



24. Februar 2024

Das Leben in und um Dreieich, Auflage 13.553

DAHLER

Wir bieten Ihnen eine kostenlose
Marktwertermittlung Ihrer Immobilie

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



Zur Website:



Mehr dazu aus Seite 2.

Fotocollage: msh

Zwölf Spartipps für jedermann!

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



ENGEL ELEKTROMOBILE, der eFachhandel seit 2009 für: e-Bikes, e-Scooter, e-Mobile
Beratung & großes Probefahren, täglich, 09:30-18:30Uhr, Samstag 09:30 – 15:00Uhr

Saisonstart! - Jetzt zugreifen und profitieren!" ebikes bis 25% Rabatt

Für Pendler, Sport und Freizeit



e-MTB
Bosch CX, 500Wh
Trenoli Montubo
Neu € 2.999,-
Jetzt ab € 2.199,-
Kurzzeitig im Angebot



eMTB
Fully neu € 5.499,-
Super Ausstattung
Jetzt: € 3.999,-

Hol-Bring Service, eig. Werkstatt

Frühjahrsinspektion, mit Termin!

In-Zahlungnahme*, Ratenzahlung

Kostenlose 1st eBike Inspektion

eScooter sportlich mobil sein!

eScooter 20km/h ab € 1.049,-	eSooter, 45km/h Li-lo 50/100km ab € 2.499,-	3/4Rad 25km/h ab € 2.199,-
------------------------------------	---	----------------------------------



Babboe CityE
Mit Regendach!
HRM, 445Wh
Ehem. neu € 3.449,-
Testfzg: € 2.449,-



**Trekking/
Pendler**
Kettler Q
Bosch CX 625Wh
Ab € 2.999,-



E-SUV
Sportlicher Chic
BESV TRX 1.1
Neu € 4.199,-
Jetzt ab € 3.299,-
85NM, 720Wh



Kalkhoff Comfort
1.B Move
NEU: € 2.699,-
Jetzt ab € 1.999,-

Zwölf Spartipps für jedermann!

(DRM). Nach einem aus finanzieller Sicht herausforderndem Jahr 2023 können die Menschen etwas aufatmen. Die zum Teil zweistelligen Inflationsraten sind laut Statistischem Bundesamt wieder unter vier Prozent gefallen. Damit ist man zwar noch ein gutes Stück von der Zwei-Prozent-Marke entfernt, die die Europäische Zentralbank EZB anpeilt. Allerdings liegt sie weit unter den 6,9 Prozent vor zwei Jahren und auch die 5,9 Prozent des vergangenen Jahres werden aktuell deutlich unterschritten.

Dennoch spürt es jeder im Geldbeutel: Das Leben in Deutschland ist in fast allen Bereichen merklich teurer geworden.

Aber es gibt auch eine andere Seite der Medaille. Immer noch hat jeder Einsparpotenziale, um mehr aus seinem Geld zu machen. Viele Menschen lassen diese jedoch ungenutzt verstreichen, obwohl sie zum Teil leicht in den Alltag integriert werden können.

Hier sind zwölf Spartipps, die bares Geld wert sind.

Tipps für die eigenen vier Wände

• Steckdosen mit An-/Aus-Schalter

Ja, jeder hat den Tipp schon zigmal gehört und ist von der Sinnhaftigkeit überzeugt: Steckdosen mit An-/Aus-Schalter verwenden. Trotzdem siegt oft genug die Bequemlichkeit. Aber im Haushalt gibt es zahlreiche Stromfresser – Elektrogeräte, die im Standby-Modus laufen und dabei Strom verbrauchen. Vor allem Unterhaltungselektronik wie Fernseher und Computer sind hier zu nennen. Aber auch Ladekabel, die in der Steckdose bleiben, obwohl gerade nichts geladen wird, tragen zum unnützen Stromverbrauch bei. Experten schätzen, dass hier, je nach Haushaltsgröße, ein Einsparpotenzial von mehreren Hundert Euro pro Jahr schlummert.

• Stoßlüften statt Fenster auf Kipp

Für den Luftaustausch in der eigenen Wohnung erzielt das bekannte Stoßlüften die besten Ergebnisse. Dabei sollte man im Winter die Fenster nicht länger als fünf bis zehn Minuten geöffnet lassen und lieber öfter am Tag stoßlüften. Der Raum kühlt in dieser kurzen Zeit

nur wenig ab. Aber wichtig: Heizung ausschalten, solange die Fenster geöffnet sind.

