



NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN

Unsere Heimat

Nr. 42 / 2024 · 4. Jahrgang · Freitag, 18. Oktober 2024 zum Wochenende

Unabhängige Wochenzeitung und Nachrichten aus und für Obertshausen

„75 Jahre Blasorchester“

Musiker der TGS Hausen feiern Jubiläum



Hausen (ah) Der musikalische Höhepunkt des Blasorchesters der Turngesellschaft (TGS) Hausen ist das alljährliche Herbstkonzert im großen Saal des Bürgerhauses, aber in diesem Jahr legten sich die Musiker besonders ins Zeug, denn es war das Jubiläumskonzert „75 Jahre Blasorchester“. Die Moderation hatte Svenja Martin übernommen, die auch die Anfänge des Orchesters als Spielmannszug erwähnte. Glückwünsche zum Jubiläum gab es natürlich auch von Bürgermeister Manuel Friedrich.

Für dieses Konzert hatte sich Peter Ripkens, der das Orchester

seit 1997 leitet, ein breit gefächertes Programm ausgedacht. Los ging es mit „Start Up The Band“ von Gilbert Tinner. Es folgten „La Storia“ von Jacob de Haan, dem „Ungarischer Tanz Nr. 5“ von Johannes Brahms, „The Witch And The Saint“ von Steven Reineke, „Selections from Les Miserables“ nach einem Arrangement von Warren Barker und mit dem Radetzky-Marsch von Johann Strauß ging es in die Pause. Der zweite Teil wurde mit „In The Mood“ nach einem Arrangement von Andy Clark eröffnet, das auf einem Arrangement von Glenn Miller basiert. Es folgte

„Sandpaper Ballet“ von Leroy Anderson mit den Solisten Caroline Michel, Lana Ripkens und Valentin Michel. Bei „Wild Cat Blues“ von Thomas Walter glänzte Lara Picard an der Solo-Klarinette. Anschließend war „The Girl from Ipanema“ an der Reihe. Es ist der bekanntere englische Titel eines populären, im Jahr 1962 von Antonios Carlos komponierten brasilianischen Musikstücks. Mit dem Medley „Moments For Morricone“ nach Johan de Mey ging das offizielle Programm zu Ende, aber ohne Zugabe wurde das Orchester nicht von der Bühne gelassen. (Foto: ah)



„3malig+“ im Bürgerhaus

Konzert mit Big Band der Firma Karl Mayer als Special Guest

Obertshausen (ah) Im Namen des Ensembles „3malig+“ ist schon der Hinweis, was das Besondere an dieser Gruppe ist: Drei Brüder, die sich nicht nur bis auf das Haar gleichen, sondern auch noch gemeinsam musizieren. Der Name bezieht sich auf die eineiigen Drilllinge Nikita, Daniel und Christian Maurer, die bei ihrem Konzert im Bürgerhaus am Freitagabend zusammen mit ihrem jüngeren Bruder Johannes und ihrem Lehrer und Mentor Jürgen Weiss am Klavier spielten.

Beim vierten Konzert in dieser Besetzung präsentierten die Brüder neben Werken aus Jazz und Klezmer auch viele Klassiker von Rock und Pop aus den 1970er und 1980er Jahren. Nikita spielt am Tenor, Daniel am Altsaxofon und Christian die Trompete. Dazu dann noch der jüngere Bruder Johannes am Schlagzeug. Los ging es mit „Arthur's Theme, gefolgt von „Penny Lane“, „Unchained Melody“, „Take On Me“, „La Valse d'Amelie“, „No Time To Die“, „Josua Fit The Battle“, „haTikwa“, „I will Survive“ und die Zugabe „Lonely Shepherd“. Die Moderation übernahmen die Drilllinge selbst.

„Special Guest“ eingeladen, die Big Band der Firma Karl Mayer unter Leitung von Dietmar Schrod. Allerdings blieb diesmal das Dirigentenpult leer, denn Dietmar Schrod reihte sich in die Musiker ein, da ein Posaunist ausgefallen war. Auch hier waren die Maurer-Drilllinge aktiv. Zu hören bekamen die Konzertgäste „There will never be Another You“, „Engine No.9“, „Harlem Nocturne“, „Tour de Force“, „Day Tripper“, „On the Street Where You Live“, „There's Only So Much Oil in the Ground“ und „Basie, Straight Ahead“. Natürlich gab es am Ende wiederum den Wunsch nach einer Zugabe, der mit „Rock this Town“ erfüllt wurden. (Foto: ah)

Vorher Nachher

SERVICE RUND UM IHR
HAUSMEISTER SERVICE
HAUS UND GARTEN

IHR PROFI RUND UMS HAUS

Wir arbeiten mit einem Hochdruckreiniger mit **80% Luft und 20% Wasser**. Anschließend versiegeln wir den Stein mit einer Schutz Mischung. Durch diese Versiegelung garantieren wir, dass jahrelang kein Moos, keine Algen oder hartnäckiger Schmutz auftreten werden. Nach der Reinigung verfugen wir die Fugen auf Wunsch erneut mit verschiedenen Sandarten.

DIENSTLEISTUNGEN

- Pflaster-/ Terrassen-/ Fassaden-/ und Dachreinigung aller Art
- Entsorgung von Bauschutt und Holz
- Renovierungsarbeiten aller Art
- Holz streichen
- Hecken/ Bäume schneiden aller Art
- Wintergartenreinigung
- Haushaltsauflösungen
- Gartenarbeit aller Art
- Fliesen abstemmen
- Winterdienst
- Tapeten entfernen

150,- €
Neukunden
Rabatt

KOSTENLOSE BERATUNG & PROBE VOR ORT

06106 / 2791922

Hochstädter Str. 16 | www.christians-hausmeisterservice.de
63110 Rodgau | info@christians-hausmeisterservice.de

Goldhaus Obertshausen

ANKAUF VON:

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

Seit 20 Jahren ihr Experte vor Ort!

