

18. November 2023

Das Leben in und um Mühlheim, Auflage 9.677

DAHLER

Wir bieten Ihnen eine kostenlose
Marktwertermittlung Ihrer Immobilie

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



Zur Website:



Nicht mehr lang, dann erwärmen Glühweinduft, funkelnde Lichter und festliche Musik wieder die Herzen der Menschen. Deutschlands Weihnachtsmärkte öffnen wieder ihre Pforten.
Mehr dazu lesen Sie auf Seite 2.

Foto: Tonda Tran / pixabay

Noch Termine frei !!!

Wir führen aus:

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

GAWE-BAU

Auf der Beune 9
64839 Münster



TEL. 06071 / 391991

www.gawe-strassenbau.de

500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

*Goldhaus
Obertshausen*

ANKAUF VON:

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

Seit 20 Jahren ihr
Experte vor Ort!

H. Honig | Heusenstammer Straße 3
63179 Obertshausen

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

mein süd

hessen

auf Facebook

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



Die schönsten Weihnachtsmärkte
in Deutschland

Die schönsten Weihnachtsmärkte in Deutschland

(DRM). Die Vorweihnachtszeit in Deutschland ist geprägt von der festlichen Stimmung auf den zahlreichen Weihnachtsmärkten im ganzen Land. Jedes Jahr verwandeln sich die Städte in eine Winterwunderwelt, in der Glühweinduft, funkelnde Lichter und festliche Musik die Herzen der Menschen erwärmen. Hier sind einige der schönsten Weihnachtsmärkte Deutschlands:

Nürnberger Christkindlesmarkt:

Dieser Markt ist wohl einer der berühmtesten in Deutschland und lockt jedes Jahr Millionen von Besuchern an. Die Fachwerkhäuser und der imposante Hauptmarkt schaffen eine einzigartige Kulisse für die vielen Stände, an denen handgefertigte Lebkuchen, Nürnberger Bratwürste und kunstvolles Handwerk verkauft werden. Das Christkind, die traditionelle Figur, eröffnet den Markt und verbreitet festliche Stimmung. Der Nürnberger Weihnachtsmarkt wird im Jahr 2023 ab 1. Dezember geöffnet sein.

Weihnachtsmarkt in Dresden:

Der Dresdner Striezelmarkt ist einer der ältesten Weihnachtsmärkte in Deutschland und bekannt für seinen riesigen Stollen, der hier feierlich angeschnitten wird. Die historische



Altstadt von Dresden bietet eine atemberaubende Kulisse, während Besucher zwischen den zahlreichen Ständen mit erzgebirgischem Holzspielzeug und handgemachten Weihnachtsdekorationen flanieren können. Im Jahr 2023 kann der Striezelmarkt vom 29. November bis 24. Dezember besucht werden.

Kölner Weihnachtsmarkt:

Am Fuße des imposanten Kölner Doms erstreckt sich einer der lebendigsten Weihnachtsmärkte Deutschlands. Hier gibt es nicht nur zahlreiche Stände mit Köstlichkeiten und Kunsthandwerk, sondern auch ein Eislaufparadies und eine märchenhafte Kulisse, die den Markt zu etwas Besonderem macht. Geöffnet ist der Weihnachtsmarkt in Köln im Jahr 2023 von 23. November bis 23. Dezember.

Rothenburger Reiterlesmarkt:

Dieser malerische Weihnachtsmarkt in der mittelalterlichen Stadt Rothenburg ob der Tauber versetzt die Besucher direkt in vergangene Jahrhunderte. Die historischen Fachwerkhäuser, der Weihnachtsengel und das Reiterle, eine mystische Figur, sorgen für eine einzigartige Atmosphäre. Handgefertigtes Spielzeug und der berühmte Schneeball sind hier besonders beliebt. Geöffnet hat der Reiterlesmarkt von 1. Bis 23. Dezember 2023.

Historischer Weihnachtsmarkt am Hamburger Rathaus:

Der Hamburger Weihnachtsmarkt am Rathausmarkt ist einer der größten in Norddeutschland. Die festlich geschmückte Stadt lockt Besucher mit einer Eislaufbahn,

einem Märchenwald und zahlreichen kulinarischen Köstlichkeiten an. Besonders beeindruckend sind die wechselnden Lichtinstallationen auf dem Rathaus. Geöffnet hat der Weihnachtsmarkt im Jahr 2023 von 27. November bis 23. Dezember.