• Kochen mit Restwärme

Grundsätzlich ist es sinnvoll, mehr auf selbst gekochte Gerichte zu setzen als auf Fertigprodukte. Es spart Geld und ist gesünder. Zudem hat man beim Kochen selbst ebenfalls Einsparpotenzial. Zum einen ist es ratsam, beim Kochen immer einen Deckel zu verwenden. Ohne Deckel verpufft ein Teil der Energie nutzlos in die Luft, weswegen mehr Strom benötigt wird, um das Essen auf die gewünschte Temperatur zu bringen. Am Ende reicht dann schon oft die Restwärme, um den Kochvorgang zu beenden. Im Normalfall strahlt eine Herdplatte (nicht bei Induktion!) noch rund 20 Minuten Wärme ab. Dementsprechend kann die Energiezufuhr schon früher beendet werden.

• Sparen beim Kaffeetrinken

Begeisterte Kaffeetrinker sollten sich angewöhnen, das geliebte Gebräu in einem Thermobecher mitzunehmen. Ein Coffee-to-go ist wesentlich teurer als der selbst zubereitete Becher. Außerdem hilft man mit dem eigenen Becher, Müll zu vermeiden und entlastet so die Umwelt. Aber bitte bedenken: Verabschiedet euch von Pads und Kapseln. Diese sind ungleich teurer als normaler Bohnenkaffee. Während ein Kilo Bohnenkaffee um die zehn Euro zu haben ist, können Kapseln schnell das Drei- bis Vierfache kosten.

Tipps fürs Einkaufen

• Das ganze Regal im Blick haben

In Supermärkten ist alles genau durchdacht. In Regalen werden auf Augenhöhe teure Artikel angeboten. Dementsprechend sollte die Kundschaft auch in die oberen und unteren Regale schauen, wo die sogenannten Bück- und Streckware ihren Platz hat. Diese ist zumeist wesentlich billiger als die Markenprodukte. Und noch ein weiterer Trick der Supermärkte: Da die



• Steuererklärung abgeben

Mit der Steuerklärung beschäftigt sich niemand gern, der nicht Steuerberater ist. Zudem ist auch nicht jeder Bürger verpflichtet, eine Steuererklärung abzugeben. Aber auch hier kann Bequemlichkeit wieder Geld kosten. In den meisten Fällen lohnt es sich, eine Erklärung beim Finanzamt abzugeben, der Lohn sind schnell einige Hundert Euro. Mit Unterstützung von einer Steuersoftware wie WISO ist das für jedermann machbar – und die Software kann man auch noch absetzen.

• Strom- und Gasanbieter regelmäßig überprüfen

In Deutschland gibt es mehrere Tausend Strom- und Gasanbieter. Die Wahrscheinlichkeit, dass man den aktuell günstigsten Tarif hat, ist daher sehr gering. Vergleichen Sie daher am Ende der Vertragslaufzeit immer die aktuellen Tarife. Es wird sich lohnen – zumal ein Wechsel heutzutage mit wenigen Klicks geregelt werden kann.

Tipps fürs Auto

• Tanken zum günstigen Zeitpunkt

Auch, wenn die Spritpreise im Vergleich zu 2022 wieder massiv gefallen sind, ist das Tanken doch immer noch eine teure Angelegenheit. Daher lohnt es sich, den Spritpreis über den Tag zu verfolgen. Als Faustregel kann man sich merken: Morgens tanken ist teurer als abends. Von Experten wird die Zeit zwischen 20 und 22 Uhr empfohlen. Entsprechende Tank-Apps können dabei eine zusätzliche Hilfe sein.

• Reifendruck überprüfen

Der Hersteller gibt einen optimalen Reifendruck für das jeweilige Modell vor und das hat seinen Grund. Schon kleinere Abweichungen können den Spritverbrauch nach oben treiben. Daher empfiehlt es sich, den Druck regelmäßig zu überprüfen. Zahlreiche Tankstellen bieten diesen Service kostenlos an.

meisten Menschen Rechtshänder sind, werden die teuren Produkte auch gerne auf dieser Seite platziert.

• Großeinkauf statt Gelegenheitskäufe

Viele kennen es noch von früher: das Wochenprospekt. Dort kann man sich über die besten Angebote der kommenden Tage informieren und einen Einkaufsplan zusammenstellen. Der Vorteil: Waren können in billigeren Großpackungen gekauft werden und mit einem klaren Einkaufszettel neigt man weniger zu Gelegenheitskäufen. Geht man mehrmals die Woche spontan in den Supermarkt, wird man zwangsläufig mehr Geld ausgeben.

• Niemals hungrig einkaufen gehen

Und direkt daran anschließend: Niemals mit leerem Magen in den Supermarkt gehen. Jeder kennt wahrscheinlich das Gefühl, wenn man Hunger hat und vor den Regalen steht. Zwangsläufig wandern Artikel in den Einkaufskorb, die man ohne Hunger nicht mitgenommen hätte.

Tipps für Finanzen

• Unnötige Versicherungen kündigen

Wenn Paare frisch zusammenziehen, kommt es oftmals zu einer Überversicherung. Gerade im Bereich Haftpflicht oder Hausratversicherung gilt es, die Konditionen zu überprüfen.