H. Honig | Heusenstammer Str. 3
63179 Obertshausen

Mo-Fr: 10 - 13 Uhr | 15 - 18 Uhr
oder nach Vereinbarung!
Tel. 0 61 04 9 53 13 15 oder
www.goldhaus-obertshausen.de

pur:dental
+ Zahnarztpraxis +

NEUE ZÄHNE - IN NUR 7 WERKTAGEN!

- Premium-Qualität aus deutschen Laboren
- 30% präzisere Passform als bei herkömmlichen Abdrücken
- Auf Wunsch in entspannter Dämmer schlaf-Narkose

Purdental Münster
Friedrich-Ebert-Straße 20
64839 Münster in Hessen

☎ 06071 - 36023
🌐 www.purdental.de

Buchen Sie Ihre kostenlose Beratung jetzt direkt per WhatsApp!

DAHLER

Provisionsfrei: Sofort bebaubare, voll erschlossene Grundstücke

Mehr erfahren:

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

VITA NOVA

DAS LEBEN IST ZU KURZ FÜR IRGENDWANN,

Wann fängst du an?

bis zu **0€**
Startpaket

*nur bei Abschluss einer 24 Monatsmitgliedschaft ab 18 Jahren, gültig bis 30.09.2024

Verlängert bis 21.10.2024

2 MONATE GRATIS!

TRAINIERE JETZT

WWW.VITANOVA.DE
Am Schwimmbad 3, 63500 Seligenstadt
Tel.: 06182-2 59 44

Positiver Akzent in der Bäderlandschaft

Die städtische Grundstücksgesellschaft beauftragt die Planung der Erweiterung des Freizeitbades monte mare Obertshausen um einen neuen Außenbereich

Obertshausen (NZO) Mit dem Konzept soll ein positiver Akzent in der Bäderlandschaft gesetzt und das Angebot des Freizeit- und Erlebnisbades monte mare um einen großzügigen Außenbereich erweitert werden. Unter anderem soll ein 50-Meter langes Schwimmbecken mit extra breiter Rutsche entstehen. Ein farbenfroher Kinderbereich mit Spraypark und Rutschenanlage sollen für zusätzlichen Wasserspaß unter freiem Himmel sorgen. Daneben ist ein gastronomisches Angebot mit Beach-Atmosphäre und erforderliche Sanitäranlagen geplant.

Bürgermeister Manuel Friedrich zeigte sich begeistert über das Konzept, welches in enger Zusammenarbeit zwischen der Geschäftsleitung der städtischen Grundstücksgesellschaft und monte mare entstand und welches nun der Stadtverord-



Im Bild (v.l.): Thomas Mechthold (Geschäftsführer der städtischen Grundstücksgesellschaft als Eigentümerin des Freizeitbades), Carsten Kuczewski (Betriebsleiter monte mare Obertshausen), Susanne Christ (Geschäftsführerin der städtischen Grundstücksgesellschaft), Manuel Friedrich (Bürgermeister Stadt Obertshausen), Patrick Doll (Geschäftsführer monte mare als Betreiber des Freizeitbades), Michael Möser (Erster Stadtrat Stadt Obertshausen), Sven Drewlo (Geschäftsführer der soluto plan GmbH als ausführender Architekt). Foto: monte mare/Michelle Longen

netenversammlung vorgestellt worden ist. „Die Erweiterung ist ein großer Gewinn für unsere Stadt. Sie bietet den Bürgerinnen und Bürgern eine weitere Möglichkeit der Frei-

zeitgestaltung und stärkt auch die Attraktivität von Obertshausen als Wohnort. Die Grundstücksgesellschaft setzt damit gemeinsam mit monte mare ein starkes Signal.“

Erster Stadtrat Michael Möser ergänzt, dass „durch den neu gestalteten Außenbereich auch neue Möglichkeiten für Vereinssportaktivitäten sowie das Schulschwimmen entstehen

werden“.

Die Eröffnung des Außenbereichs ist für 2026 geplant.

Patrick Doll, Geschäftsführer von monte mare, hebt die Bedeutung der Erweiterung hervor und betont „Wir freuen uns sehr, unseren Gästen zukünftig auch im Außenbereich ein vielfältiges Angebot bieten zu können. Das große Schwimmbecken soll sportliches Schwimmen an der frischen Luft ermöglichen, während der Kinderbereich und der Spraypark für Spaß und Abwechslung bei den jüngeren Badegästen sorgen sollen. Unser Ziel ist es, ein Ort der Erholung und des Vergnügens für die ganze Familie zu sein. Schwimmen ist nicht nur eine der gesündesten Sportarten, sondern auch eine wichtige Freizeitaktivität, die wir der Bevölkerung zugänglich machen möchten. Diese Investiti-

on setzt überregionale Akzente und unterstreicht unsere Rolle als führendes Freizeitbad in der Region.“

Sven Drewlo, der für die planerische Umsetzung des neuen Außenbereichs verantwortlich ist, fügte hinzu: „Es war uns wichtig, eine Anlage zu schaffen, die sowohl funktional als auch ästhetisch ansprechend ist. Der neue Außenbereich des Erlebnisbades soll den Besucherinnen und Besuchern ein besonderes Erlebnis bieten und gleichzeitig die Qualität des Gesamtangebotes aufwerten.“ Zeitgleich mit dem Startschuss der Maßnahme wurden Fördermittel im Rahmen des Programmes SWIMplus beim Land Hessen beantragt.

Sobald weitere Ergebnisse vorliegen, werden die städtische Immobiliengesellschaft und monte mare über Details der Planungen informieren.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

RheinMainVerlag

Routinefall verläuft anders als gedacht

Theater „Lach Mal“ präsentiert „Die Bubenmacher“

Testament einer Alleinstehenden



Eine alleinstehende Dame hatte eine an sich eine vernünftige Idee. Sie notierte auf einem Notizzettel: „Wenn sich für mich, Frieda M., geboren am 01.06.1935, einer findet, der auf mich aufpasst und mich nicht ins Heim steckt, der bekommt mein Haus und alles, was ich habe“. Nach ihrem Tod stellte sich die Frage, ob es sich bei diesem Zettel um ein wirksames Testament handelt. Die Antwort ist nein. So entschied es das OLG Braunschweig. Lassen Sie sich bitte bei einer der wesentlichsten wirtschaftlichen Verfügungen beraten; am besten bei uns! Wir unterstützen Sie gerne.

