

mein süd hessen

6C

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

14. September 2024

Das Leben in und um Kelsterbach und Hattersheim, Auflage 35.611

Rätselseiten

Sudoku
und
Rätsel



Seiten 6-7

Tiere der Woche

Tiere suchen
ein neues
Zuhause.



Seite 11

Grafik: Freepik

Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



Anzeige auf Seite 2.

Foto: sentido

Komfort in der Wildnis

Warum Glamping das neue Camping ist

Komfort in der Wildnis

Warum Glamping das neue Camping ist

Stellen Sie sich vor, Sie wachen mitten in der Natur auf, die Vögel zwitschern, der erste Sonnenstrahl kitzelt Ihr Gesicht – und doch liegen Sie in einem bequemen Bett, umgeben von stilvoller Einrichtung. Kein Zeltboden, kein mühsames Aufblasen der Isomatte, kein kaltes Frühstück aus der Dose. Willkommen in der Welt des Glampings, einer luxuriösen Form des Campings, die das Abenteuer der Wildnis mit den Annehmlichkeiten eines Boutique-Hotels verbindet.

Natur trifft Luxus

Glamping, eine Kombination aus „Glamour“ und „Camping“, ist ein Trend, der in den letzten Jahren immer mehr an Beliebtheit gewonnen hat. Während traditionelles Camping oft mit Zelten, Schlafsäcken und dem Kochen über offenem Feuer verbunden ist, bietet Glamping eine luxuriösere Alternative, die Komfort und Naturerlebnis vereint. Beim Glamping wird keine eigene Ausrüstung oder weiteres Equipment benötigt. Stattdessen wird in sehr bequemen und meist außergewöhnlichen Unterkünften mitten in der Natur übernachtet. Glamping eignet sich also bestens für alle, die einen Natururlaub erleben und es dabei bequem haben möchten.

Dafür bieten die Camp-Lodges der Sentido Premium Camps die perfekten Voraussetzungen.

Beste Lage, geräumige Ausstattung

Neben strandnahen Lagen in Italien bieten die fünf Premium Camps an der Adria, der Toskana und dem Garda moderne, vollausgestattete Camp-Lodges inkl. Kochnische und Terrasse. Sogar die Energiekosten sind bereits im Preis inklusive und jeder Wohneinheit steht ein nahegelegener Parkplatz zur Verfügung. Doch zum Sentido-Konzept gehört nicht nur ein eigener „Glamping Pod“ zum Schlafen und Erholen, sondern auch noch die besonders gemütlichen Küchen- und Gemeinschaftsbereiche. Für die Kleinsten gibt es spezielle Areale für alle Kids und Teens, wo es garantiert nie langweilig wird. Und wer so richtig entspannen will, findet sein Glück in den vielen Sport- und Wellnessbereichen der Sentido Premium Camps.

Mehr als nur ein Trend

Glamping ist mehr als nur ein Trend – es ist eine neue Art des Reisens, die Komfort und Naturerlebnis perfekt kombiniert. Für diejenigen, die



das Abenteuer des Campings erleben möchten, ohne dabei auf Luxus zu verzichten, ist Glamping die ideale Wahl.

Mit einer Vielzahl von Optionen, die von einfachen, aber eleganten Zelten bis hin zu extravaganten Baum-

häusern reichen, bietet Glamping für jeden Geschmack und jedes Budget etwas.

Fotos: sentido

Mehr Infos unter:
www.sentido.com

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

35 Enjoyhotels in
den Niederlanden, Belgien
und Deutschland.

enjoyhotels.de
All-Inclusive-Urlaub

37
Jahre
Enjoyhotels

5 Tage All-Inclusive
mit eigenen PKW!

5 Tage All-Inclusive-Urlaub

Unterkunft + Essen + Trinken + Unterhaltung

Brilon SAUERLAND

Enjoyhotel am Kurpark Brilon



NOVEMBER
5 TAGE AB
249⁹⁵€
p.p.

Wetzlar LAHNTAL-RHEIN-MAINREGION

Enjoyhotel Bürgerhof Wetzlar



NOVEMBER
5 TAGE AB
209⁹⁵€
p.p.

Greetsiel OST-FRIESLAND

Enjoyhotel Greetsiel



NOVEMBER
5 TAGE AB
259⁹⁵€
p.p.

Wohin reisen Sie dieses Jahr? Enjoyhotels begann vor 30 Jahren mit einem All-Inclusive-Hotel in Deutschland. Jetzt, 30 Jahre später, können Sie aus 35 Hotels wählen. Unsere All-Inclusive-Hotels befinden sich in den schönsten Urlaubsregionen der Niederlande, Belgiens und Deutschlands.

Lassen Sie sich beraten oder buchen Sie direkt unter 03222-1096089

Lanaken - Maastricht BELGISCH-LIMBURG

Enjoy Eurotel Lanaken



NOVEMBER
5 TAGE AB
258⁹⁵€
p.p.

Wemeldinge SEELAND

Enjoy Strandhotel Wemeldinge



NOVEMBER
5 TAGE AB
209⁹⁵€
p.p.

Wirges WESTERWALD

Enjoyhotel Westerwald



NEU
Enjoyhotel in
Deutschland

NOVEMBER
5 TAGE AB
259⁹⁵€
p.p.