Immer das richtige Werkzeug.

Wenn's gut werden muss.



statt 159,-
99,-

Spax Schrauben-Set 'L-Boxx'
2.447-tlg., umfangreiches Schraubensortiment, mit enormer Belastungskapazität von 25 kg, einfache Klickverbindung ermöglicht Kombination mehrerer Boxen, mit modularem Innenraum, ordentliche Aufbewahrung verschiedenster Schrauben
26537434



statt 89,-
79,-

Makita LXT 18V Akku-Rasentrimmer 'DUR181Z'
18 V, Li-Ionen, ohne Akku, Schnittbreite 26 cm, teleskopierbarer Schaft mit einem Verstellbereich von 18 cm, Schneidkopf um 180° drehbar zum Kanten abstechen, Schneidkopf in 5 Stufen neigbar, Tap and Go, einfache Fadenverlängerung
25682067

statt 109,-
99,-

Makita Werkzeugkoffer 'E-10883'
L 420 x B 312 x H 130 mm, 221-tlg., gut sortierter Werkzeugkoffer, mit neuem Kofferdesign und verstärkten Ecken, robuster Koffer mit Klappverschluss, Werkzeuge aus Chrom-Vanadium-Stahl
28686165



statt 429,-
399,-

Makita LXT 18V Akku-Rasenmäher 'DLM382PM2'
36 V, 2 Akkus, 4 Ah, Schnittbreite 38 cm, zum Mähen kleinerer und mittlerer Rasenflächen, kompaktes Stauraum dank einklappbarem Holz, Schnitthöhe 20 – 75 mm, Makita LXT 18V Akkusystem – ein Akku für mehr als 300 Makita Geräte
27642094

Alle Angebote nur gültig bis 9.3.2024 in den Fachcentren Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.

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

Die Adressen unserer Fachcentren finden Sie unter: www.bauhaus.info/fachcentrenuebersicht

Folgen Sie uns auf:



Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Schmerzen in der Hüfte? Oder im Knie? So bekämpfen auch Sie Ihre Gelenkschmerzen!

Kennen Sie ihn auch, diesen stechenden Schmerz im Knie? Oder die steife Hüfte? Ob auf der Treppe oder beim Aufstehen: Wenn rheumatische Gelenkschmerzen den Alltag belasten, sollten Sie etwas dagegen unternehmen. Was heute immer mehr Betroffene begeistert: spezielle Arznetropfen namens Rubaxx, die Gelenkschmerzen wirksam und schonend zugleich behandeln.

Das am häufigsten von Schmerzen betroffene Gelenk ist das Kniegelenk. Kein Wunder, trägt es doch jeden Tag unser gesamtes Körpergewicht! Aber auch Hüfte, Schultern oder Finger machen häufig Probleme. Betroffene haben meist nur einen Wunsch: endlich Schmerzlinderung! Die gute Nachricht: Forscher entdeckten

in Nord- und Südamerika einen speziellen Arzneistoff, der genau hier wirksame Hilfe leistet (in Rubaxx Tropfen, Apotheke).

Spezieller Arzneistoff überzeugt

Das Besondere an diesem Arzneistoff (T. quercifolium): Er ist heute gut erforscht und wird wegen seiner schmerzlindernden Wirkung bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen besonders geschätzt. Aber auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengung verschafft er Linderung.

Wirkung ohne Umwege, individuell dosierbar

Mit modernsten Methoden wird der Wirkstoff in Deutschland zu den Arznetropfen Rubaxx aufbereitet. Dank

der Tropfenform wird der Wirkstoff direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann so seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Zudem lässt sich Rubaxx je nach Stärke und Verlaufsform der Schmerzen individuell dosieren. Rubaxx wirkt 100% natürlich und schlägt nicht auf den Magen. Damit sind Rubaxx Arznetropfen auch zur Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet.

Fragen Sie bei rheumatischen Gelenkschmerzen in Ihrer Apotheke nach Rubaxx (rezeptfrei)!

Starkes Duo bei rheumatischen Gelenkschmerzen

Mit den Arznetropfen von Rubaxx bekämpfen Sie Ihre rheumatischen Gelenkschmerzen von innen heraus. Bei akut schmerzenden Gelenken empfiehlt sich jedoch eine zusätzliche Behandlung mit dem Rubaxx Schmerzgel zur äußeren Anwendung. Dieses kann direkt auf das betroffene Gelenk aufgetragen werden und somit seine Wirkung unmittelbar an der schmerzenden Stelle entfalten.

Für Ihre Apotheke:



Rubaxx Tropfen
(PZN 13588561)



Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)

www.rubaxx.de



Abbildung Betroffenen nachempfunden

RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. • RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Auto kaufen, leasen oder finanzieren?