Striezelmarkt in Leipzig:

Leipzig hat nicht nur das berühmte Gewandhaus, sondern auch einen der traditionsreichsten Weihnachtsmärkte des Landes. Hier wird der größte Weihnachtsstollen der Welt gebacken und an die Besucher verteilt. Neben den üblichen Marktständen gibt es eine historische Eisenbahn und ein Riesenrad. Der Leipziger Weihnachtsmarkt findet im Jahr 2023 vom 28. November bis 23. Dezember statt.

Augsburger Christkindlesmarkt:

Der Augsburger Christkindlesmarkt erstreckt sich vor der beeindruckenden Kulisse des Rathauses und des Perlachturms. Hier kann man weihnachtliche Köstlichkeiten genießen und traditionelles Handwerk bewundern. Geöffnet hat der Weihnachtsmarkt in Augsburg vom 27. November bis 24. Dezember.

Foto: Hert Niks / unsplash

Blutspende – die einfachste Art Leben zu retten

Ein unvorhersehbarer Unfall, eine plötzliche schwere Erkrankung:
Jeden Tag werden in Deutschland etwa 15.000 Blutspenden benötigt.

DRK (PM). Blut wird kontinuierlich jeden Tag zur Versorgung von Patientinnen und Patienten benötigt: Zum Beispiel zur Behandlung von Krebserkrankungen, bei Operationen oder Unfallverletzungen. Eine Blutspende ist die einfachste Art Leben zu retten. Worauf warten? Jetzt liegend Leben retten! Jeder Typ ist gefragt!

Nächster Termin:

Montag, dem 27.11.2023

von 17:00 Uhr bis 20:30 Uhr

**Sporthalle, Offenbacher Landstr. 56
63512 Hainburg / Hainstadt**

Jetzt Blutspendertermin

online reservieren unter

www.blutspende.de/termine

Vorteile für Spender*innen: Blutgruppe erfahren, Gesundheitscheck & Snacks

Nach der ersten Spende erfahren Spender*innen (1) ihre Blutgruppe. Im Notfall kann diese Information auch Spender*innen das Leben retten. (2) Jede Blutspende ist zugleich ein kleiner Gesundheitscheck: Vor der Spende werden Blutdruck, Puls sowie der Eisen- bzw. Hämoglobin-Wert im Blut gemessen. Das gespendete Blut wird sorgfältig auf Infektionskrankheiten untersucht. (3) Vor und nach der Blutspende gibt es Getränke: viel trinken ist am Tag der Blutspende wichtig. Nach der Blutspende gibt es einen Imbiss oder ein Verpflegungspaket

zur Stärkung und als Dankeschön für den Einsatz. (4) Und natürlich: Das gute, zufriedene Gefühl der guten Tat.

So einfach läuft's: Termin reservieren und mit einer Blutspende in weniger als einer Stunde Zeit bis zu drei Menschen helfen! Die reine Blutentnahme dauert dabei ca. 10 Minuten. Die restliche Zeit wird für die Anmeldung, das Ausfüllen des Spendefragebogens, das vertrauliche Arztgespräch und die Ruhepause im Anschluss an die Blutspende benötigt.

Alle Termine und weitere Informationen unter www.blutspende.de oder unter 0800 11 949 11.



Foto: DRK-Blutspendendienst Baden-Württemberg – Hessen

Selbstgemachtes Brot:

Der Duft von Heimeligkeit und Genuss

(DRM). Der Duft von frisch gebackenem Brot, der sich in der Küche ausbreitet, weckt Erinnerungen an Großmutter's Küche und schafft ein behagliches Ambiente. Doch wie gelingt das perfekte selbstgemachte Brot? Hier ist eine Anleitung, um zu Hause köstliches Brot im eigenen Ofen zu backen.

Zutaten:

- 500 g Mehl (Typ 550 oder 1050)
- 300 ml lauwarmes Wasser
- 7 g Trockenhefe oder 20 g frische Hefe
- 10 g Salz
- 1 TL Zucker (optional, um die Hefe zu aktivieren)
- 2 EL Olivenöl (optional)

Schritt 1: Hefe aktivieren

Falls Sie Trockenhefe verwenden, mischen Sie sie mit dem lauwarmen Wasser und Zucker in einer kleinen Schüssel und lassen Sie sie etwa

zehn Minuten ruhen, bis sie Blasen bildet. Frische Hefe kann direkt verwendet werden.

Schritt 2: Mehl und Salz mischen

In einer großen Schüssel das Mehl und das Salz vermengen. Sie können auch Olivenöl hinzufügen, um dem Brot einen besonderen Geschmack und eine zarte Krume zu verleihen.