Für alle Enjoyhotels gilt:

- ✓ Empfang mit warmen Mittagessen oder Kaffee und Kuchen
- ✓ Tägliches Enjoy Frühstücksbuffet, warmes Mittagessen oder Lunchpaket
- ✓ 4 x Drei-Gänge-Dinner oder Abendbuffet
- ✓ Täglich alle Getränke kostenlos von 17:00 bis 24:00 Uhr (Erfrischungsgetränke, Fruchtsäfte, Bier, Wein, Schnaps, Apfelkorn)
- ✓ Freie Nutzung aller Hoteleinrichtungen
- ✓ Jeden Abend Entertainment, einschließlich Wandern / Musik / Quiz (oft mit Snacks)
- ✓ Keine Buchungs- oder Reservierungskosten

Lügde TEUTOBURGERWALD

Enjoy Landhotel Lippischer Hof



NOVEMBER
5 TAGE AB
239⁹⁵€
p.p.

Frederiksoord DRENTHE

Enjoyhotel Frederiksoord



NEU
Enjoyhotel in den
Niederlanden

NOVEMBER
5 TAGE AB
299⁹⁵€
p.p.

Tongeren BELGISCH-LIMBURG

Enjoyhotel Eburon Tongeren



NOVEMBER
5 TAGE AB
258⁹⁵€
p.p.

Der Ausgangspreis ist der niedrigste Preis für ein bestimmtes Ankunftsdatum. Die Preise variieren je nach Ankunftsdatum.

Weitere Enjoyhotels finden Sie unter www.enjoyhotels.de oder rufen Sie an: **03222-1096089**

Alle Fehler vorbehalten und exklusive aller lokalen Gebühren. ✨ **Keine Buchungskosten**

Mit 13 ausgewählten Heilpflanzen:

Den Körper bei Erkältungen stärken



(PM). Wer sich eine Erkältung eingefangen hat, dem läuft die Nase, es schmerzen Hals und Rachen, Husten quält und das Atmen fällt schwer. Noch unangenehm ist es, weder ein- noch durchschlafen zu können. Doch es gibt es eine Möglichkeit, sich einerseits bei Erkältungen zu stärken und andererseits für einen erholsamen Schlaf zu sorgen, sagen Praktiker und verweisen auf eine

Kombination aus Melisse sowie 12 weiteren, ausgewählten Heilpflanzen.

Selbst eine gute körpereigene Abwehr kann keine wirkliche Immunität gegen Erkältungsviren entwickeln. Umso entscheidender ist es dann, alles zu tun, um den Organismus zu unterstützen. Bewährt hat sich hierfür der Einsatz einer Naturarznei

mit 13 sorgfältig ausgewählten Heilpflanzen (Klosterfrau Melissengeist rezeptfrei in Apotheken und Drogerien erhältlich). Ihren Inhaltsstoffen werden einerseits antivirale und anti-mikrobielle Wirkungen zugeschrieben, andererseits konnten stressabbauende sowie schlaffördernde Wirkungen nachgewiesen werden.

Studien zeigen immunstimulierende Wirkung

Anwender der Naturarznei – dies zeigten Studien – erholten sich schneller von typischen Erkältungsbeschwerden wie Abgeschlagenheit, Halsschmerzen oder Rötung von Hals oder Mandeln. Die Krankheitsdauer verkürzte sich um etwa einen Tag. Verantwortlich dafür ist einerseits eine antivirale und entzündungshemmende Wirkung, andererseits ein in Fachkreisen als „immunmodulierend“ bezeichneter Effekt, der es dem Immunsys-

tem ermöglicht, effektiver gegen krankmachende Erreger vorzugehen. Wenn Betroffene zudem wieder erholsam durchschlafen können, werden diese positiven Effekte noch verstärkt. Denn Schlafmangel während einer Erkältung raubt dem Immunsystem wichtige Erholungszeiten. Dabei ist es gar nicht so schwierig, etwas für besseren Schlaf zu tun, sagt eine viel beachtete Studie. Darin wurden über 100 Personen mit Schlafstörungen untersucht. Über einen Zeitraum von ca. einer Woche nahmen alle Studienteilnehmer durchschnittlich zweimal täglich zwei Teelöffel Klosterfrau Melissengeist ein. Das erfreuliche Ergebnis: Die Schlafqualität besserte sich deutlich und über 96% der Teilnehmer konnten wieder gut ein- und durchschlafen. Eine wirksame Hilfestellung also für alle, die sich nicht jedes Jahr immer wieder mit den üblichen Erkältungssymptomen abfinden wollen.

Foto: stock.adobe.com/pressmaster

So finde ich die richtige Sportart für mich

(DRM). Die Auswahl der passenden Sportart ist eine persönliche Reise, die von vielen Faktoren beeinflusst wird. Die richtige Sportart kann nicht nur zur körperlichen Gesundheit beitragen, sondern auch das emotionale und soziale Wohlbefinden steigern. Hier sind einige Schritte und Überlegungen, die dir helfen können, die für dich perfekte Sportart zu finden.

