) 2003;42:141-148; Randomisierte, doppelblinde Head-to-Head Studie; getestet wurde 2.400 mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt gegen Rofecoxib (COX-2-Hemmer, NSAR). Hinsichtlich Zusammensetzung, Extrakt-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag ist das in der Studie verwendete Harpagophytum procumbens-Präparat identisch mit Gelencium Extract.

**Pflichttext: Gelencium® EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten.** Wirkstoff: 600 mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Enthält Lactose und Saccharose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl! GmbH • Alt-Moabit 101 D • 10559 Berlin.

## GESUNDHEIT

## RHEUMA

# Natürliches Arzneimittel


**E**in gut verträgliches Naturarzneimittel mit 4 natürlichen Arzneistoffen (u.a. Rhododendron, Sumpfpfost) begeistert aktuell viele Patienten mit rheumatischen Beschwerden (u.a. Fibromyalgie, Rheuma, Morbus Bechterew). Der spezielle 4-fach Wirkstoffkomplex (Rheumagil®, Apotheke) kommt als wirksame rezeptfreie Ergänzung zur ärztlichen Therapie zum Einsatz und lindert die typischen Schmerzen und Entzündungen ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen.

**Für die Apotheke**

**Rheumagil®**

50 Tabletten PZN 12419750  
150 Tabletten PZN 13417368

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



**Pflichttext: Rheumagil®.** Homöopathisches Arzneimittel bei Rheumatismus. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl! GmbH • Alt-Moabit 101 D • 10559 Berlin.





# Wir suchen ein neues Zuhause

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.



Bailey

Bailey ist ein offener und lieber Hund. Er mag alle Menschen und liebt auch Kinder. Mit anderen Hunden kommt er gut klar. Bailey ist ein Bretone-Mix und dementsprechend mit Jagdtrieb ausgestattet. Er braucht viel Auslauf und auch Beschäftigung. Bailey ist 3 Jahre alt, 50 cm groß und wiegt 20 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert.



Krissy

Über Krissy gibt es wirklich nicht viel zu sagen. Sie liebt einfach alles und jeden. Egal ob Kinder, Hunde, Katzen. Sie ist der perfekte Familienhund. Krissy ist geimpft, gechippt und kastriert. Sie ist 2 Jahre alt, ca. 42 cm groß und wiegt 13 kg.



Tamara

Tamara ist eine liebe und offene Hündin. Sie würde gut in eine Familie passen, denn auch mit Kindern kommt sie sehr gut klar. Auch dürften in ihrem neuen Zuhause schon Hunde oder sogar Katzen sein. Tamara ist geimpft, gechippt und kastriert. Sie ist 2 Jahre alt, ca. 40 cm groß und wiegt 12 kg.



Milo

Milo ist unkompliziert, offen und nett. Er kommt gut mit anderen Hunden klar. Katzen wissen wir leider nicht. Milo ist 1,5 Jahre alt, 40 cm groß und wiegt 9 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert.

**Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.**  
[www.htb-ev.de](http://www.htb-ev.de) • Tel. 06068-4785493 oder 0162 - 2939838

# Halschmerzen? Rasch richtig reagieren

Wirkstoffkombination verkürzt die Leidenszeit



Foto: Syda Productions/stock.adobe.com

ner klinischen Studie effektiv und lang anhaltend Halschmerzen lindern kann. Halschmerzen werden in ca. 80% aller Fälle von Viren ausgelöst, nur in gerade einmal 20% sind Bakterien die Ursache. Ihr Eindringen in unsere Atemwege spüren wir nicht. Erst nach einer gewissen symptomfreien Periode, der sogenannten „Inkubationszeit“, machen sich Krankheitszeichen bemerkbar. Jetzt entzünden sich die Schleimhäute und schwellen an. Der Hals kratzt, brennt und wird trocken, die Stimme wird heiser. Heftige Schmerzen, Schluckbeschwerden, Husten, Schnupfen und häufig sogar Fieber können wenig später folgen.