(DRM). Wer sich ein neues Auto zulegen möchte, steht oft vor der Frage, ob man das Fahrzeug kaufen, leasen oder finanzieren sollte. Was ist der Unterschied und welche Option sind preislich am günstigsten?

Auto kaufen: Die traditionelle Option

Das Kaufen eines Autos ist die traditionellste Art, ein Fahrzeug zu erwerben. Dies bedeutet, dass Sie den vollen Kaufpreis aufbringen müssen oder eine Finanzierung über einen Autokredit in Betracht ziehen können. Größter Vorteil: Sie sind nach der vollständigen Bezahlung Eigentümer des Fahrzeugs und können es so lange behalten, wie sie möchten. Allerdings bedeutet der Kauf auch, dass Sie für die Wartung und Reparaturen voll verantwortlich sind, sobald die Garantie abgelaufen ist. Außerdem kann der Autokauf ein großes Loch in den Geldbeutel reißen, da Sie den vollen Kaufpreis oder eine beträchtliche Anzahlung leisten müssen.

Leasing bietet mehr Flexibilität

Eine gute Alternative zum traditionellen Kauf bietet das Leasing eines Autos. In der Regel zahlen Sie hier eine monatliche Leasingrate für die Nutzung des Fahrzeugs. Der festgelegte Zeitraum liegt meist zwischen zwei und fünf Jahren. Am Ende des



Leasingzeitraums haben Sie die Möglichkeit, das Auto zu kaufen oder ein neues zu leasen.

Das Leasing belastet ihren Geldbeutel, im Vergleich zu den Raten eines Autokredits, geringer. Zudem sind Wartungskosten oft inbegriffen, und Sie können regelmäßig auf neuere Modelle umsteigen. Allerdings gibt es Kilometerbegrenzungen, und das Fahrzeug muss in einem guten Zu-

stand zurückgegeben werden, um zusätzliche Kosten zu vermeiden.

Auto finanzieren: Kauf in Raten

Die Finanzierung eines Autos durch einen Autokredit kombiniert Elemente des Kaufs und Leasings. Sie leisten dafür eine Anzahlung und finanzieren den Restbetrag über monatliche Raten. Während des Kredit-

zeitraums sind Sie der rechtliche Eigentümer des Fahrzeugs, was Ihnen mehr Flexibilität bei Anpassungen und der Kilometerleistung gibt.

Die monatlichen Raten können jedoch höher sein als beim Leasing. Außerdem sind Sie für die Wartung und Reparaturen selbst verantwortlich. Am Ende des Kreditzeitraums gehört Ihnen das Auto allerdings vollständig.

Sparkasse Langen-Seligenstadt unterstützt Gründerpreis Speckgürtel 2024

7.500 Euro für junge Unternehmen – bis 27. April bewerben!



SELIGENSTADT (PM). Sie haben in den letzten zwei Jahren ein Unternehmen gegründet oder ein soziales Projekt auf die Beine gestellt?

Die Sparkasse Langen-Seligenstadt unterstützt gemeinsam mit dem Kreis Offenbach unter der Schirmherrschaft von Landrat Oliver Quilling, weiteren Landkreisen und Sparkassen den Gründerpreis Speckgürtel, bei dem Unternehmerinnen und Unternehmer Preisgelder von insgesamt 7.500 Euro gewinnen können.

Die Bewerbung funktioniert ganz bequem online: Einfach die Unterlagen von www.gruenderpreis-speckguertel.de herunterladen und bis zum 27. April 2024 einreichen. Im nächsten Schritt besucht die Jury die Unternehmen vor Ort, um sich ein um-

fas- sendes Bild aller Einreichungen zu machen und eine Entscheidung über die Vergabe der Preise zu treffen.

Ins Leben gerufen wurde der Gründerpreis Speckgürtel von gruenderroute66, einem Zusammenschluss von Unternehmern und Unternehmerinnen sowie Persönlichkeiten aus der regionalen Politik und Wirtschaft, mit dem gemeinsamen Ziel, den Schritt in die Selbstständigkeit zu unterstützen, zum Gründen zu ermutigen und auf die innovativen jungen Start-Ups in der Region aufmerksam zu machen.

Weitere Förderprojekte und Initiativen der Sparkasse Langen-Seligenstadt finden Sie hier:

<http://s.de/2qn5>

Foto: S-Com

Mit dem E-Auto auf Roadtrip

(DRM). Wer elektrisch fährt muss seine Fahrgewohnheiten an sein elektrisch betriebenes Fahrzeug anpassen. Zwar wächst die Ladinfrastruktur stetig, dennoch bedürfen die oft noch kürzere Reichweite und die Dauer eines Ladevorgangs einer besseren Planung als bei Fahrzeugen mit Verbrennungsmotoren.