Bevor du dich für eine Sportart entscheidest, ist es zunächst einmal wichtig, deine persönlichen Ziele und Vorlieben zu kennen. Stelle dir deshalb Fragen wie:

- Was möchte ich mit dem Sport erreichen? (Gewichtsabnahme, Muskelaufbau, Ausdauer, Entspannung, soziale Interaktion)
- Bevorzuge ich Einzel- oder Teamsportarten?
- Möchte ich drinnen oder draußen trainieren?
- Habe ich gesundheitlichen Einschränkungen, die einen direkten Einfluss auf die Ausübung der Sportart haben könnten?

Diese Fragen helfen dir, eine grobe Vorstellung davon zu bekommen, welche Sportarten zu deinem Lebensstil und deinen Zielen passen könnten.

Probieren verschiedene Sportarten aus

Es gibt eine Vielzahl an Sportarten, und oft weiß man erst nach dem Ausprobieren, ob eine Aktivität wirklich zu einem passt. Viele Fitnessstudios und Vereine bieten kostenlose Probestunden, kurze Einführungsprogramme oder Trainings an. Nutze diese Gelegenheiten, um verschiedene Sportarten kennenzulernen und scheue dich dabei nicht, ehrlich mit den Erlebnissen umzugehen. Sportarten, die du in den kommenden Monaten ausprobieren könntest:

- Kardiovaskuläre Aktivitäten: Laufen, Radfahren, Schwimmen, Rudern
- Krafttraining: Gewichtheben, CrossFit, Bodyweight-Übungen
- Flexibilitäts- und Entspannungsübungen: Yoga, Pilates, Tai Chi

- Teamsportarten: Fußball, Basketball, Volleyball oder Tennis
- Kampfsport: Karate, Judo, Boxen, Taekwondo
- Freizeit- und Abenteuersportarten: Klettern, Wandern, Surfen

Berücksichtige deinen Zeitplan und deine Ressourcen

Die Verfügbarkeit von Zeit und Ressourcen spielt eine große Rolle bei der Wahl der richtigen Sportart. Wenn du einen vollen Terminkalender hast, könnte eine Sportart, die leicht zugänglich ist und wenig Ausrüstung erfordert, ideal sein. Überlege auch, wie viel Geld du für die Ausrüstung, Mitgliedschaften und Kurse ausgeben kannst bzw. möchtest.

Sport und Vereinszugehörigkeit als sozialer Faktor

Sport kann eine großartige Möglichkeit sein, neue Leute kennenzulernen und soziale Bindungen zu stärken. Wenn du ein geselliger Mensch bist, könnten Teamsportarten oder Gruppenfitnesskurse

gut zu dir passen. Andererseits, wenn du die Ruhe und den Rückzug schätzt, könnten individuelle Sportarten wie Joggen oder Yoga im eigenen Wohnzimmer besser geeignet sein. Die Auswahl ist dabei so groß, dass jeder mit etwas Zeitaufwand den geeigneten Sport für sich finden kann.

Ohne langfristige Motivation geht es nicht

Die Wahl einer Sportart, die dir langfristig Freude bereitet, ist entscheidend für den Erfolg. Überlege, welche Aktivitäten dir als Kind Spaß gemacht haben oder welche Sportarten du auch in deiner Freizeit gerne auf Profiniveau verfolgst. Leidenschaft und Interesse können eine starke Motivation sein, die dich auf lange Sicht bei der Stange hält. Egal, ob du den Adrenalinkick beim Klettern suchst, die Ruhe beim Yoga genießt oder die Gemeinschaft beim Teamsport schätzt – die perfekte Sportart wartet darauf, entdeckt zu werden. Bleib dran und genieße die Reise zu einem aktiveren und gesünderen Leben.

Die Ursprünge der Automobilindustrie

(DRM). Die Geschichte des Autos ist eine faszinierende Reise durch die Zeit, geprägt von Innovation, Erfindergeist und technologischem Fortschritt. Die Ursprünge des Automobils reichen dabei allerdings bereits bis ins 18. Jahrhundert zurück und sind das Ergebnis der Arbeit vieler Pioniere und Erfinder.

Die frühen Anfänge

Die Idee eines selbstfahrenden Fahrzeugs wurde bereits im 15. Jahrhundert von Leonardo da Vinci skizziert. Als erstes von Maschinenkraft angetriebenes Fahrzeug überhaupt gilt bis heute der 4.000 Kg schwere dreirädrige Dampfwagen, den der Franzose Nicolas-Joseph Cugnot 1769 entwickelte. Dieser "Fardier à vapeur" war in erster Linie für den Transport von Artillerie bestimmt und erreichte eine Geschwindigkeit von etwa 4 km/h. In der Folgezeit entstanden weitere Dampfwagen, die zum Teil auch in Serie gebaut wurden.