Schritt 3: Teig kneten

Gießen Sie die Hefe (oder das Hefewasser) in die Schüssel mit dem Mehl und kneten Sie den Teig für etwa 10-15 Minuten, bis er glatt und elastisch ist. Sie können Mehl hinzufügen, wenn der Teig zu klebrig ist, oder etwas Wasser, wenn er noch zu trocken ist.

Schritt 4: Teig gehen lassen

Formen Sie den Teig zu einer Kugel und legen Sie ihn in eine leicht geölte Schüssel. Bedecken Sie die

Schüssel mit einem feuchten Küchentuch und lassen Sie den Teig an einem warmen Ort für 1-2 Stunden aufgehen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

Schritt 5: Formen und zweites Gehen lassen

Nachdem der Teig aufgegangen ist, nehmen Sie ihn aus der Schüssel und formen Sie ihn zu einem Brotlaib. Legen Sie das geformte Brot auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech. Decken Sie es erneut mit einem Tuch ab und lassen Sie es weitere 30-45 Minuten ruhen.

Schritt 6: Backen

Heizen Sie Ihren Ofen auf 220°C vor. Wenn Sie haben, können Sie eine hitzebeständige Schale mit Wasser in den Ofen stellen, um Dampf zu erzeugen und eine knusprige Kruste zu fördern. Backen Sie das Brot 25-30 Minuten, bis es goldbraun ist und hohl klingt, wenn Sie auf die Unterseite klopfen.

Schritt 7: Auskühlen lassen und genießen

Lassen Sie das frisch gebackene Brot auf einem Rost abkühlen, bevor Sie es anschneiden. Dies ermöglicht es dem Brot, die Feuchtigkeit gleichmäßig zu verteilen und eine bessere Krume zu entwickeln. Schneiden Sie es in Scheiben, genießen Sie es mit Butter, Käse oder Aufstrichen – und schon können Sie den herrlichen Geschmack Ihres selbstgebackenen Brotes genießen.

Selbstgemachtes Brot zu backen, ist nicht nur eine kulinarische Freude, sondern auch ein beruhigendes und erfüllendes Hobby. Mit ein wenig Übung können Sie verschiedene Arten von Brot zubereiten und Ihre eigenen Rezepte entwickeln, die perfekt zu Ihrem Geschmack passen. Brotbacken zu Hause ist eine wunderbare Möglichkeit, Ihre Küche mit dem wohlthuenden Duft von frischem Brot zu erfüllen und Ihre Lieben mit einem selbstgemachten Genuss zu verwöhnen.



Foto: Klaus Nielsen / pixels



Foto: Franz Meyer / unsplash

DAS BESTE TRAINING ALLER ZEITEN

Für Anfänger, für Experten, für deine Gesundheit!



PREMIUM
★★★★★
FITNESS

JETZT TERMIN VEREINBAREN!

Bgm.-Mahr-Straße 44 | 63179 Obertshausen | Tel. 06104 73872 | info@relax-fit.de



Sparkasse Langen-Seligenstadt aktuell: Vorstandsmitglied der Frankfurter Bankgesellschaft zu Gast in der SLS

Seligenstadt, den 19.10.2023

SELIGENSTADT (PM). Udo Kröger, Mitglied des Vorstandes der Frankfurter Bankgesellschaft (Deutschland) AG, besuchte auf Einladung des Vorsitzenden des Verwaltungsrates, Landtagsvizepräsident Frank Lortz, am 19.10.2023 die Sparkasse Langen-Seligenstadt (SLS). Die Frankfurter Bankgesellschaft wird auch als Privatbank der Sparkassen-Finanzgruppe bezeichnet und hat ihren Hauptsitz am Finanzplatz Zürich. Von hier aus steuert der Teilkonzernführer Frankfurter Bankgesellschaft (Schweiz) AG, deren Alleineigentümer die Landesbank Hessen-Thüringen (Helaba) ist, die zwei Tochtergesellschaften in Deutschland: Zum einen die Frankfurter Bankgesellschaft (Deutschland) AG und zum anderen das Family Office der Frankfurter Bankgesellschaft AG.