Dr.-Hermann-Neubauer-Ring 34
63500 Seligenstadt
T +49 (0) 6182 77 26 0
F +49 (0) 6182 77 26 295
m.krayer@krayer-kollegen.de
www.krayer-kollegen.de

NACHFOLGELÖSUNGEN
KRAYER | KRÖNER

Beilagen-Hinweis

In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen

(einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):

Alldrink, Edeka, LIDL, Netto, Norma, Penny, Rossmann, Toom Baumarkt

Obertshausen (ah) Man kann gespannt sein auf die nächste Aufführung des Theaters „Lach Mal“ in der Mehrzweckhalle der Eichendorff-Schule Obertshausen.

„Die Bubenmacher“ ist eine Komödie in drei Akten von Bernd Kietzke, aber wie man es von „Lach Mal“ kennt, wird es auf Obertshausen angepasst sein. Viel will das Ensemble noch nicht verraten, nur, dass die weiblichen Bewohner des kleinen Dorfes seit Generationen ein pikantes Geheimnis hüten. Durch eine Laune der Natur werden von allen Männern, die mehr als drei Monate im Ort leben, nur Mädchen gezeugt. Ist ein Stammhalter erwünscht, wird der „Bubenmacher“ bestellt. Die Männer im Dorf sollen davon aber nichts mitbekommen. Ein eigentlicher Routinefall, verläuft für



Viel will das Ensemble noch nicht über das neue Stück verraten. (Foto: ah)

den Bubenmacher aber anders als gedacht.

Wer das Original kennt, der wird sich bei der Aufführung möglicherweise wundern, dass die Dialoge etwas anders sein werden. „Wir gehen mit den Texten recht locker um und oft entstehen sie erst bei den

Proben“, erklärt „Theatermanager“ Stephan Rauschkolb schmunzelnd, „auch führt das ganze Ensemble Regie bei den Stücken“. Noch ein Grund, um auf die Aufführung gespannt zu sein. In Proben vor der Aufführung werden die Feinheiten ausgearbeitet und das Stück be-

kommt seinen letzten Schliff. Man ist sich sicher, dass man das Publikum in den 120 Minuten, mit zwei Pausen, wieder prächtig unterhalten kann. Insgesamt wurden inzwischen schon 27 Stücke gezeigt. Für die „Bubenmacher“ hat man sich im Mai entschieden und seit den Sommerferien wurde zweimal die Woche geprobt und jetzt in der letzten Phase fast täglich. Es spielen Raissa Uhlig, Julian Herbert, Angelika Lorente-Pütz, Stephan Rauschkolb, Beate Thewes, Heiko Möser, Beate Fauerbach, Michael Möser, Ulrike Heng, Rudolf Cramer, Rudolf Cramer und Andreas Farnung.

Die Aufführungen sind am 18. und 19. Oktober sowie am 25. und 26. Oktober. Schon fast ausverkauft ist die letzte Vorstellung. Karten gibt es im Vorverkauf gibt es im Büchertreff Obertshausen in

der Schulstraße 13 und bei „Hoffmann-schreiben-spielen-schenken“ in der Herrstraße 10. Aber an der Abendkasse werden auch noch Karten zu erhalten sein. Auch online kann man die Karten unter www.lachmal-theater.de/abendkassereservierung/ buchen.

Durch Veränderung im Buchungsprozess, wird es diesmal auch keine Doppelvergabe geben, allerdings ist es zur Zeit noch nicht möglich, einen festen Platz zu vergeben, was man sich aber für die Zukunft vorgenommen hat. Den Wunsch, mehrere Plätze nebeneinander zu buchen, versucht man beim Kartenkauf zu berücksichtigen.

Der Erlös aus der Veranstaltung sowie aus dem Verkauf von Speisen und Getränken wird wieder an soziale und karitative Organisationen gespendet.

Im Rathaus die Praxis, in der Schule die Theorie

Leni Geist und Jannick Both beginnen Ausbildung in Obertshausener Stadtverwaltung

Obertshausen (NZO) Leni Geist und Jannick Both sind die Neuen im Rathaus. Sie haben jüngst ihre Ausbildung zu Verwaltungsfachangestellten begonnen. Erste Station machen sie im Fachdienst Personal im Rathaus an der Schubertstraße bei Ausbildungsleiterin Irina Titov. Nach einer Einführungsphase lernen sie dann alle sieben Fachbereiche der Stadtverwaltung kennen. Begleitend ist zu Beginn die Berufsschule in der Georg-Kerschensteiner-Schule in Obertshausen. Für die zwei Berufsanfänger ist das quasi ein Heimvorteil, so kommen sie doch beide aus Obertshausen. Später geht es zum theoretischen Unterricht auch zum Verwaltungsseminar nach Frankfurt.

Bürgermeister Manuel Friedrich begrüßte die beiden

17-Jährigen zum Start in die Ausbildung und wünschte ihnen – auch im Namen von Erstem Stadtrat Michael Möser – viel Erfolg auf dem dreijährigen Weg bis zum Abschluss. „Ihre Ausbildung absolvieren Sie neben dem Unterricht an der Berufsschule an unseren beiden Rathaus-Standorten an der Schubertstraße und Beethovenstraße. Sie lernen die Verwaltung in all ihren Facetten kennen. Die Arbeit in einer Verwaltung ist wirklich sehr abwechslungsreich“, sagt Bürgermeister Manuel Friedrich. Jannick Both hat aus dem Berufsalltag in einem Rathaus schon einiges von seinem Vater mitbekommen, der ebenfalls in einer Verwaltung tätig ist. Das hat Jannick Both neugierig auf die Ausbildung in Obertshausen gemacht. Zumal die Ausbildung eine



Zum Start in die Ausbildung begrüßte Bürgermeister Manuel Friedrich (rechts) die beiden neuen Auszubildenden Leni Geist (Zweite von links) und Jannick Both. Begleitet werden die Auszubildenden von Ausbildungsleiterin Irina Titov. (Foto: Christina Schäfer/Stadt Obertshausen)

große Vielfalt an Aufgaben beinhaltet. „Wir haben Arbeitsbereiche, die viel mit Zahlen arbeiten, andere sind mit Bürgeranliegen beschäftigt – hier ist eigentlich für jeden

etwas Passendes dabei“, berichtet Ausbildungsleiterin Irina Titov. Auch Leni Geist hat diese Vielfalt sofort zugesagt und sie hat sich bei der Stadt Obertshausen beworben – und

die Ausbildungsstelle auch bekommen. Für sie steht die Arbeit mit Menschen im Vordergrund und sie ist schon sehr gespannt, welche Aufgaben sie alle kennenlernen wird.