Fortschritte im 19. Jahrhundert

Im 19. Jahrhundert wurden verschiedene Antriebstechnologien erforscht, darunter Dampf-, Elektro- und Benzinantriebe. Richard Trevithick und George Stephenson verbesserten die Dampftechnologie, was zur Entwicklung von Lokomotiven und später zu dampfbetriebenen Straßenfahrzeugen führte. Die ersten elektrisch betriebenen Autos entstanden in den 1830er Jahren, als Robert Anderson in Schottland und Thomas Davenport in den USA die ersten Prototypen entwickelten. Elektroautos waren leise und sauber, hatten jedoch eine begrenzte Reichweite und Ladepro-

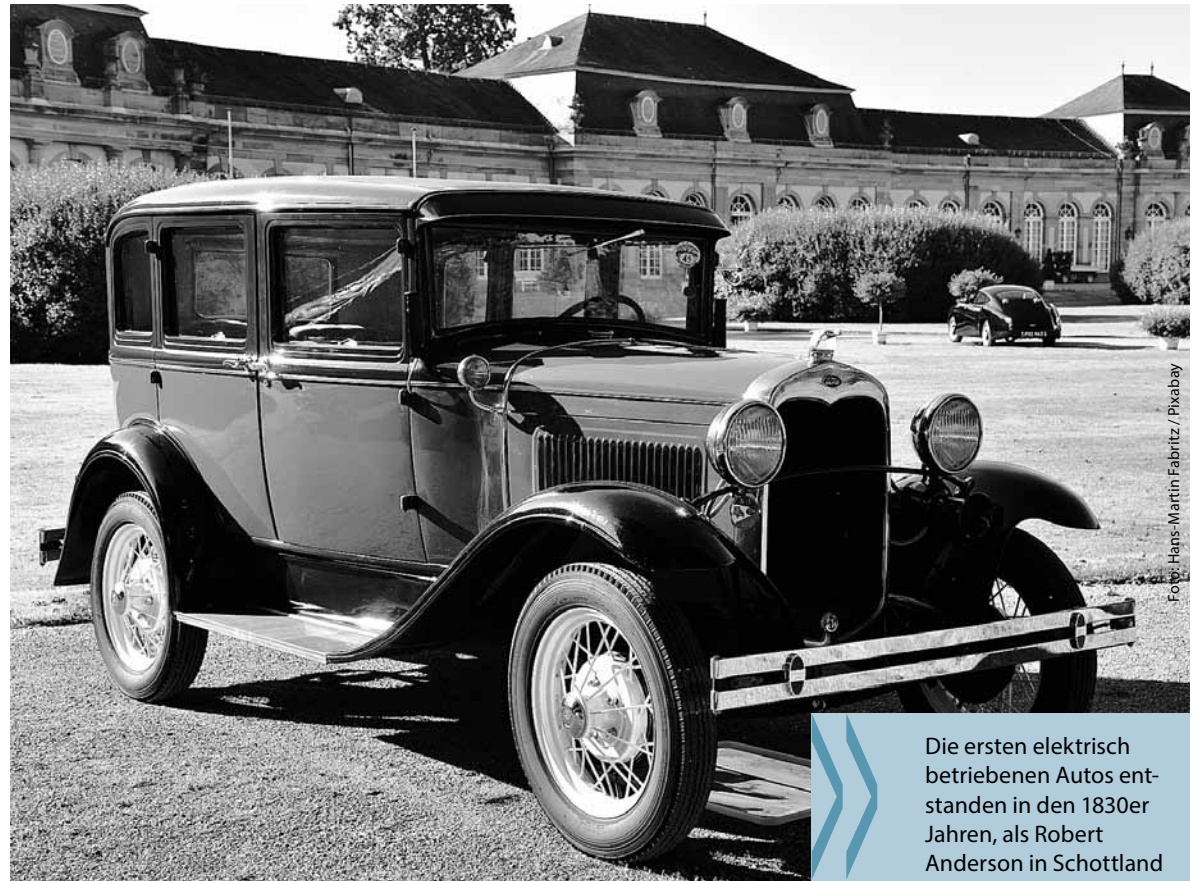


Foto: Hans-Martin Fabritz / Pixabay

Die ersten elektrisch betriebenen Autos entstanden in den 1830er Jahren, als Robert Anderson in Schottland und Thomas Davenport in den USA die ersten Prototypen entwickelten.

Elektroautos waren leise und sauber, hatten jedoch eine begrenzte Reichweite und Ladeprobleme, was ihre Verbreitung einschränkte – Probleme, die bis heute nicht final im Sektor der E-Autos gelöst werden konnten.

bleme, was ihre Verbreitung einschränkte – Probleme, die bis heute nicht final im Sektor der E-Autos gelöst werden konnten.

Die Erfindung des Verbrennungsmotors

Die bedeutendsten Fortschritte in der Entwicklung des Autos wurden durch die Erfindung des Verbrennungsmotors erzielt. 1867 entwickelten Nikolaus Otto und Eugen Langen den ersten funktionstüchtigen Gasmotor, den sogenannten Otto-Motor. Dieser Viertaktmotor

legte den Grundstein für die moderne Automobilindustrie und hatte einen großen Anteil an der Geburt des modernen Autos.

Das erste moderne Auto, wie wir es heute kennen, wurde von Karl Benz entwickelt. 1886 erhielt Benz das Patent für seinen dreirädrigen Motorwagen, der als das erste praxistaugliche Automobil mit Verbrennungsmotor gilt. Zeitgleich arbeiteten Gottlieb Daimler und Wilhelm Maybach an einem ähnlichen Fahrzeug mit einem Hochgeschwindigkeitsmotor, der in einem vierrädrigen Wagen eingebaut wurde.