In seinem informativen Vortrag im Rahmen einer Verwaltungsratssit-

zung der SLS ging Kröger unter der Überschrift „Private Banking im Wandel der Zeiten“ umfassend auf die jüngsten Entwicklungen an den Geld- und Kapitalmärkten angesichts der herausfordernden Rahmenbedingungen ein. Die größten Gefahren für die Welt stellen aus Sicht der Frankfurter Bankgesellschaft u. a. ansteckende Krankheiten, das Scheitern im Kampf gegen den Klimawandel,

der Verlust der Biodiversität, die Knappheit natürlicher Ressourcen, von Menschen ausgelöste Umweltkatastrophen und extreme Wetterereignisse sowie die Schuldenkrise und der Zusammenbruch der IT-Infrastruktur dar.

Im Interesse der Stabilität des Vermögens sind für die Wahl des richtigen Bankpartners Solidität, Qualität, Individualität, Transparenz und Unabhängigkeit unter Be-

rücksichtigung der Nachhaltigkeit entscheidende Faktoren, so Kröger. Die aktuell größten Risiken für die Vermögensanlage stellen die Inflation, die geopolitischen Auseinandersetzungen und der Klimawandel dar.

Die Verwaltungsratsmitglieder der SLS nutzten rege die Gelegenheit zur intensiven Meinungsbildung mit dem renommierten Kapitalmarktexperten.



(Bildmitte) Udo Kröger, Vorstandsmitglied der Frankfurter Bankgesellschaft (Deutschland) AG und Landtagsvizepräsident Frank Lortz, Vorsitzender des Verwaltungsrates der Sparkasse Langen-Seligenstadt, sowie die weiteren Verwaltungsrats- und Vorstandsmitglieder der Sparkasse.

Foto: Sparkasse Langen/Seligenstadt

Seligenstädter Christbaumkugeln sind dieses Jahr Weiß (matt und glänzend)!

SELIGENSTADT (RA). Die diesjährige Seligenstädter Christbaumkugel ist weiß (matt und glänzend) mit der Stadtsilhouette und der Jahreszahl 2023 in glitzerndem Rot. „Mit dieser Ausgabe wird die Sammelreihe nach 12 Jahren beendet. Tannengrün, Royal blau, Feuerrot, Silber, Rost, Pflaume, Gold, Petrol, Altrosa, Bordeaux,

Orange und jetzt weiß. Das waren die Farben, die in 12 Jahren viele Menschen erfreut haben. Wir werden ab dem nächsten Jahr mit einem neuen Weihnachts-Highlight die Einheimischen und alle Gäste erfreuen“, so Silke Göbel der Seligenstadt Marketing und Tourismus GmbH. „Die Kugeln eignen sich hervorragend für einen

schönen lokalen Akzent am Weihnachtsbaum, am Adventskranz oder in einem Gesteck. Eine schöne Geschenkidee sind sie auch“, empfiehlt Bürgermeister Dr. Dani-

ell Bastian, sich die letzte Chance auf eine Kugel dieser Sammelreihe nicht entgehen zu lassen. Die Kugel kostet 6,50 EUR und ist in der Tourist-Info erhältlich.



Silke Göbel von der SeligenStadtMarketing und Tourismus GmbH, umrahmt von Bürgermeister Dr. Daniell Bastian und vom ersten Stadtrat Michael Gerheim.

Foto: Stadt Seligenstadt





Die bayerischen Nationalparks

(DRM). Bayern hat viele Ausflugsziele zu bieten. Schlösser, Museen, sehenswerte Städte und Freizeitparks. Doch daneben ist einer der größten Schätze des Freistaates, die vielfältige Natur in Deutschlands südlichstem Bundesland. Nationalparks bieten Besuchern die Möglichkeit, unberührte Natur zu erkunden, Wanderungen zu unternehmen und vor allem Wildtiere in ihrem angestammten Lebensraum zu beobachten. Aktuell gibt es zwei Nationalparks.

Nationalpark Bayerischer Wald

Der Nationalpark Bayerischer Wald war der erste Nationalpark in Deutschland und wurde 1970 gegründet. Er liegt im Bayerischen Wald und erstreckt sich über die Landkreise Regen und Freyung-Grafenau. Der Nationalpark umfasst eine Fläche von rund 24.000 Hektar. Im Bayerischen Wald gibt es eine beeindruckende Tier- und Pflanzenwelt zu sehen. So leben

in den Wäldern seltene Tiere wie der Luchs, die Wildkatze oder der Auerhahn. Darüber hinaus leben im Bayerischen Wald noch viele weitere Tierarten wie Fischotter, Uhu, Mittelspecht, Birkhuhn, Kreuzotter und zahlreiche Insektenarten. Insgesamt leben hier 14.000 verschiedene Arten. Das entspricht 20% der bekannten Arten in Deutschland.