After-Work-Oktoberfest in Obertshausen

Obertshausen (ah) Beim „After Work“, das jeden ersten Freitag im Rahmen des Wochenmarktes auf dem Meininger Platz stattfindet, gelingt es dem Stadtmarketingverein immer ein bestimmtes Motto zu finden und etwas Interessantes anzubieten. Beim Oktoberfest machte die Blaskapelle der „Wörther Musikanten“

richtig Stimmung und natürlich gehörte der Ruf „Die Gläser hoch“ dazu. Allerdings bevorzugten die Gäste dieser Veranstaltung eher dem Glas Wein als der „Maß“. Aber trotzdem wurden die Gläser hochgehalten. Auch Speisen und Getränke waren dem Thema angepasst. Es gab bayerische Brotzeiteller von JFV Oberts-

hausen, bayerische Hotdogs von Sip&Dip, aber auch Paella und Sangria vom Spanischen Elternverein, passend zum Auftritt der Tanzgruppe „Flamenco con Corazon“. Wer sich etwas dicker angezogen hatte, was bei den meisten Gästen der Fall war, der konnte wieder unterhaltsame Stunden beim „After Work“ verbringen und trotz

des sehr herbstlichen Wetters, war viel Leben auf dem Meininger Platz. So soll es auch in der nächsten Zeit weitergehen. Am 1. November heißt es Halloween, am 6. Dezember dann Nikolaus. Im Januar wird es zwar ein Pause geben, aber schon im Februar heißt es passend zur fünften Jahreszeit „Fasching“. (Foto: ah)

Hochzeits MESSE



27. Oktober 2024
OFFENBACH

03. November 2024
WIESBADEN

www.celebrations-messen.de

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein MainVerlag

Optimierung des Spielplatzmanagements

Sicherheit, Qualität und Entwicklung stehen im Mittelpunkt

Obertshausen (NZO) Die Stadt Obertshausen hat das Management der Spiel- und Bolzplätze sowie der Außenspielbereiche der Kindertagesstätten weiter professionalisiert, der vom Fachdienst Landschaft und Spielraum unter Aufsicht von Fachdienstleiterin Corinna Pestka betreut wird. Der Bereich Spielplatzmanagement umfasst eine Vielzahl von Aufgaben, die die sichere und attraktive Gestaltung der städtischen Spielplätze gewährleisten sollen. „Unser Ziel ist es, allen Kindern in Obertshausen sichere und ansprechende Spiel- und Freizeitflächen zu bieten“, betont Bürgermeister Manuel Friedrich. Insgesamt verfügt Obertshausen über 27 Spielplätze und 6 Bolzplätze, ergänzt durch die Außenanlagen der städtischen Kindertagesstätten. Die Kinderspielplätze erstrecken sich über eine Fläche von 81.269 Quadratmetern, die Bolzplätze umfassen 24.876 Quadratmeter und die Außenspielbereiche

der Kitas 16.291 Quadratmeter. Laut dem Spielplatzgesetz von 1979 soll pro Einwohner mindestens ein Quadratmeter Spielplatzfläche zur Verfügung stehen. Mit einer Spielplatzquote von 4,1 Quadratmetern pro Einwohner liegt Obertshausen deutlich über diesem gesetzlichen Mindeststandard, was den Kindern und Familien der Stadt eine großzügige Spielfläche bietet. Das Aufgabenspektrum des Spielplatzmanagements in Obertshausen ist breit gefächert: Es reicht von der administrativen Betreuung des Bereichs über die Projektsteuerung und Produktverantwortung bis hin zur strategischen Entwicklung der Plätze. Dabei steht die Verkehrssicherungspflicht aller Spiel- und Bolzplätze sowie der Außenbereiche der Kindertagesstätten an oberster Stelle. Die Betreuung umfasst zudem die Pflege und Organisation des städtischen Minigolfplatzes. Um die Verkehrssicherheit der

Spielplätze zu gewährleisten, erfolgen regelmäßige Kontrollen nach geltender Norm: Eine wöchentliche Sichtkontrolle inklusive Reinigungsarbeiten, eine operative Inspektion einmal im Quartal sowie eine Jahreshauptuntersuchung einmal jährlich. So wird sichergestellt, dass alle Anlagen stets in einem sicheren Zustand sind. Um den reibungslosen Ablauf der Arbeiten sicherzustellen, koordiniert das Team des Spielplatzmanagements die Zusammenarbeit mit externen Firmen, Prüfern und Architekturbüros. Hierbei übernehmen sie die Organisation und Überwachung der Einsätze sowie die Abnahme der Bauarbeiten und Grünpflege durch das Bauhofpersonal. Auch die Planung neuer Ausschreibungen, die Vergabe von Aufträgen sowie die Ausführungsplanung liegen in ihrer Verantwortung. Außerdem werden regelmäßig Fördermittelanträge gestellt und Revisionsprüfungen durchgeführt, um die langfris-