Der Beginn der Massenproduktion

Der nächste große Schritt in der Geschichte des Autos war die Einführung der Fließbandproduktion durch Henry Ford. Mit dem Modell T, das 1908 auf den Markt kam, revolutionierte Ford die Automobilindustrie. Durch die Massenproduktion wurden Autos für breite Bevölkerungsschichten erschwinglich und zugänglich – der Rest ist, zumindest aus heutiger Sicht, Geschichte.

Die Ursprünge des Autos sind also das Ergebnis einer langen Kette

von Erfindungen und Innovationen. Von den ersten dampfbetriebenen Fahrzeugen über elektrische Prototypen bis hin zu den bahnbrechenden Verbrennungsmotoren – jedes dieser Schritte trug dazu bei, das Automobil zu dem zu machen, was es heute ist. Die Automobilgeschichte ist ein eindrucksvolles Zeugnis menschlicher Kreativität und technischen Fortschritts, das die Welt nachhaltig verändert hat. Heute, rund 120 Jahre nach der Einführung der Fließbandproduktion, steht die Autoindustrie derweil vor viel weitreichenderen Problemen. Zwar dominiert der Verbrenner nach wie vor den Markt – der Trend geht aber trotz vieler kleiner Probleme in Richtung E-Mobilität.



Foto: Robert Allmann / Pixabay

Fit werden für das Projektmanagement

Mehrwöchige Online-Fortbildung bildet Fach- und Führungskräfte weiter

(DJD-K). Projektarbeit ist heute in vielen Unternehmen und Organisationen ein Standard. Dabei geht es nicht mehr darum, dass einem bestimmten Mitarbeiter eine festgelegte Aufgabe zugeteilt wird, sondern darum, als Team interdisziplinäre Lösungen zu finden. Durch den permanenten technologischen, wirtschaftlichen und sozialen Wandel werden die Aktions- und Reaktionszeiten dafür immer kürzer. Eine wichtige Schlüsselrolle, um komplexe Projektarbeiten erfolgreich durchzuführen, fällt dem Projektmanagement zu. Wer diese Rolle neu übernehmen möchte, bisher aber noch keine Erfahrung darin hat, kann bei einer passenden Online-Weiterbildung mit IHK-Abschluss alles Notwendige dafür lernen.

Onlinekurs für Fachkräfte

Der Online-Lehrgang „Projektmanager/Projektmanagerin“ der IHK-Akademie Koblenz ist bei



Wenn mehrere Menschen gemeinsam an einem Projekt arbeiten, muss einer die Führung übernehmen.

Foto: djd-k/IHK-Akademie Koblenz/Viacheslav Yakobchuk - stock.adobe.com

der staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) zugelassen. Der Online-Kurs richtet sich an Fach- und Führungskräfte sowie Selbstständige und Freiberufler, die in Unternehmen und anderen Organisationen Projekte leiten werden oder Projektmanagement einführen oder professionalisieren wollen. Das kompakte Konzept der Online-Weiterbildung beinhaltet

Selbstlernphasen und ergänzende Online-Veranstaltungen, verteilt auf etwa neun Stunden Zeitaufwand pro Woche über drei Monate. Es werden selbstständig Lerntexte, Übungs- und Einsendaufgaben bearbeitet. Das hat den Vorteil, dass Teilnehmer zeitlich flexibel sind und den Lehrgang auch schaffen, wenn sie zudem noch in ihrem gelernten Beruf arbeiten oder Fami-

lie zu versorgen haben. Genaueres zum Inhalt finden Interessierte auf www.ihk-akademie-koblenz.de unter dem Webcode 504PMOB. Begleitend werden die Teilnehmer auf dem Online-Campus durch Fachtutorinnen und -tutoren betreut.

Eigene Projekte beruflich voranbringen

Die Kosten für diese Fortbildung sind von der Steuer voll abzugsfähig, da das Finanzamt sie als Werbungskosten akzeptiert. Wer den Online-Lehrgang erfolgreich absolviert hat, ist anschließend in der Lage, eigenständig Projekte kleiner und mittlerer Größe zu initiieren, zu planen und je nach Anforderungen und betrieblichen Rahmenbedingungen aufzusetzen; sie mit den richtigen Methoden und mit der passenden IT-Unterstützung zu steuern, zu überwachen und sie im letzten Schritt zu evaluieren und die Ergebnisse zu verwerten.

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 36

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

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

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



Lebensversicherungen – BGH-Urteil Geldregen für Versicherte!

ANZEIGE

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

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

Auf Grund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versiche-

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



Es geht um viel Geld
Foto: fotomek/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfer

Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

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

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

Erholsamer Schlaf trotz Neurodermitis – nur ein Traum?

ANZEIGE

Der Juckreiz bei Neurodermitis belastet Betroffene nicht nur tags über, sondern auch nachts. Schwierigkeiten beim Ein- und Durchschlafen, Müdigkeit am nächsten Tag – das kennen etwa 82 % der Menschen mit Neurodermitis.¹ Doch erholsamer Schlaf ist nicht nur wichtig für die Leistungsfähigkeit im Alltag, sondern auch für die psychische und körperliche Gesundheit. So kann sich auch der Hautzustand durch die Folgen des Schlafmangels verschlechtern. Doch mit den richtigen Strategien wird ein erholsamer Schlaf auch für Neurodermitis-Betroffene wieder möglich.