Nationalpark Berchtesgaden

Der Nationalpark Berchtesgaden liegt im südöstlichen Teil Bayerns und erstreckt sich über eine Fläche von etwa 210 Quadratkilometern. Der Park umfasst die beeindruckende Berglandschaft der Berchtesgadener Alpen, darunter den Watzmann, den zweithöchsten Berg Deutschlands. Der Nationalpark beherbergt eine reiche Tier- und Pflanzenwelt sowie zahlreiche Seen und Wasserfälle. Die zentrale Informationsstelle ist das „Haus der Berge“ in Berchtesgaden.

Naturparke

Darüber hinaus gibt es zahlreiche Naturparks in Bayern, die die wertvollen natürlichen und kulturellen Landschaften schützen und für Besucher zugänglich machen. Insgesamt gibt es sechzehn Naturparks in Bayern.

- Der Naturpark Altmühltal erstreckt sich entlang des Flusstals der Altmühl und bietet eine abwechslungsreiche Landschaft mit steilen Felswänden, sanften Hügeln, Flusstälern und Trockenrasen. Er umfasst auch einige der bekanntesten Fossilienlagerstätten Deutschlands.

- Naturpark Fränkische Schweiz - Veldensteiner Forst: Dieser Naturpark erstreckt sich über die Regionen Oberfranken und Mittelfranken und umfasst die reizvolle Karstlandschaft der Fränkischen Schweiz und den angrenzenden Veldensteiner Forst. Der Park

zeichnet sich durch seine Felsformationen, Höhlen, Flusstäler und bewaldeten Hügel aus.

- Naturpark Oberer Bayerischer Wald: Dieser Naturpark liegt im nordöstlichen Teil Bayerns und umfasst den östlichen Teil des Bayerischen Waldes. Er bietet eine Vielfalt an Lebensräumen, darunter Wälder, Moore, Seen und Flusstäler. Der Park ist auch für seine kulturellen Sehenswürdigkeiten wie Burgen, Klöster und historische Städte bekannt.

- Naturpark Nagelfluhkette: Dieser Naturpark liegt in den Allgäuer Alpen an der Grenze zwischen Deutschland und Österreich. Er umfasst die Nagelfluhkette, eine Gebirgskette aus Nagelfluhgestein, sowie alpine Wiesen, Berggipfel und idyllische Täler. Der Park bietet zahlreiche Wandermöglichkeiten und ist Heimat für seltene Tier- und Pflanzenarten.

Foto: FelixMittermeier_pixabay

Veggie-Day für Vierbeiner

Es spricht nichts dagegen, Hunde zumindest teilweise fleischfrei zu füttern

(DJD-K). Ob es um das Tierwohl geht oder darum, das Klima und die endlichen Ressourcen unserer Welt zu schonen: Eine vegetarische Lebensweise ist längst keine Nische mehr. Der Anteil an Veganern, Vegetariern und Flexitariern, die nur hin und wieder Fleisch essen, nimmt stetig zu – auch unter den Hundehaltern. Dann ist der Schritt nicht mehr weit, sich zu fragen, ob man sein Tier vielleicht ebenfalls vegetarisch oder fleischreduziert ernähren kann. Laut dem Deutschen Tierschutzbund ist das bei gesunden Hunden, die keine spezielle Diät benötigen, auch durchaus möglich, besonders, wenn man nicht ausschließlich vegetarisch füttert, sondern nur gelegentlich. Gegen einen regelmäßigen Veggie-Day für den Vierbeiner spricht also nichts.

Auf die Zusammensetzung kommt es an

Damit der beste Freund des Menschen auch ohne Fleisch alles

bekommt, was er braucht, ist bei vegetarischem Futter eine ausgewogene Zusammensetzung besonders wichtig. Denn Hunde sind zwar Omnivore (Allesfresser) und kommen daher mit pflanzlicher Nahrung sehr gut zurecht. Sie benötigen für ihre Grundversorgung aber auch essenzielle Aminosäuren, die vor allem in tierischen, nicht aber in allen pflanzlichen Rohstoffen vorkommen. In einem guten Verhältnis findet man sie etwa in Soja, weshalb in der neuen Vegetarian-Linie von Christopherus unter anderem fermentiertes Sojaprotein verwendet wird. Zugewetzt werden außerdem Taurin und die Aminosäure L-Methionin, die ebenfalls eine wichtige Rolle in einer gesunden Hundeernährung spielen – mehr unter www.christopherus-hund.de. So wird in dem getreidefreien vegetarischen Futter eine Qualität und Verdaulichkeit der Aminosäuren erreicht, die mit fleischhaltigem Futter vergleichbar ist.