**Linderung in wenigen Minuten,  
langanhaltend über Stunden**

(WLM). Wenn uns Halschmerzen heimsuchen, dann schmerzt meist der Rachen, der Bereich zwischen Mund und Luftröhre. In der kalten Jahreszeit, wenn die Atemluft viel zu trocken ist, werden die Rachenschleimhäute schlecht durchblutet, durchströmende Viren und Bakterien haben leichtes Spiel. Die Schleimhaut schwillt an – Halschmerzen entstehen. Gut, dass es ein rezeptfreies Therapeutikum für die ganze Familie gibt, das laut ei-

Jetzt schlägt die Stunde eines sowohl gegen Viren als auch gegen Bakterien wirksamen Halschmerzmittels (Dorithricin, Lutschtablette, rezeptfrei, Apotheken), dessen herausragende Wirksamkeit bei Halschmerzen und Schluckbeschwerden gerade in einer brandneuen, placebokontrollierten Doppelblindstudie erfolgreich nachgewiesen wurde. Schon

in wenigen Minuten nach Lutschen der ersten Dosis reduzierten sich die Symptome deutlich, die Wirkung hielt über Stunden an. Zudem stieg die Wahrscheinlichkeit, dass die schmerzhafte Halsentzündung nach 72 Stunden völlig ausgeheilt war um 64%. In der Tat findet sich kein anderes Halschmerzmittel mit vergleichbar guten klinischen Daten. Warum legen Experten so viel Wert auf eine Wirkung auch gegen Bakterien? „Weil Bakterien eine sogenannte Superinfektion auslösen können“, erklärt der Garmisch-Partenkirchner Allgemeinmediziner Dr. Bernhard Popp: „Wenn die Schleimhäute von der zuerst ablaufenden Virenattacke geschwächt sind, haben sie keine Kraft mehr,

eindringende Bakterien abzuwehren. Solche bakteriellen Superinfektionen können bis hin zu Bronchitis oder sogar Lungenentzündungen gehen. Insofern ist eine antibakterielle Wirksamkeit extrem notwendig“. Wichtig ist, dass bei einer Dorithricin-Anwendung kein herkömmliches Antibiotikum zum Einsatz kommt, sondern Tyrothricin, ein spezieller bakterienzerstörender Wirkstoff, der eine ausschließlich lokale Wirkung hat und im Magen sofort aufgelöst wird. Nebenwirkungen auf die Darmflora sind daher auszuschließen, Resistenzen nicht zu befürchten. Kein Grund also, sich vor Halschmerzen zu fürchten, der Winter kann kommen!



Foto: Monkey Business/stock.adobe.com

**AllGrund®**

**IHR IMMOBILIENPROFI  
MIT RUNDUM-SERVICE**

**Peter Talkenberger**  
Zertifizierter Sachverständiger  
(ZIS Sprengnetter Zert S)  
0151 58 70 32 00

**Kostenfreie Wertindikation**  
hier: [www.allgrund.com](http://www.allgrund.com)

AllGrund Immobilien GmbH | 0 61 03 - 31 08 49 | [service@allgrund.com](mailto:service@allgrund.com)



Eine fundierte Wertermittlung gemäß der neuen ImmoWertV 2021 (in Kraft seit 1.1.22) ist **der Schlüssel zum Verkaufserfolg.**

Kontaktieren Sie mich, wenn Sie über einen Immobilienverkauf nachdenken.

**07. NOV  
2023**  
**18.00 Uhr**



Vortrag für Patienten & Interessierte

**SCHÜTZE DICH VOR DEM  
HERZSTILLSTAND**

Informationsveranstaltung im Rahmen  
der Deutschen Herzwochen 2023

Neue Stadthalle Langen, Kleiner Saal,  
Südliche Ringstraße 77, 63225 Langen

Leitung: Prof. Dr. med. R. Lehmann  
Chefarzt der Med. Klinik I / Kardiologie

Anmeldung und Informationen unter:  
[le.may@asklepios.com](mailto:le.may@asklepios.com)  
Tel.: 06103 / 912-6 13 38  
[www.asklepios.com/langen](http://www.asklepios.com/langen)

**ASKLEPIOS**  
KLINIK LANGEN

Eine  
Anmeldung  
ist  
erforderlich.

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

# Anzeigen | Markt

## ▶ Markt

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

**Frau Milli kauft:** Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, 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

**Herr Leibniz kauft an:** Pelze aller Art, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104 / 9879935

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

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

**1A Trapezbleche auf Maß** direkt v. Hersteller. 5% online Rabatt + Lieferung bundesweit ☎ 03685/40914-0 [www.dachbleche24-shop.de](http://www.dachbleche24-shop.de)

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

## ▶ Stellen

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

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

# Beilagen-Hinweis

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

Alldrink, Aldi, Action, Edeka, Easy Apotheke, Fressnapf, Globus, HIT, JYSK, LIDL, Marktkauf, Möbel Kempf, Netto, Norma, Polster Aktuell, Rossmann, Sonnen Apotheke, XXXLutz, Zimmermann

# salelocal.de

Partner des  Rhein Main Verlag

## WERDEN SIE DIGITAL SICHTBARER

**WIR SUCHEN SCHÜLER ALS ZEITUNGZUSTELLER (m/w/d)**

Tel.: 06104 - 49 70 90

WhatsApp: 06104 - 49 70 90

E-Mail: [zusteller@egro-direktwerbung.de](mailto:zusteller@egro-direktwerbung.de)

So besserst Du, Dein Taschengeld auf.

# ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40

E-Mail: [info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)

Rhein Main Verlags GmbH  
Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen

# Impressum

**Herausgeber:** Rhein Main Verlags GmbH  
**Anschrift:** Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen 06104 66720-40 - [info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)  
**Geschäftsführung:** Bernd Maas - Angelika Hofferberth  
**Redaktion:** Beate Tomann [redaktion@mein-suedhessen.de](mailto: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 angegebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei gekennzeichneten Artikeln 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](http://www.werbung-im-briefkasten.de).

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

**EGRO**  
Direktwerbung GmbH



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe  
Verlage-Zustellorganisationen-Agenturen

## Tiere der Woche



### Zule

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.

HTB (PM). Zule möchte am liebsten überall dabei sein. Er liebt seine Menschen über alles. Vor allem Kindern. Mit Hündinnen kommt er sehr gut klar - mit Rüden auch, wenn Sie nicht zu dominant sind. Zule ist 3 Jahre alt, 40 cm groß und wiegt 13 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert. Foto: HTB

Weitere Informationen unter  
Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.

[www.htb-ev.de](http://www.htb-ev.de)

Tel. 06068-4785493 oder  
0162 - 2939838



### Ronaldo

TSV Seligenstadt e.V.

SELIGENSTADT (PM). Ronaldo möchte nicht gerne alleine sein.

Ronaldo kommt aus dem Haushalt einer sog. Animal Hoarderin. Dort lebte er mit 12 weiteren Katzen auf 30 qm. Er ist sehr lieb, verschmüsst und verspielt. Ronaldo ist zudem sehr schlau und weiß, wie er bekommen kann, was er will. Er ist gut geeignet für Familien mit Kindern. Ronaldo verträgt sich hervorragend mit anderen Katzen und kann gut zu zweit oder zu einer anderen Katze hinzu vermittelt werden. Er ist reiner Wohnungskater. Ronaldo könnte auch alleine leben, aber dann nur mit Menschen, die viel Zeit zuhause verbringen.



Mehr Infos über den 1 ½ jährigen Kater erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. auf der Homepage: <https://tsvseligenstadt.de>; per Tel.: 06182-26626 ODER auch gerne per Mail: [info@tsvseligenstadt.de](mailto:info@tsvseligenstadt.de). Fotos: TSV

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

*Marla Lennard*

Foto: pixabay

120 km Draht und Gitter  
1900 Türen und Tore am Lager

**DRAHT  
WEISSBÄCKER**

**ZÄUNE · GITTER · TORE**

**Draht-Weissbäcker KG**

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

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

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

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

# Hochmodern trainieren mit Künstlicher Intelligenz

Fitnesscenter VitaNova feiert 30-jähriges Bestehen und ist auf allerneuestem Stand

**SELIGENSTADT (AH).** Künstliche Intelligenz (KI) ist seit einiger Zeit in aller Munde und jetzt hält sie auch Einzug in das Fitness und Rückenzentrum Vita Nova, um das Training noch besser an die Bedürfnisse des Einzelnen anpassen zu können. Anlässlich des 30-jährigen Jubiläums hat sich das Fitnesscenter Vita Nova mal wieder neu erfunden.

Stetig arbeitet Inhaber und Geschäftsführer Günter Agsten daran, das Unternehmen in den Dienst der Menschen und ihrer körperlichen Gesundheit zu stellen. Gemeinsam mit seinem neuen Stüdiolleiter Friedrich Klucke arbeitet der Unternehmer unermüdlich daran, durch Fitness- und Gesundheitstraining den Menschen dabei zu helfen Muskeln aufzubauen, Fett abzubauen, beweglicher und widerstandsfähiger zu werden. Durch altbewährte wie auch modernste Trainingsmethoden trainieren Menschen im Alter von 14 bis weit über 80 Jahren Woche für Woche, Tag für Tag daran ihre Ziele zu erreichen. „Wir hatten hier immer die neuesten Geräte und das soll so auch bleiben“, erklärt Agsten.