Warum die Haut nachts juckt

Der nächtliche Juckreiz führt bei vielen Neurodermitis-Betroffenen zu Schlafstörungen. Bei Kindern mit Neurodermitis wird oft sogar der Schlaf der ganzen Familie beeinträchtigt. Vor allem Wärme und Schweiß fördern den Juckreiz, aber auch die Reibung der Haut an Textilien (z. B. Bettwäsche, Pyjama) kann Hautreizungen hervorrufen – insbesondere



wenn diese aus synthetischen Stoffen bestehen. Ein kühles, dunkles Schlafzimmer, Entspannungstechniken, die tägliche Basispflege: Es gibt verschiedene Komponenten, mit denen Betroffene ihre Schlafqualität positiv beeinflussen können. „Ich habe mir angewöhnt, meine Haut kurz vor dem Schlafengehen noch einmal einzucremen. Dadurch kann ich länger schlafen, ohne dass die Haut wieder trocken wird. Meine Feuchtigkeitscreme bewahre ich auf dem Nachttisch auf, damit ich mich im Notfall gleich eincremen kann“, berichtet Bloggerin und Neurodermitis-Betroffene Laura. Wenn die Haut nachts stark juckt, kann auch das Kühlen

der betreffenden Stellen, etwa mit einem Kühlpack, helfen.

Wenn die Schlafstörungen über eine lange Zeit anhalten und sich die Schlafqualität trotz verschiedener Maßnahmen nicht verbessert, sollten Betroffene dies im Arztgespräch ansprechen. Wie gut kontrolliert die eigene Neurodermitis ist, können Menschen mit Neurodermitis vor dem Arztbesuch mit einem Selbsttest (ADCT) herausfinden. Die Forschung entwickelt sich immer weiter und inzwischen stehen moderne Therapieoptionen für eine langfristige Krankheitskontrolle zur Verfügung, mit denen eine ungestörte Nachtruhe für Neurodermitis-Betroffene wieder zur Normalität werden kann.

Tipps für besseres Ein- und Durchschlafen bei Neurodermitis, für eine verbesserte Schlafumgebung, Tagesaktivität, Ernährung, Schlafhygiene, Schlafroutine sowie Entspannungsübungen und SOS-Juckreiz-Tipps finden Betroffene auf der neuen Website www.schlafen-mit-neurodermitis.info sowie auf dem Instagram-Kanal [@leben_mit_neurodermitis.info](https://www.instagram.com/leben_mit_neurodermitis.info).

¹Kaaz K et al. Acta Derma Venereol 2019; 99: 175-180



Rhein Main Verlag

22 Zeitungen 31 Ausgaben

718T Haushalte

ECHT REGIONAL LOKAL

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

NEUE ZEITUNG HEUSENSTAMM

DER ISEBORJER

meinsüd hessen

MÜNSTERER ANZEIGEBLATT

HEIMATBLATT RÖDERMARK

NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

EPPERTSHAUSENER ANZEIGEBLATT

Rodgau Zeitung

Odenwälder Journal

Verlagshaus Taunus MEDIEN GMBH

Südhessen in einem Verlag

www.rheinmainverlag.de

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

Was ist eigentlich der „Old Money Style“?



(DRM). „Old Money“ bedeutet wörtlich übersetzt altes Geld und genau danach soll dieser Style auch aussehen. Der Look soll an Traditionen und alte Werte erinnern. Man will so aussehen, als ob man einer wohlhabenden Familiendynastien entstammt.

Typische Merkmale

Hochwertige Materialien, unaufdringliche Eleganz und Minimalismus ohne Markenlogos – all das soll einen luxuriösen Lebensstil verkörpern, ohne zu protzen. Konkret bedeutet das: verstärkte Polohemden und Bundfaltenhosen für Männer, Kleider in A-Linie, minimalistischer Schmuck in Form von edlen Perlen, statt Statement-Ketten für Frauen. Garniert mit einem Touch Modernität und deshalb auch lockerer geschnitten. Dazu gehören zurückhaltende Farben wie Braun, Beige, Grau oder auch Weiß. Alles nach dem

Motto: Schlicht, aber teuer.

Im krassen Gegensatz dazu steht der „New Money Look“. Als neu reich werden oft Personen bezeichnet, die erst später im Leben zu Geld gekommen sind und eben nicht in eine wohlhabende Familie hineingeboren wurden. Ihnen fehlt es oft an der nötigen Nonchalance, außerdem beherrschen sie die gesellschaftlichen Sitten und Formen nicht. Im Gegensatz zum schlichten Luxus des Old Money Styles gehört es zum New Money Look, dass man seinen Reichtum durch materielle Dinge zur Schau stellt.

Vorbilder des Old Money Style

Der Old Money Trend taucht immer mal wieder auf. Vorbilder dieses Stils waren unter anderen Prinzessin Diana oder Jackie Kennedy. Ein neuer Hype um diesen Trend wurde durch die US-Serie

„Succession“ ausgelöst. Die Serie handelt von einer Milliardärsfamilie in New York.