tige Entwicklung der Anlagen zu sichern. Ein besonderer Fokus liegt auf der Entwicklung von Strategien für den wirtschaftlichen und gestalterischen Betrieb der Spielplätze. Dies schließt auch die Beantragung von Fördermitteln sowie die Durchführung von Revisionsprüfungen ein. „Wir wollen die Spielplätze nicht nur instandhalten, sondern auch aktiv weiterentwickeln und an die Bedürfnisse unserer Kinder und Familien anpassen“, so Bürgermeister Manuel Friedrich weiter. Jährlich investiert die Stadt Obertshausen hierzu 100.000 Euro. Zur Qualitätssicherung gehört auch ein umfassendes Beschwerdemanagement. Bürgerinnen und Bürger können Anliegen und Anregungen zu den Spiel- und Bolzplätzen direkt an das Spielplatzmanagement richten. Diese werden zeitnah bearbeitet, um eine schnelle und effiziente Lösung zu finden. Durch die strukturelle und or-

ganisatorische Neuausrichtung des Spielplatz-Managements in Obertshausen wird sichergestellt, dass die Verkehrssicherheit stets gewahrt bleibt und Kinder in einer sicheren Umgebung spielen können. „Die Stadt Obertshausen setzt alles daran, ihre Spielplätze zu Orten zu machen, an denen sich Familien wohlfühlen und Kinder unbeschwert spielen können“, fasst Erster Stadtrat Michael Möser zusammen. **Auflistung Spielstätten und Bolzplätze Obertshausen** Kinderspielplatz Albrecht-Dürer-Straße, Kinderspielplatz Beethovenpark, Kinderspielplatz Bieberer Straße, Kinderspielplatz Buchenweg, Kinderspielplatz Friedhofstraße, Kinderspielplatz Geleitstraße, Kinderspielplatz Händelplatz, Kinderspielplatz Kirchstraße, Kinderspielplatz Kleingärtnerverein I, Kinderspielplatz Kleingärtnerverein II, Kinderspielplatz Laakirchener Straße, Kinderspielplatz Vogelsbergs-

traße, Kinderspielplatz Westwaldstraße, Kinderspielplatz Böhmerwaldstraße, Bolzplatz Bieberer Straße, Bolzplatz Vogelsbergstraße, Bolzplatz Böhmerwaldstraße, Kita Vogelsbergstraße, Kita Mühlheimer Straße, Kita Im Trinkborn, Kita Badstraße **Hausen** Kinderspielplatz Austraße, Kinderspielplatz Blumenweg, Kinderspielplatz Darmstädter Straße, Kinderspielplatz Dieburger Straße, Kinderspielplatz Dresdener Straße, Kinderspielplatz Feldstraße, Kinderspielplatz Gumbertseestraße, Kinderspielplatz Pater Delp Straße, Kinderspielplatz Richard-Wagner-Straße, Kinderspielplatz Schönbornstraße, Kinderspielplatz Schubert- /Bachstraße, Kinderspielplatz Schubertstraße, Kinderspielplatz Waldpark inkl. Bolzplatz, Bolzplatz Feldstraße, Bolzplatz Rodauhalle, Bolzplatz Stettiner Straße, Kita Richard-Wagner-Straße, Kita Robert Stolz Straße, Kita Rodaustraße.

Mitteilungen des Bürgermeisters zur Stadtverordnetenversammlung

Weinfest 2025
Das 16. Obertshausener Weinfest wird im Zeitraum vom 1. bis 7. Juli stattfinden.
Mitteilung Bundesförderprogramm Klimaanangepasstes Waldmanagement
Der Antrag zur Teilnahme

am Bundesförderprogramm Klimaangepasstes Waldmanagement (KLAWAM) ist bei der zuständigen Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe (FNR) eingereicht worden. HessenForst ist ebenfalls hierüber informiert worden. Grundlage ist der STVV-Beschluss zu Drucksache Nr. XI/1103 vom 15. Februar. Der entsprechende Förderbescheid soll noch in diesem Kalenderjahr erteilt werden, sodass die Programmteilnahme voraussichtlich spätestens in 2025 starten kann.

Mitteilung Kunstrasenplatz
Am 7. Oktober hat der Magistrat die Auftragserteilung für die Freianlagen-Planung für den Bau des Kunstrasenplatzes im Sportzentrum an die Firma Enviro-Plan GmbH beschlossen. Zeitnah wird ein Auftakt-

gespräch mit der Firma Enviro-Plan GmbH hierzu stattfinden. Sobald erste Planungsergebnisse vorliegen, werden diese im Fachausschuss entsprechend vorgestellt.
Mitteilung Förderzusage IKZ Vergabestelle

Der Förderantrag für den Beitritt zur gemeinsamen Vergabestelle der Städte Neu-Isenburg und Heusenstamm über 25.000 Euro wurde vom Hessischen Ministerium des Innern, für Sicherheit und Heimatschutz bewilligt.

Mitteilungen des Ersten Stadtrats zur Stadtverordnetenversammlung

Aktueller Sachstand der Fortschreibung des Regionalen Flächennutzungsplans (RegFNP)
Der Regionalverband hat den Planentwurf des neuen RegFNP zur Kenntnis genommen und darüber hinaus beschlossen, erneut Gespräche mit den Kommunen zu führen. Aufgrund der hohen Anzahl der Eintragungen verschieben sich die Gespräche mit den

Kommunen. Nach heutigem Stand starten diese im Oktober 2024. Die Stadt Obertshausen hat am 3. Februar 2025 einen Termin. Damit verzögert sich der Zeitplan und es wird in 2024 kein Offenlagebeschluss seitens des Regionalvorstandes mehr gefasst werden können.
Betreuungssituation im Grundschulalter im Kreis Offenbach – Statusbericht

zur Umsetzung zum Stichtag 1. März
Der Schulträger hat zum Stichtag 1. März die Betreuungszahlen an Grundschulen erhoben. Daraus ist ein Statusbericht zur Betreuungssituation im Grundschulalter im Kreis Offenbach zum Stichtag 01.03.2024 erstellt worden.
Mobilitätskonzept
Bedingt durch eine Vielzahl einzelner, zum Teil gegeneinander konkurrierender Verkehrsanträge hat der Magistrat am 07. November 2022 beschlossen, die Einzelanträge im Rahmen eines Mobilitätskonzeptes auszuschreiben. Eine Ausschreibung ist erfolgt. Nach einem öffentlichen Teilnahmewettbewerb wurden fünf Büros ausgewählt und zur Abgabe eines Angebotes aufgefordert. Am 29. Juli 2024 hat der Ma-

gistrat den Zuschlag zur Erstellung des Mobilitätskonzeptes für die Stadt Obertshausen an ein Büro aus Wiesbaden vergeben.
Sanierung Bürgerhaus
Für die Sanierung des Bürgerhauses wurde ein Förderantrag im Rahmen des Förderverfahrens „KulturInvest“ gestellt. Der Haushaltsausschuss des Deutschen Bundestages hat der Förderung des Vorhabens