Immer mehr Elektrofahrzeuge sind auf Deutschlands Straßen unterwegs. Weit über eine Million Fahrzeuge umfasst die Elektro-Flotte, die mittlerweile Teil des alltäglichen Straßenverkehrs in der Bundesrepublik ist. Auf langen Strecken, die mit dem E-Auto ohne weiteres zu machen sind, bieten sich Pausenzeiten gleichermaßen als sinnvolle Ladezeiten an. Während sich die Fahrzeugin-

sassen eine Runde bewegen, einen Kaffee trinken oder einen Imbiss einnehmen, lädt das E-Auto. Schon vor der Abfahrt lassen sich mit diversen Apps geeignete Ladepunkte finden und so eine optimale Route planen. Wer mit einem modernen E-Auto auf Ladesäulen mit hoher Ladeleistung setzt, spendiert dem Auto in meist rund 20 Minuten genug Energie für die nächste lange Etappe. Schnellladestationen finden sich mittlerweile entlang aller Autobahnen. Mittlerweile bieten auch immer mehr Hotels ihren Gästen Lademöglichkeiten für das E-Auto an. Um entspannt am Ziel laden zu können, lohnt es sich, bereits bei der Buchung der Unterkunft zu recherchieren, ob es vor Ort eine Lademöglichkeit gibt.

So schont man die Batterie

Jeder E-Autofahrer kann die Reichweite seines Fahrzeugs auch selbst mitbeeinflussen – zumindest etwas. Moderate Geschwindigkeit und ein vorausschauender Fahrstil, tragen dazu bei mit weniger Ladestopps das Reiseziel zu erreichen. Fahren im Eco-Modus, sowie die Nutzung des Tempomaten helfen ebenfalls dabei die Reichweite zu vergrößern.



Foto: Stefan Schwehofer / Pixabay

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Medizin

ANZEIGE

Nervenschmerzen mit Begleiterscheinungen wie...

Taube Zehen? Quälendes Kribbeln im Fuß?

„Ich bin so froh, diese Tropfen gefunden zu haben.“



(Erika K.)

Nervenschmerzen gehören für zahlreiche Diabetiker zum Alltag. Häufig werden sie von unangenehmen Empfindungsstörungen wie Brennen, Kribbeln oder Taubheitsgefühlen in Beinen oder Füßen begleitet. So berichtet auch Erika K.: „Ich leide durch Diabetes sehr an Nervenschmerzen in den Füßen, keine Nacht konnte ich durchschlafen.“

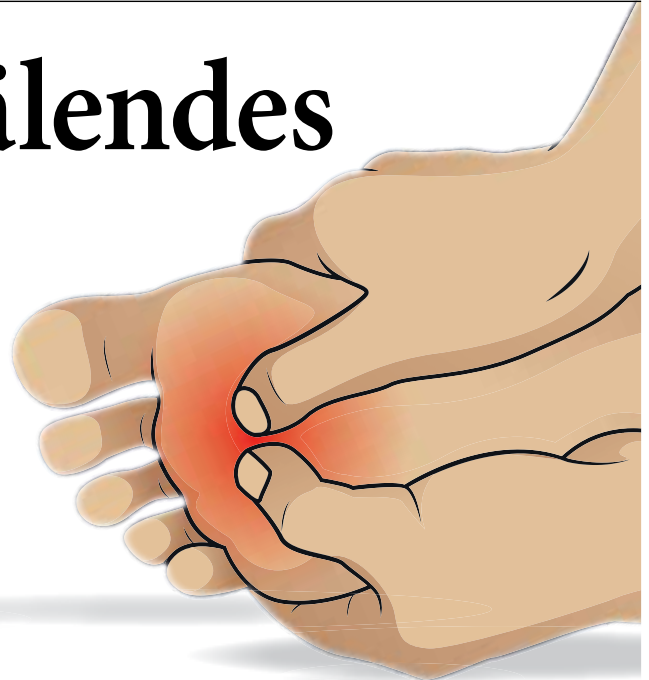
Nervenschmerzen richtig behandeln

Durch Stoffwechselstörungen wie Diabetes werden die Nerven häufig geschädigt oder gereizt. Die Folge: Nervenschmerzen. Hier setzen die speziell für Nervenschmerzen entwickelten Schmerztropfen Restaxil (Apothek, rezeptfrei) an: Sie bekämpfen nerven-

bedingte Schmerzen – ohne den Körper zu belasten. „Seit zwei Wochen nehme ich Restaxil und meine Nächte sind wieder sehr erholsam“, berichtet Erika K. begeistert.