Futterumstellung langsam angehen

Neben der „Hauptmahlzeit“ lässt sich insbesondere bei Snacks und Dental Sticks der Fleischanteil reduzieren, die die neue Linie ebenfalls umfasst. Denn sowohl die Belohnung im Training oder beim Gassi gehen als auch der Knabberspaß für saubere Zähne müssen nicht immer tierischen Ursprungs sein. Hauptsache, es schmeckt dem Vierbeiner. Und das scheint kein Problem zu sein, denn in Futtertests haben sich die vegetarischen Varianten bewährt und stehen fleischhaltigen nicht nach. Damit sich die Verdauung wie bei jedem anderen Futterwechsel auch an das neue Futter gewöhnen kann, wird empfohlen, das gewohnte Futter in Teilen durch kleinere Mengen des neuen Futters zu ersetzen und den Anteil dann langsam zu steigern. So steht einem regelmäßigen Veggie-Tag für Zwei- und Vierbeiner nichts mehr entgegen.



Weniger Fleisch zu füttern ist nicht schwer: Hundefutter sowie Snacks und Belohnungen für zwischendurch gibt es mittlerweile in vegetarischen Varianten.

Foto: djd-k/Christopherus/Adobe Stock/nuzza11

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 45

■■■■S■■■A■■■C■■■L■■■S■■■
 PLOETZLICH ENDEVIE
 UPP■■■AARAU■■■OMEGA
 PFEIFEN TRAGEN GUR
 ATUE■■■VERSUCHUNG■■■AT
 ■■■IR■■■
 ■■■KOG■■■
 LUPO■■■
 ■■■SI■■■
 ■■■UB■■■
 LOME■■■
 ■■■SL■■■
 MAMA■■■
 GOG■■■
 ■■■ENE■■■
 ■■■RR■■■
 PHON■■■
 JOE■■■EK■■■A■■■KA■■■L■■■A■■■
 RKNIEGELENKGONG
 TERLIEG■■■ANLEGER
 AEGIS■■■L■■■AEHRE■■■L■■■SO■■■
 ■■■S■■■ABHUB■■■R■■■DASS■■■
 ■■■SCHULE■■■ERKENNTNIS■■■
 ■■■IAN■■■ZITRAT■■■ISO■■■EA■■■
 ■■■ETALON■■■

SCHNURRBART



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

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

Wir suchen ein neues Zuhause

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.



Tamy

Tamy ist die perfekte Hündin für eine Familie. Sie liebt Kinder und ist absolut offen. Mit anderen Hunden kommt sie sehr gut klar - auch Katzen sind kein Problem für sie. Tamy ist geimpft, gechippt und kastriert. Sie ist 3 Jahre alt, ca. 45 cm groß und wiegt 15 kg.



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 • Tel. 06068-4785493 oder 0162 - 2939838**

Komplexhomöopathie im Vorteil

Einfach anwendbar, besser wirksam

(WLM). Eine moderne Medizin hat integrativ zu sein hat. Wirkliche Erfolge, optimale Ergebnisse, zeigen sich durch ein Verknüpfen unterschiedlichster Therapiemaßnahmen. Vor allem bei Alltags-Erkrankungen kommt in diesem Zusammenhang der Komplexhomöopathie steigende Bedeutung zu. Sie kombiniert natürliche, sich sinnvoll ergänzende Wirkstoffe in gut verträglichen, rezeptfrei in der Apotheke erhältlichen Arzneimitteln.

Keine Frage: Die Naturheilkunde kann mit aus Pflanzen gewonnenen Wirkstoffen gute Erfolge erzielen, genauso wie homöopathische, genau auf den Patienten zugeschnittene Therapien. Einen deutlichen Schritt weiter hin zu einer umfassenderen Therapie

gehen homöopathische Komplexmittel. Sie kombinieren natürliche Arzneien so, das sie sich bei der Heilung einer Erkrankung wechselseitig ergänzen und verstärken. Hier gilt: Die Gesamtwirkung ist größer als die Summe der Einzelwirkungen.