„Brandschutz- und Rohrleitungssanierung Bürgerhaus Obertshausen“ eine Absage erteilt.
Vergleich der Gesamtkosten – Sanierung Bürgerhaus
In der Ausschussrunde im 1. Quartal 2025 wird ein Vergleich der „Gesamtkosten der kompletten Sanierung des Bürgerhauses“ zu dem „Neubau eines Stadthauses“ vorgestellt.

Wenn der Küchenfachmann schnell gebraucht wird

Bürgermeister Manuel Friedrich im Gespräch mit Unternehmer Oliver Herzog

Obertshausen (NZO) Mit seinem mobilen Küchenstudio kommt Oliver Herzog ganz schnell vorbei – fast so schnell wie die Feuerwehr. Und mit seinem Mobil fällt der Geschäftsinhaber in Obertshausen und Umgebung auf. Das war auch das Ziel des Unternehmers.

Er sei quasi in die Selbstständigkeit „gerutscht“, verrät Oliver Herzog im Unternehmergespräch mit Bürgermeister Manuel Friedrich und Wirtschaftsförderin Christina Schäfer. Das Angebot von Küchen Delta präsentierte der Geschäftsinhaber gleich vorm Rathaus an der Schubertstraße. Bis 2019 betrieb Oliver Herzog ein Küchenstudio in Aschaffenburg. Corona habe schließlich die kreative Idee beflügelt, statt eines stationären Ladengeschäftes, in Zukunft ein



Einen Stopp mit seiner mobilen Küchenausstellung hat Oliver Herzog jüngst beim Rathaus an der Schubertstraße gemacht. Dort präsentierte der Unternehmer die Möglichkeiten seiner Beratung vor Ort. Mit dem früheren Feuerwehrauto fällt der Küchenberater auf. (Foto: Christina Schäfer/Stadt Obertshausen)

mobiles Küchenstudio zu betreiben, um sich vom Wettbewerb abzuheben. So konnten Fixkosten gespart werden, die gute Beratung bleibt bestehen und der Kunde kann entspannt bei sich zuhause seine neue Kü-

che planen lassen.

In Fulda ist Oliver Herzog schließlich fündig geworden und hat einen Feuerwehr Oldtimer – einen alten Fiat Ducato Gerätewagen – für seine neue mobile Küchenstudio Idee er-

worben. Was folgte, war der Umbau und Ausbau. Mit an Bord hat der Küchenfachmann nun alles, was man braucht, um eine Küche zu planen: Griffe, Auszüge, Fronten und vieles mehr.

Beraten wird bei der Kundschaft nun vor Ort. Die Küchen sind alle „Made in Germany“, von klassisch über modern bis hin zur Landhaus- und hochwertigen Granitküche.

„Das ist schon eine wirklich pfiffige Idee“, sagt Bürgermeister Manuel Friedrich und ist begeistert von der Umsetzung. „Da kann man sich ja wirklich den Weg ins Küchenstudio sparen, wenn Oliver Herzog einfach zur Kundschaft kommt. Auch das bedeutet Unternehmertum - auf verändernde Bedingungen und Anforderungen reagieren.“

Geburtstagskinder

19.10. Cornelia Wicht-Gerhardt,	70 Jahre
21.10. Erich Nitsche,	80 Jahre
23.10. Dorothea Malik,	85 Jahre
23.10. Stjepan Ljubic,	80 Jahre
23.10. Evelyn Hemker,	80 Jahre
23.10. Richard Schmidt,	70 Jahre
23.10. Heinz Haberzettl,	70 Jahre
25.10. Christiane Richter,	75 Jahre

Goldene Hochzeit

19.10. Salvatrice und Calogero Faranda

Eiserne Hochzeit

24.10. Ingrid und Heinz Sellmann

Apotheken-Notdienst

- 19.10. **PAM Apotheke**
Königsberger Str. 2, Obertshausen, Tel.: 06104/4099188
- 20.10. **Bahnhof Apotheke**
Bahnhofstr. 21, Obertshausen, Tel.: 06104/41503
- 21.10. **Alexander Apotheke**
Heusenstammer Str. 32, Obertshausen, Tel.: 06104/41524
- 22.10. **Linden Apotheke**
Hegelstr. 2, Heusenstamm, Tel.: 06104/61130
- 23.10. **Kronen Apotheke**
Aschaffener Str. 4, Offenbach, Tel.: 069/892933
- 24.10. **Greifen Apotheke**
Offenbacher Landstr. 52, Hainburg, Tel.: 06182/4667
- 25.10. **Schwanen Apotheke**
Marktplatz 8, Offenbach, Tel.: 069/8090660

Rennsportjahr 2024 für Obertshausener Sportwagenrookie noch nicht beendet

Finn Wiebelhaus vertritt Deutschland bei FIA Motorsport Games in Valencia

Obertshausen (NZO) Wenn am kommenden Wochenende das Saisonfinale des ADAC GT Masters auf dem Hockenheimring stattfindet, endet für Finn Wiebelhaus noch nicht das Rennsportjahr 2024. Der Sportwagenrookie aus Obertshausen vertritt nur eine Woche später die deutschen Farben bei den FIA Motorsport Games in Valencia (Spanien). 2019 fanden erstmals in Rom (Italien) die FIA Motorsport Games statt und waren der Anfang einer neuen Epoche im Motorsport. In Valencia treten dieses die Teilnehmer aus verschiedenen Nationen in unterschiedlichsten Motorsportdisziplinen gegeneinander an.