5-fach-Wirkkomplex bekämpft Nervenschmerzen

Das Besondere an Restaxil: der 5-fach-Wirkkomplex! Jeder einzelne



darin enthaltene Wirkstoff kann bei nervenbedingten Schmerzen wertvolle Hilfe leisten. So kommt **Iris versicolor** z. B. bei der Behandlung von brennenden Schmerzen in den Füßen zum Einsatz. **Gelsemium sempervirens** setzt laut Arzneimittelbild im zentralen Nervensystem an. Erika K. ist von Restaxil überzeugt: „Ich bin so froh, diese Tropfen gefunden zu haben.“

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)

www.restaxil.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert

RESTAXIL® Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). www.restaxil.de
• Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing

www.krebsranke-kinder-darmstadt.de



- Psychoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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



Elternakademie Langen

Vorträge für Eltern, Großeltern, Betreuer von Kindern und Interessierte

LANGEN (PM). Im Rahmen der Reihe "Elternakademie 2024" bietet die Asklepios Klinik Langen eine Vortragsreihe zu verschiedenen Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit einem Baby zuhause. Die Vorträge & Workshops finden in den Konferenzräumen der Asklepios Klinik Langen, Röntgenstraße 20, 63225 Langen statt und sind für ca. 45 Min. konzipiert. Im Anschluss bleibt jeweils ausreichend Zeit für individuelle Fragen. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Wie wird mein Kind trocken? Diese Frage stellen sich viele Eltern, denn manche Kinder benötigen schon mit drei Jahren tagsüber und auch nachts keine Windel mehr, andere sind noch mit 4-5 Jahren tagsüber wie nachts darauf angewiesen. In ihrem Vortrag stellt die Referentin anschaulich dar, dass dies grundsätzlich erst einmal kein Problem ist und wie Eltern ihre Kinder beim „Trockenwerden“ sinnvoll und individuell unterstützen können. Sie zeigt auf, welche Entwicklungsphasen jedes Kind beim „Trocken-

werden“ durchläuft. Dabei stellt die Referentin nicht nur diese „Meilensteine“ der kindlichen Entwicklung vor, sondern sie zeigt sehr anschaulich wie das Kind in der jeweiligen Phase positiv und unterstützt werden kann. Die Teilnehmer erhalten so hilfreiche und praktische Tipps, die sie sofort in typischen Alltags-Situationen umsetzen können. Ziel der Veranstaltung ist es, Eltern darauf vorzubereiten wie sie die Entwicklung ihres Kindes zum selbstständigen Toilettengang liebevoll und bedürfnisorientiert unterstützen können, damit wird der Abschied von der Windel für Eltern und Kinder stressfrei und es erleichtert täglich und spielerisch zahlreiche Möglichkeiten zur Unterstützung des Gangs auf das Töpfchen und der Toilette anzubieten.

Di., den 29. Feb. um 10.00 Uhr

Windelfrei – Tipps und Infos zur Unterstützung von Kleinkindern beim „Sauberwerden“

Referentin: Griseldis Burger, zert. Windelfrei-Coach

Anmeldung und Information unter:
Tel.: 06103 / 912 6 19 08
s.vetter@asklepios.com

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 7

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

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

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





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

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de



Rhein Main Verlag

21
Zeitungen

30
Ausgaben

718T
Haushalte

ECHT OKAL REGIONAL

NEWS

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

HEIMATBLATT
RÖDERMARK

Verlagshaus
Taurus MEDIEN
GMBH

NEUE ZEITUNG
OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

meinsüd
hessen

Odenwälder
Journal

EPPERTSHAUSENER
ANZEIGEBLATT

MÜNSTERER
ANZEIGEBLATT

Rodgau Zeitung

DER ISEBORJER

Südhessen in einem Verlag | www.rheinmainverlag.de

**29. FEB
2024**
18.00 Uhr



Vortrag für Eltern & Interessierte

WINDELFREI
Infos & Tipps zur Unterstützung
beim „Sauberwerden“

Asklepios Klinik Langen, Konferenzräume
Röntgenstraße 20, 63225 Langen

Sicherheitsbeauftragter des ADAC

Anmeldung und Informationen unter:
s.vetter@asklepios.com
Tel.: 06103 / 912-6 19 08
www.asklepios.com/langen

Eine
Anmeldung ist
erforderlich.

ASKLEPIOS
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

Langener Schwerpunktversorger wächst weiter: Chefarzt wird Habilitation verliehen

LANGEN (PM). Herrn Dr. med. Alexander Buia, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie an der Langener Asklepios Klinik, wurde durch die Goethe Universität mit der Habilitation, dem höchsten akademischen Ausbildungsgrad ausgezeichnet

Als Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie ist PD Dr. med. Buia der ausgewiesene Spezialist in der minimal-invasiven Versorgung von Erkrankungen des Bauchraums, des Verdauungstraktes sowie von komplexen Bauchwand- und Narbenbrüchen. Pro Jahr versorgt er mit seinem Team rund 5.000 ambulante und stationäre Patienten. Dass Buia und sein Team, in diesem Bereich über eine hohe Expertise verfügt, zeigt sich z. B. auch bei den Behandlungsquoten minimalinvasiver, laparoskopischer* Techniken. Im Bereich der Behandlung von Dickdarm und Enddarmkrebs liegt die Quote an minimalinvasiven, laparoskopischen Eingriffen in der Langener Chirurgie bei ca. 87% und damit ganze 40% über dem bundesdeutschen Durchschnitt. Aufgrund seiner Publikation einer Vielzahl von wissenschaftlichen Arbeiten und Studien aus diesem Bereich, wurde dem engagierten Chirurgen nun durch die Goethe Universität Frankfurt die Habilitation und die sog. „Venia legendi“, die Befähigung zur akademischen Lehre verliehen.