Gegenseitig fördern und intensivieren

Chemische Präparate haben – vor allem wenn sie dauerhaft angewendet werden – häufig eine Vielzahl von Nebenwirkungen. Im Gegensatz dazu ist eine Therapie mit Komplexhomöopathika so gut wie nebenwirkungsfrei. Sie unterdrückt die Krankheitssymptome nicht, sondern regt den Körper an, seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. In der Komplexhomöopa-

thie werden – das Wort sagt es schon – mehrere Wirkstoffe eingesetzt, die sich auf unterschiedliche Weise bei der Heilung einer Erkrankung bewährt haben und sich gegenseitig verstärken und ergänzen. So vereint diese eigenständige Therapieform das Beste aus der Welt der Pflanzenheilkunde und der Homöopathie – zum Nutzen der Patienten.

Für Alltagsbeschwerden bestens geeignet

Vor allem für saisonal wiederkehrende Beschwerden bewährt sich diese besondere Therapieform. So bestätigt Georg Schmitz-Remy, Apotheker in Fulda und Experte für Naturheilverfahren: „Jetzt im Winter kommen Menschen, die ihren Husten nicht los

werden, die dauernd erkältet sind, deren Immunsystem einfach nicht ausreichend funktioniert, aber auch Patienten mit Nervosität, Dauermüdigkeit oder Schlafstörungen. Mit Komplexhomöopathika habe ich für diese Beschwerden nebenwirkungs-freie, hochwirksame Therapeutika an der Hand“. Da diese Arzneimittel ausschließlich in Apotheken erhältlich sind, kommt zu der herausragenden Wirksamkeit noch die Beratung und Hilfestellung durch das Know-how des Apothekenpersonals. Komplexhomöopathische Arzneimittel sind zweifelsfrei eine der sichersten Möglichkeiten, sich für die kommende dunkle und kalte Jahreszeit gesundheitlich zu wappnen. Vorabinformationen auch auf www.natuerlichwirken.de.

www.bauhaus.info



Wenn's gut werden muss.

Highlight-Angebote des Monats!



Kaminholz
1m³, Buche, Scheitlänge 25–33 cm, lang anhaltende Brenndauer und hoher Brennwert durch große Dichte des Holzes, offenfertig und direkt einsetzbar durch geringe Restfeuchte (< 25%), gleichmäßiges Abbrennen durch harzfreies Holz
20424149

**statt 219,-
129,-**



Kaminholz
1m³, Laubholz-Mix, Scheitlänge 25–33 cm, sauber gestapelt, offenfertig und direkt einsetzbar durch geringe Restfeuchte (< 25%), gleichmäßiges Abbrennen durch harzfreies Holz
13943164

**statt 179,-
99,-**



20% MEHR INHALT GRATIS!
Alpinaweiß
Das Original
Weiß, matt, Konservierungsmittelfrei, perfekte Deckkraft, mit Spritz-Schutz-Formel, leicht zu verarbeiten und scheuerbeständig, frei von Löse- und Konservierungsmitteln, hoch diffusionsfähig, 12 l (1 l = 4,-)
30345683

**statt 47,95
45,-**

Alpinaweiß Wandfarbe 'Das Original 10 l + 2 l'



Admiral Gasheizung
4,2 kW, für den Außenbereich, zwei Regulierungsstufen, eingebaute Sauerstoffmangelsicherung, Piezozündung
21780677

**statt 109,-
85,-**



Nass-Trockensauger 'VC2512L'
1.000 W, 25 l, für Staubklasse L geeignet, Push&Clean Filterreinigungssystem, langlebiges, waschbares Filterelement aus PET-Vlies, 2,6 kW Gerätesteckdose mit Einschaltautomatik
26050968

**statt 145,-
99,-**

BAUHAUS 61118 Bad Vilbel, Zeppelinstraße 25
60386 Frankfurt, Hanauer Landstraße 517 – 543
63457 Hanau, Edisonstraße 3

BAUHAUS GmbH & Co. KG Hessen, Sitz: Albert-Einstein-Straße 1, 34277 Fuldabrück
BAUHAUS GmbH & Co. KG Rhein-Main-Neckar, Sitz: Bohnenbergerstr. 17, 68219 Mannheim

Folgen Sie uns auf:



Alle Angebote nur gültig vom 18. – 25.11.2023 in den Fachcentern Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.

Anzeigen | Markt

▶ Markt

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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104 / 9879935

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

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

1A Trapezbleche auf Maß direkt v. Hersteller. 5% online Rabatt + Lieferung bundesweit ☎ 03685/40914-0 www.dachbleche24-shop.de

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

▶ Stellen

Frau 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):

Aldi Süd, Alldrink, Adler, Action,
Clever Fit, Deichmann, Edeka, Globus,
HIT, JYSK, K&K Schuhe, LIDL, Möbel
Kempf, Netto, Norma, Rossmann,
XXXLutz, Zimmermann



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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

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

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

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

Tel.: 06104 - 49 70 90

WhatsApp: 06104 - 49 70 90

E-Mail: zusteller@egro-direktwerbung.de

So besserst Du,
Dein Taschengeld
auf.