Der Rennfahrer aus dem hessischen Obertshausen klettert im Eiltempo die Motorsportleiter hinauf. Erst vor vier Jahren saß er erstmals im Kart, gewann im Anschluss mehrere Meistertitel, bevor er 2023 den Aufstieg in das ADAC Formel 4 Junior Team machte. Nach nur einem Jahr folgte der nächste Wechsel – Finn tritt seit dieser Saison im GT-Supersportwagen an und drückte seinem Debüt in der GT Winter Series einen Stempel

auf. Sieben von neun Rennen beendete er als Gesamtsieger und war bereit für sein erstes Jahr im ADAC GT Masters. Mit einem Mercedes AMG-GT3 geht der 18-jährige Shootingstar auf die Reise und gewann zuletzt das Rennen auf dem Red Bull-Ring. Einmal mehr eine Empfehlung für die FIA Motorsport Games. Diese finden vom 23. bis 27. Oktober im spanischen Valencia statt. Die Strecke kennt Finn bereits aus der GT Winter Series und konnte dort alle drei Rennen gewinnen. „Für mich ist eine große Ehre Deutschland bei diesem wichtigen Event zu vertreten. Ich erwarte eine ganz besondere Atmosphäre und bin wirklich gespannt“, blickt Finn auf das Wochenende. Am Mittwochabend findet für

ihn mit allen Athleten die offizielle Eröffnungszeremonie statt. Ab Donnerstag geht es dann auf die Rennstrecke. Finn tritt gleich in zwei Wettbewerben an. Betreut wird er durch sein ADAC GT Masters-Team HRT und teilt sich beim GT-Endurance-Wettbewerb seinen Mercedes AMG-GT3 mit Teamchef Hubert Haupt. Das Rennprogramm umfasst neben einem freien Training und Qualifying, ein Qualifikationsrennen und ein Hauptrennen über jeweils einer Stunde, bei welchem die beiden sich im Cockpit abwechseln. Damit aber nicht genug: Finn tritt auch beim GT Sprint Einzelwettbewerb an. In einem 40-minütigen Rennen fighten die Fahrer um die Goldmedaille. (Foto: privat)

Brain Breakfast zur Künstlichen Intelligenz in der Arbeitswelt

Neu-Isenburg (NZO) Der Einsatz von Künstlicher Intelligenz (KI) gehört weiterhin zu den aktuell meistdiskutierten Themen in Unternehmen weltweit. Auch in den Betrieben im Kreis Offenbach ist der Informations- und Austauschbedarf hoch. Standort Plus legt deshalb in seiner „Brain-Breakfast“-Reihe die Veranstaltung „Generative KI – Wie ChatGPT und Co. die Arbeitswelt verändern“ nochmal auf. Diesmal dreht sich am Mittwoch,

13. November, ab 8.30 Uhr im Plenarsaal des Rathauses Neu-Isenburg, Hugenottenallee 53, alles um Chancen und Risiken der teils rasanten Entwicklungen.

Nach einer kurzen Einführung in die Funktionsweise der generativen KI, widmen sich die Referenten Simon Feulner und Vincent Gramlich vom „Research Lab for Digital Innovation & Transformation“ der Frankfurt University of Applied Sciences den Herausforderungen und Potenzialen, die

sich durch diese Technologien für Unternehmen ergeben. Ein Schwerpunkt liegt auf den konkreten Auswirkungen auf die Arbeitswelt. Ein weiterer auf einer Analyse, in welchen Bereichen signifikante Effizienzsteigerungen sowie Produktivitätsgewinne zu erwarten sind. Beide Referenten promovieren derzeit an der Universität Bayreuth. Simon Feulner beschäftigt sich in seiner Promotion vorwiegend mit emergenten Technologien wie Künstlicher Intelligenz, Blockchain und

digitalen Identitäten. Vincent Gramlich konzentriert sich in seiner Promotion vorwiegend auf dezentrale Technologien sowie deren praktische Anwendung im Energie- und Finanzmarkt zur Schaffung von Verifizierbarkeit und Nachvollziehbarkeit bei gleichzeitiger Wahrung von Datenschutz und Datenkontrolle. Kostenlose Anmeldungen zum Brain-Breakfast sind bis Mittwoch, 6. November, per E-Mail an standortplus@kreis-offenbach.de möglich.

„Schräge Vögel“ im Bürgerhaus

Noch Restkarten für das Kikeriki-Theater am 9. November erhältlich

Obertshausen (NZO) Noch gibt es Restkarten für das Gastspiel des Darmstädter Kikeriki-Theaters am 9. November im Bürgerhaus Hausen. „Schräge Vögel“ hätten meist nicht alle Latten am Zaun, doch das bekannte Darmstädter Figurentheater ist mächtig stolz auf seinen ganz eigenwilligen „Lattenzaun“. Und so zeigen sie bei diesem

Programm mit größter Lust, dass man davor, dahinter und darüber ein herrlich schräges Spektakel veranstalten kann. Aufgestellt wird der Lattenzaun am 9. November im Bürgerhaus Hausen in Obertshausen. Einlass ist um 19 Uhr, die Veranstaltung beginnt um 20.11 Uhr. Karten sind für 28 Euro bei Schreibwaren Hoff-

mann in Hausen und im Büchertreff in Obertshausen erhältlich.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Fastnachtstermine 2025