Sein großes Engagement für die Entwicklung der „Minimal-Invasiven Chirurgie“ beweist der Facharzt für Chirurgie und spezielle Viszeralchirurgie dabei seit Jahren auch durch die alljährliche Organisation von Symposien und die regelmäßigen Durchführungen von Hands-on Seminaren für junge und angehende Chirurgen. Künftig darf er nun den Titel Privatdozent (PD) Dr. med. A. Buia führen. „Mit seiner Habilitation zeigt Herr PD Dr. Buia wie sich die tägliche klinische Arbeit mit Forschung auf höchstem akademischen Niveau verbinden lässt. Wir freuen uns sehr über diese Auszeichnung seiner wissenschaftlichen Leistung“, freut sich Prof. Dr. Ralf Lehmann, Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Med. Klinik I/Kardiologie der Asklepios Klinik Langen.

Die Asklepios Langen lässt auch durch die Förderung und Spezialisierung medizinischer Experten keinen Zweifel am Ausbau ihrer Kompeten-

zen als überregionaler Schwerpunktversorger. So wurde die Asklepios Klinik Langen 2023 erstmals als herausragendes Studienzentrum innerhalb einer Publikation des „New England Journal of Medicine“, dem weltweit renommiertesten Journal für klinische Medizin, präsentiert. Gleichzeitig bewertete die AOK nicht nur die Leistungen der Langener

Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie im Bereich „Gallenblasenentfernung“ mit Bestnote, sondern steigen die Patientenzahlen, trotz Pandemie und Krise vieler Kliniken, in Langen entgegen dem Trend kontinuierlich, auch und vor allem dank ausgewiesener Spezialisten wie dem frisch ausgezeichneten PD Dr. Buia und seinem Team.

*Bei einer Laparoskopie (Bauchspiegelung) werden Eingriffe im Bauchraum ohne größeren Schnitt durchgeführt. Die speziell für die laparoskopische Chirurgie entwickelten endoskopische Kameras und Operationsinstrumente werden über kleine Zugänge in die Bauchhöhle eingebracht und die Operation mithilfe der Videoptik, teilweise sogar in 3D, durchgeführt. Die Eingriffe sind daher sehr viel schonender für den Patienten. Diese Technik kann z.B. bei der Entfernung von Gallenblasen aber auch sehr erfolgreich in der Tumorchirurgie eingesetzt werden.



Dr. med. Alexander Buia. Foto: Asklepios



TOIII KOVA

Sie wollen energetisch sanieren, haben jedoch Angst vor falschen Entscheidungen?

Ich bin Ihr persönlicher Ansprechpartner für Energieeffizientes Bauen und Fördermittel-Beratung.



www.tomkova.de

TOM KOVA CONSULTING

Tomislav Kovacevic - Dipl.Ing. Architekt (TU) - Energieberater (TU)

Buchen Sie hier ein unverbindliches und kostenfreies Erstgespräch.

☎ 0151-17233984 ✉ mail@tomkova.de 📍 Hauptstraße 151, 63110 Rodgau

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

Marla Lennard



Anzeigen | Markt

▶ Markt

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

Frau Milli kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 7:30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 59772692

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

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

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

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

1A Trapezbleche auf Maß direkt v. Hersteller. 5% online Rabatt + Lieferung bundesweit ☎ 03685/40914-149 www.dachbleche24-shop.de

SENIOREN! Mobile med. Fußpflege/Diabetische Fußpflege Kürzen und schleifen der Nägel, Behandlung von verdickten Nägeln, Nagelpilz Behandlung, Hornhautentfernung, Hühneraugen, Orthosen, Druckstellen, Fußmassage ☎ 0176-34650784-Tatiana Roubo

▶ Stellen

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

Pflegehelferin sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich betreue seit vielen Jahren ältere Menschen Daheim. Weder trinke ich Alkohol noch rauche ich Zigaretten. Freu mich! Einfach anrufen, ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

Freundliches Spielhallenpersonal in Rodgau gesucht. ☎ 0172-9016075 oder ☎ 0172-5770619

ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40
E-Mail: info@rheinmainverlag.de
Rhein Main Verlags GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen

Beilagen-Hinweis

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

Edeka, Marktkauf, Alldrink,
Stadt Apotheke, Möbel Kempf, Lidl,
Netto, Norma, Penny, Polster Aktuell,
RatsApotheke, Rossmann, XXXLutz