EGRO
Direktwerbung GmbH



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40
E-Mail: 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
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, 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 2013.
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 eingesandte Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein.suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

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

Tiere der Woche



Laki

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.

HTB (PM). Laki ist ein offener, aktiver und freundlicher Hund. Er könnte in jede Familie - egal ob es Kinder, Hunde oder sogar Katzen gibt. Laki ist 1,5 Jahre alt, 40 cm groß und wiegt 12 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert.

Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.

www.htb-ev.de
Tel. 06068-4785493 oder
0162 - 2939838



Pongo

Hoffnungsvolle Tierblicke e. V.

HTB (PM). Pongo versteht sich mit allem und jedem, ist stets freundlich und aufgeschlossen und ein angenehmer, ruhiger Mitbewohner. Auch Katzen können in seinem neuen Zuhause sein. Zudem ist er stubenrein und beherrscht bereits ein paar Grundkommandos. Leider sind seine Leberwerte bei der letzten Kontrolle etwas erhöht gewesen. Durch Spezialfutter und Futterzusätze sind die Werte wieder deutlich besser geworden und die Medikamente konnten abgesetzt werden. Das Spezialfutter sollte er weiterhin

bekommen. Dafür bekommt man aber auch einen unkomplizierten, anfängertauglichen Traumhund. Möchten Sie Pongo ein Zuhause geben? Pongo ist 7 Jahre alt, 55 cm groß und wiegt 20 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert.

Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.

www.htb-ev.de
Tel. 06068-4785493 oder
0162 - 2939838



Sophie freut sich über frische Luft

TSV Seligenstadt e. V.

SELIGENSTADT (PM). Nachdem Sophies Menschen die Haltung von Kaninchen beendet haben, kam die Hübsche im Oktober zum TSV Seligenstadt. Das Zwergkaninchen Sophie ist ca. 6 Jahre alt, sie ist freundlich gegenüber anderen Kaninchen, hat aber noch nicht so recht Anschluss gefunden. Menschen gegenüber ist sie anfangs

eher vorsichtig. Sophie hat ausreichend Winterfell und kann in Außenhaltung ziehen.

Mehr Informationen 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

**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**

EGRO

Direktwerbung GmbH



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

Wir erreichen Menschen: Die EGRO Direktwerbung zählt zu einer der führenden Zustellorganisationen Deutschlands. Mit der Zustellung an 1,1 Millionen Haushalte in der Rhein-Main Metropole sind wir einer der wichtigsten Werbepartner der Region. Ob Beilagen, Sonderwerbeformen, die eigene Firmenzeitung,... bei uns sind die Kunden immer an der richtigen Adresse!
60 Jahre Erfahrung in der Zustellung sowie kreative und zuverlässige Mitarbeiter, garantieren einen optimalen Werbeerfolg! Werden Sie Teil unserer Familie!

Nebenverdienst gesucht?
geringfügig, Selbständig oder Vollzeit

Gebietsbetreuer (m/w/d)

Ihr Profil:

- Freude am Umgang mit Menschen
- Organisationstalent
- Zuverlässigkeit und Eigeninitiative
- Mobilität mit eigenem PKW und Erreichbarkeit

Ihre Aufgaben:

Sie führen Ihr eigenes Team meist aus jugendlichen Austrägern. Sie stellen ein, planen Urlaubsvertretungen, sind Ansprechpartner für Ihr Team und sorgen für die gleichbleibende, hohe Verteilqualität.

Unser Angebot:

- Gebietstätigkeit in Wohnortnähe
- Arbeiten von zu Hause aus
- Freie Zeiteinteilung
- Sicherheit eines zuverlässigen Arbeitgebers
- Solide Einarbeitung

Kontakt Daten per eMail an:

info@egro-direktwerbung.de
Telefon 06104-49700
Ansprechpartner: Herr D'Auria

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Egro-Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen

www.egro-direktwerbung.de

VEREIN
für KREBSKranke und
CHRONISCH Kranke
KINDER Darmstadt/
Rhein-Main-Neckar e.V.



- Psycho-
soziale
Beratung
- Psycho-
motorik
- Musik-
therapie

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



WWW.KREBSKRANKE-KINDER-DARMSTADT.DE