Teuer aussehen – billig kaufen!

Dieser Trend strotzt jedoch nur so vor Ironie. Denn nicht jeder, der diesem Trend folgen möchte, hat auch die Mittel dafür. Statt also ein Luxusgut zu erwerben, wird ein erschwingliches oder sogar billiges Produkt gekauft. Billiganbieter auf dem Modemarkt imitieren mittlerweile selbst brandneue Kollektionen in Windeseile. Statt also hochwertige Kleidung zu tragen, wie es der Trend vorsieht, wird auf minderwertige Ware zurückgegriffen und so der Fast-Fashion-Markt unterstützt. Der Old-Money-Style wird damit wiederum ad absurdum geführt, da es am Ende wieder mehr Schein als Sein ist.

Foto: Pexels

Den Traumjob
gibt es hier!

myjob.de
Mein Job & Ich



Das **NEUE**
Jobportal

RheinMainVerlag

myjob.de ein Produkt der
EGRO MEDIENGRUPPE

WIR SUCHEN SCHÜLER ALS
ZEITUNGszusteller

(m/w/d)

Tel.: 06104 - 49 70 90

E-Mail: zusteller@egro-direktwerbung.de

So besserst Du,
Dein Taschengeld
auf.



Scanne hier und schreib
uns über WhatsApp!!!

EGRO
Direktwerbung GmbH



Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

Anzeigen | Markt

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

Kaufe Wohnmobile & Wohnwagen, Zustand egal auch mit Mängel Tel. 0174/6004673

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

Sammlerin Amalia kauft Pelze, Nerze, Silberbesteck und Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Zinn, Perlen, Kupfer, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Leder- und Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Gardinen, Puppen, Orden, Figuren, komplette Nachlässe auch Haushaltsauflösungen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, 100% seriös und diskret. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie kostenlose Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. ☎ 069 - 25 71 84 43

Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren, Bagger, Anhänger, Baumaschinen, zahle bar und Höchstpreise! Tel. 0151/71872306, 06258/5089921

Alles komplett aus einer Hand! Innenausbau • Trockenbau • streichen • fliesen • Bad komplett • 25 Jahre Erfahrung • zuverlässig ☎ 0172 / 67 18 159

1A Trapezbleche auf Maß direkt v. Hersteller. 10% online Rabatt mit dem Code db149 + Lieferung bundesweit ☎ 03685/40914-149 www.dachbleche24-shop.de

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

Kaufe Autos

PKW, Busse, LKW, Geländewagen, Wohnwagen/- mobile, Traktoren, Bagger, auch mit Mängeln. Zustand egal. Bitte alles anbieten, Zahle bar und Fair. **24 Stunden erreichbar!** **06157/9168006** **0177/31 05303**

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

Kaufe Motorräder alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chipper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Auch mit Mängel oder Unfall. Bitte alles anbieten. Zahle bar 06158/6086991, 0173/3087449

Herr Kunzmann 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

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

Stellen

Pflegehelferin sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Ich betreue seit vielen Jahren Nonstop pflegebedürftige Menschen. Verichte alle Pflege und Haushaltspflichten selbstständig. Nur Langfristig mit Wohnmöglichkeit! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

Nebenjob gefällig? Keine Versicherung, kein Verkauf! Bei Interesse bitte melden unter ☎ 06104-4970-90

Partnersuche

Margot, 73 J., gel. Arzthelferin zuletzt als Altenbetreuerin tätig, liebevolle, hübsche, zärtliche Witwe, mit guter Figur, etwas vollbusig. Mein Herz sehnt sich nach e. zuverlässigen Mann, Alter u. Aussehen sind nicht entscheidend, habe Auto u. bin nicht ortsbunden. Lassen Sie uns doch einfach mal telefonieren pv Tel. 0151 - 62913874

Beilagen-Hinweis

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

Action, ALDI, Bauhaus, Edeka, Expert Klein, Globus, HIT, JYSK, KODi, LIDL, Marktkauf, Möbel Kempf, Mobile, Netto, Norma, Penny, POCO, Polster Aktuell, REWE, Rossmann, Toom Baumarkt, XXXLutz, Zimmermann

ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40
info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH | Bieberer Straße 137 • 63179 Obertshausen

SUCHE FAHRZEUGE

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise Sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.

0151/ 7187 2306
06258/5089921

KFZ BAR ANKAUF

Alle Fahrzeuge

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile, Wohnwagen, Oldtimer, Traktoren, Bagger.

Alles anbieten!

(Baujahr, Km, Zustand egal).
Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.
06158 - 6086988
0173 - 3087449

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**

Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Anschrift: Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen
06104 66720-40 - info@rheinmainverlag.de

Geschäftsführung: Bernd Maas - Angelika Hofferberth
Redaktion: 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.

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

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. 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 Preisausloosungen ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Tiere der Woche



Grafik: freepik

Kurt

TINO (PM). Der Verein „Tiere in Not Odenwald e.V.“ sucht ein Zuhause für KURT.