**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

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: 718.228

Erscheint am Wochenende mit den Regionalausgaben Münster, Rodgau, Rödermark, Mörfelden-Walldorf, 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 GmbH & Co. KG
Anzeigenschluss: Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Obertshausen - Tel. 06104-4970-0
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Gesamtpreisliste Nr. 37, gültig ab 14. Oktober 2023. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

Redaktionsschluss: Dienstag, 11 Uhr
Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreibungen 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 Werbebotschaftskleber 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

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

Tier der Woche

Tierversmittlung in
Südhessen



Grafik: freepik



Leo

SELIGENSTADT (PM). Ein hübscher Senior braucht und verteilt viel Zuneigung. Leo kam zum TSV-Seligenstadt zurück, weil sein Frauchen gestorben ist. Obwohl das eine dramatische Veränderung in seinem behüteten und glücklichen Leben war, ließ Leo den Kopf nicht hängen und integrierte sich problemlos in das Tierheimleben. Leo ist ein Orientalisch Kurzhaar-Mix und besitzt viele der typischen Merkmale der OKH. Er ist schlank und hochbeinig. Sein Schwanz ist lang, dünn und ähnelt einer Peitsche, sein Kopf ist keilförmig. Sein Fell ist kurz, fein und eng anliegend und besitzt keine Unterwolle (pflegeleicht!). Er ist intelligent

und lebhaft, braucht viel Aufmerksamkeit, ist ungern allein und möchte überall dabei sein. Dafür belohnt er „seinen“ Menschen mit einer riesengroßen Portion Zuneigung. Er liebt es, auf dem Schoß seines Menschen zu stehen, ihm die Vorderpfoten auf die Schulter zu legen und hingebungsvoll zu „köpfeln“. In seinem alten Zuhause hat Leo ausgedehnte Freigänge unternommen, die er vermisst und wieder aufnehmen möchte. Der TSV sucht für ihn eine Familie oder Einzelperson (gerne älter) die ihm die Zeit, Aufmerksamkeit und Zuneigung schenkt, die dieser überaus liebenswerte Senior braucht und verdient.

Foto: TSV

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




- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

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



www.krebskranke-kinder-darmstadt.de



Wir bilden aus!!!
**KAUFMANN/FRAU
BÜROMANAGEMENT**
(m/w/d)

Beginn der
Ausbildung
01.09.24

Unternehmen: Egro-Direktwerbung GmbH
Standort: Obertshausen
Beginn der Ausbildung: 01.09.2024
Dauer der Ausbildung: 3 Jahre

Über uns:

Wir sind ein innovatives Unternehmen im Bereich der unadressierten Haushaltswerbung, das seit über 60 Jahren erfolgreich am Markt agiert. Unser Fokus liegt auf der Abwicklung regionaler und nationaler Prospektverteilung – zielgenau und professionell. Als zukunftsorientiertes Unternehmen legen wir großen Wert auf die Ausbildung junger Talente und bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre berufliche Laufbahn in einem dynamischen Umfeld zu starten.

Ihre Aufgaben:

- Unterstützung in der allgemeinen Büroorganisation
- Bearbeitung von Schriftverkehr und Dokumenten
- Erledigung von administrativen Tätigkeiten
- Koordination von Terminen und Besprechungen
- Kundenkontakt und -betreuung
- Mitarbeit in Projekten zur Prozessoptimierung
- Einblicke in Buchführung und Controlling

Ihr Profil:

- Mittlerer Bildungsabschluss, Abitur oder Fachabitur
- Gute Kenntnisse in Deutsch und Mathematik
- Kommunikationsstärke und Freude daran, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten
- Teamfähigkeit und Organisationstalent
- Sorgfältige und strukturierte Arbeitsweise
- Sicherer Umgang mit MS-Office-Anwendungen

Was wir bieten:

- Eine fundierte und praxisorientierte Ausbildung
- Ein modernes und kollegiales Arbeitsumfeld mit flachen Hierarchien
- Abwechslungsreiche Aufgaben
- Kostenloses Schülerticket
- Hohe Übernahmechancen

Bewerbung:

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung, bestehend aus Anschreiben, Lebenslauf und Zeugnissen, per E-Mail an simone.kerpf-gurzawski@egro-direktwerbung.de. Bitte geben Sie im Betreff „Bewerbung Ausbildung Kaufmann für Büromanagement“ an.

Kontakt:

Egro-Direktwerbung GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen
06104 49700
www.egro-direktwerbung.de

EGRO

Direktwerbung GmbH



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

Nutzen Sie die Chance, Ihre berufliche Zukunft in einem erfolgreichen Unternehmen zu gestalten und bewerben Sie sich jetzt um einen Ausbildungsplatz als Kaufmann für Büromanagement bei der Egro-Direktwerbung GmbH!