Neueste Errungenschaft sind die Geräte der Firma Egym, die für jede Altersklasse ein KI gestütztes individualisierte, optimale Trainingsgestaltung ermöglicht. Die Geräte vereinen modernste Technologie und aktuellste wissenschaftliche Erkenntnisse miteinander. Das Training an den Geräten der Firma Egym wird sogar von den Krankenkassen bezuschusst. Das hochmoderne eGym-Zirkeltraining stellt ein ganzheitliches Krafttraining für den gesamten Körper dar. Jedes Gerät wird zunächst von einem Trainer individuell eingestellt, wobei die spezifischen Einstellungen auf einem persönlichen Transponder gespeichert werden, der jedem Nutzer zugewiesen wird. Dies ermöglicht eine automatische Anpassung der Geräte an die Bedürfnisse eines jeden Einzelnen, was Zeit spart und die Effektivität des Trainings steigert, während das Risiko von Unter- oder Überforderung minimiert wird. Warum es wichtig ist, seine Muskeln zu trainieren und wie die Egym-Geräte dabei helfen, erläuterte ausführlich der Fitness-

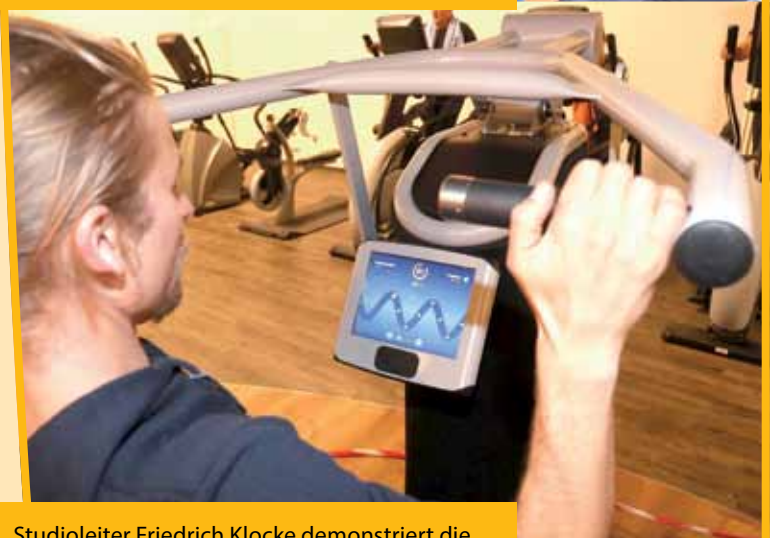
sexperte Angelo Singh von der Firma Egym bei einem Vortrag, zu dem über 160 Interessierte erschienen waren. Gespannt lauschten die Zuhörer im vollgepackten Kursraum den Worten des 36-jährigen, der es selbst geschafft hat, durch regelmäßiges Training 50 Kilogramm abzunehmen und sämtliche Medikamente absetzen zu können. Gerade die Sarkopenie, oftmals als Muskelschwund durch das Altern bezeichnet, wird hier im Vita Nova bekämpft und die neuen Geräte mit einer KI, die das Training je nach individuellen Voraussetzungen und das gewählte Ziel, sei es Muskelaufbau, allgemeine Fitness, Gewichtsabnahme oder Reha, gestaltet.

Schon im Alter von 25 bis 30 Jahren beginnt beim Menschen der Muskelabbau und mit fortschreitendem Alter beschleunigt sich dieser Verlust, insbesondere nach dem 60. Lebensjahr, wenn man nicht aktiv wird. Meistens wird man erst darauf aufmerksam, so der Referent, wenn es in späteren Jahren irgendwo wehtut und es führt dann in späterem Alter zum Verlust von Beweglichkeit und damit von Lebensqualität, besonders wenn man zum Pflegefall wird. Abnehmende Muskelmasse führt nicht nur zu einer Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit, sondern kann besonders im höheren Alter auch das Risiko von Stürzen und Frakturen erhöhen. Sarkopenie ist auch eng mit anderen Gesundheitsproblemen wie Osteoporose, Diabetes und Fettleibigkeit verbunden. Mangelnde körperliche Aktivität und ein inaktiver Lebensstil sind Gründe, die zur Verschlechterung der Muskelmasse beitragen. Eine Möglichkeit, das zu verhindern, ist regelmäßige Bewegung: Neben Krafttraining ist auch aerobes Training wichtig, um die allgemeine Gesundheit und die Muskelmasse zu fördern. Die Egym-Geräte mit der KI EGYM+ helfen dabei, das individuelle Ziel möglichst effektiv zu erreichen.

Fotos: ah



Begrüßung der zahlreichen Zuhörer beim Vortrag durch Inhaber Günter Agsten



Stüdiolleiter Friedrich Klucke demonstriert die Funktion der neuen Geräte



Fast alle Geräte waren zur Zeit der Fotoaufnahme schon vorhanden. Ab dem 1. November wurden die Termine vergeben und die Egym-Geräte genutzt.