Kurt ist ein mittelgroßer junger Kerl, der im Oktober 2021 geboren wurde. Kurt hatte schon mal ein Zuhause, kam aber wieder zurück. Kurt ist ein fröhlicher, sehr aktiver Rüde, der sich Menschen, die er kennt und denen er vertraut, gut anschließt. Fremde findet Kurt eher so mittel, da kommt nämlich seine andere - seine unsichere Seite - zum Vorschein. Dingen oder auch Menschen, die er nicht kennt, begegnet Kurt mit Misstrauen, Verbellen und Zurückweichen. Kurt hat einfach noch nicht gelernt, solche Situationen gelassen und souverän zu meistern. Der junge Rüde braucht also Menschen, die ein bisschen Erfahrung mitbringen und die Bereitschaft und Gelassenheit, solche Situationen mit ihm gemeinsam zu überwinden.

Wenn Sie einmal KURT kennenlernen möchten, können Sie sich an das TINO-Büro unter 06063/939848 wenden oder sich vorab auf www.tiere-in-not-odenwald.de informieren.



Wir bitten um Ihr Verständnis, dass aufgrund der derzeitigen Situation ein Kennenlernen nur nach einer telefonischen Absprache erfolgt.

Foto: TINO

Tiere in Not Odenwald e.V. | Tel. 06063/939848
www.tiere-in-not-odenwald.de

Muckel

HTB (PM). Muckel ist ein Ruhiger und ausgeglichener Hund. Er ist absolut verträglich mit anderen Hunden und auch Katzen. Wir denken, dass bei seiner Mischung ein Pudel mitgemacht hat.

Muckel ist 5 Jahre alt, 38 cm groß und wiegt 12 kg. Er ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: HTB



Weitere Informationen unter
Hoffungsvolle Tierblicke e.V.
www.htb-ev.de

Tel. 06068-4785493
oder 0162-2939838

Petre

Petre sucht dringend eine Endpflegestelle als Einzelprinz.

Rasse: Schäferhund Mischling
Geburtsjahr: 07.2016
Farbe: tricolor
Geschlecht: männlich
Größe: mittelgroß
kastriert: ja



TE (PM). Petre sucht eine Endpflegestelle. Leider ist unser Petre nicht der Gesündeste. Seine Arthrose/Spondylosen bereiten ihm des Öfteren Schmerzen und große Sprünge kann er nicht mehr machen. Seine Gassirunden fallen dementsprechend klein aus.

Petre ist sehr menschenbezogen und liebt es, gekuschelt zu werden. Bei Artgenossen entscheidet die Sympathie.

Sehr wahrscheinlich wäre ein Einzelplatz, wo er die menschliche Zuwendung alleine für sich genießen kann, die beste Lösung für ihn.

Für Petre suchen wir ein Zuhause, in dem er keine Treppen steigen muss. Buddy, wartet sehnsüchtig auf seine Menschen.

Kontakt: hunde@tierherberge-egelsbach.de, Telefonnummer 06103-49336.

Foto: Marion Büttner

Tierherberge Egelsbach
<https://tierherberge-egelsbach.de>



Nemo und Perle

TSV SELIGENSTADT (PM). Ein hübsches Zwergwidder-Pärchen Nemo und seine Partnerin Perle sind noch gar nicht sooo lange beim Tierschutzverein Seligenstadt. Deswegen kann noch gar nicht soviel zu den beiden gesagt werden. Sie kennen sich von Klein auf. Rasbedingt sind sie eher gemütlich unterwegs, für ihr Alter (gut 6 Jahre) sind sie sehr fit.

Sie sind verschmust, lassen sich streicheln, fressen aus der Hand und möchten zusammen in ein neues Zuhause ziehen.

Mehr Informationen über Nemo und Perle 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.

Fotos: TSV

Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. | <https://tsvseligenstadt.de>
Tel.: 06182-26626 | E-Mail: info@tsvseligenstadt.de

Jetzt
NEU!



Mitarbeiter finden

Job suchen

Jobmailer
abonnieren

Nutzen Sie unseren Social Media Boost

- Ihre Social-Media-Recruiting-Kampagne wird KI gestützt und gemeinsam mit unserem Berater in einem Arbeitsgang für alle gewünschten Medienkanäle erstellt
- Nur 20% der möglichen Erwerbstätigen suchen aktiv einen (neuen) Job. Wie erreichen Sie also viel mehr Kandidaten?
- Mit einer Job-Anzeige auf Facebook, Instagram, Google oder LinkedIn holen Sie die wechselwilligen Bewerber direkt dort ab, wo sie gerade sind
- Die KI ermöglicht das Aussteuern Ihres Jobangebots über die einzelnen sozialen Medien hinweg. Keywords/Interessen, Targeting/Suchgebiete und ihr eingesetztes Budget werden durch die Software automatisch optimiert - 24/7. Es gibt keine andere Software in Europa, die das leistet



Sprechen Sie Ihre potenziellen Kandidaten dort an, wo sie sich gerne aufhalten und auf dem Kanal, dem sie vertrauen! 56,4 Mio. Menschen bewegen sich jeden Tag mehr als 5 Stunden im Internet.

Ihr Weg zu uns

- 👤 **Michael Pelz**
Verkaufsleiter
- ☎ 0151/40249692 @ michael.pelz@rheinmainverlag.de



Ein Produkt der

EGRO MEDIENGRUPPE