Obertshausen (NZO) Wenn der Herbst Einzug hält, steigt bei den Narren die Vorfreude auf die nahende Kampagne. Unter dem Motto „Glitzer, Glamour, Disconight - wir rocken die fünfte Jahreszeit!“ gehen die 11 Babbscher in ihre siebzehnte Session. Der Startschuss fällt erwartungsgemäß am 11.11. um 17.30 Uhr am Fastnachtsbrunnen in Obertshausen. Am 16. November findet dann der traditionelle „Kölsche Abend“ in der Mehrzweckhalle der Eichendorffschule statt. Dann werden auch die Tollitäten für die kommende Session erstmals öffentlich vorgestellt und nach der Weihnachtspause am 4. Januar unter der Pergola der Waldschänke offiziell inthronisiert. Der Rathaussturm findet auch 2025 an einem Sonntag statt. Diesmal nehmen die Narren am 19. Januar der Bürgermeister in die Zange. Mit der großen Prunksitzung in der Mehrzweckhalle starten die Babbscher am 8. Februar in die Saalfastnacht und am 9. Februar findet mit dem ersten Kreppelkaffee eine Nachmittagsitzung zusammen mit der Seniorenhilfe Obertshausen statt. Zwei Wochen später geht es mit den Kappenabenden am 21. und 22. Februar im Bürgerhaus rund. Es wird gefeiert, bis der Arzt kommt - in diesem Fall Doctor Blond, die als Partyband schon seit Jahren bei den Kappenabenden für Stimmung sorgen. Am 23. Februar steht bei der Babbscher Kinderfastnacht (BaKiFa) die Vereinsjugend im Mittelpunkt. Mit der Kneiptour am Karnevalsfreitag (28. Februar) geht es dann wieder auf die Straße bzw. in die Kneipen der Stadt, bevor an

den drei tollen Tagen die großen Umzüge anstehen. Die Exthronisation und Afterzugparty findet dann am 4. März im Foyer des Bürgerhauses Hausen statt.

Aber auch 2025 ist am Aschermittwoch noch nicht alles vorbei. Im Gegenteil: Genau in der Mitte der Fastenzeit steht ein großes Jubiläumswochenende im Kalender. In Teilen Belgiens und der Niederlande ist das sogar der offizielle Karnevalstermin - für die Babbscher ein guter Grund, genau dann ihr Männerballett und ihre Guggemusik zu feiern.

Die ältesten Belege für ein Männerballett in Hausen stammen aus dem Jahr 1955. Aus diesem Grund feiern die Rodaupiraten, das Häuser Männerballett, ihr siebzehnjähriges Bestehen, denn genau auf diese Gruppe gehen die Piraten zurück. Mit der „International Black Beard Barrel Dance Battle“ (kurz und griffig IBBDB genannt) findet aus diesem Anlass am 28. März ein Männerballetturnier im Bürgerhaus statt. Am 29. März feiern die Musiker der Nodebbscher ihren elften Geburtstag mit einer „Guggegaudi“, zu der sich bereits mehrere Kapellen aus der Region angemeldet haben.

Und auch nach Ostern stehen noch Termine an. Gemeinsam mit der Stadtgarde Offenbach veranstalten die Babbscher am 10. Mai ihren vierten Garde- und Showtanzworkshop in der Turnhalle an der Badstraße. Und wenn am 28. Juni beim Sommerfest des Vereins das neue Motto verkündet wird, dann richtet sich der Blick schon sehnsuchtsvoll auf die nächste Session.

Impressum

NEUE ZEITUNG
OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH, Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen, Tel. 061 02 - 868 82 - 0, info@rheinmainverlag.de, Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth

Erscheinungsweise: Freitags zum Wochenende in Obertshausen

Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen

Redaktion: Silke Theurer (V.i.S.d.P.)

E-Mail: redaktion@heimat-zeitungen.de

Redaktionsschluss: Dienstag, 12.00 Uhr

Anzeigen: Tel. 061 02 - 868 21 2

E-Mail Anzeigen: anzeigen@heimat-zeitungen.de

Anzeigenschluss: Dienstag, 12.00 Uhr

Layout, Anzeigensatz und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG, Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen

Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH, Obertshausen, Tel. 061 04 - 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**

Schlaganfälle vermeiden mit der Smartwatch

Jeder fünfte Schlaganfall ist auf Vorhofflimmern (VHF) zurückzuführen, die häufigste anhaltende Herzrhythmusstörung. Deshalb nimmt die „Initiative Herzstolpern“ den Welt-Schlaganfalltag am 29.10. zum Anlass, über Möglichkeiten zur Früherkennung dieses häufig übersehenen Risikos zu informieren.

Smartwatches sind mit einer Vielzahl von Sensoren ausgestattete Mini-Computer am Handgelenk, die Gesundheitsdaten wie Schrittzahl und Pulskurven aufzeichnen. Einige können sogar ein Elektrokardiogramm (EKG) erstellen und VHF erkennen. Das kann einen wichtigen Beitrag zur Früherkennung und Schlaganfallprävention leisten, da diese Herzrhythmusstörung aufgrund ihrer unklaren Symptome wie Herzrasen und -stolpern, Müdigkeit, Schwindel und Schlafstörungen oft lange unerkannt bleibt. Die von der Uhr aufgezeichneten EKG-Kurven können Ärzt:innen eine wertvolle Hilfe bei der Diagnostik sein. Studien zeigen, dass EKG-Smartwatches in der Empfindlichkeit und Signalqualität bei der Erkennung von VHF einem herkömmlichen Langzeit-EKG nicht nachstehen. Gerade für Menschen mit einem erhöhten Risiko für VHF wie Ältere und von Bluthochdruck oder Übergewicht Betroffene kann das Tragen einer Smartwatch daher sehr sinnvoll sein.

Weitere Informationen unter www.herzstolpern.de.

Pulsmessen mit Smartwatch Foto: ©Nastasic/istockphoto.com



Gewichtsreduktion bei Adipositas So sinkt das Risiko für Folgeerkrankungen

Adipositas beeinflusst den Alltag: Menschen mit Übergewicht sind oft mit Vorurteilen und Diskriminierung konfrontiert. Starkes Übergewicht hat jedoch auch Auswirkungen auf die Organe und wird mit über 200 Folgeerkrankungen in Verbindung gebracht. Die Ursachen von Adipositas werden zunehmend genauer erforscht – und damit eröffnen sich neue Wege beim Gewichtsmanagement.

Welche Rolle spielen die Fettzellen?

Sogar die Fettzellen können sich durch starkes Übergewicht verändern und arbeiten dann nicht mehr so wie bei Menschen mit Normalgewicht. Wissenschaftliche Erkenntnisse haben gezeigt, dass die Fehlfunktion der Fettzellen einer der Hauptgründe für adipositasbedingte Folgeerkrankungen ist. Denn das Fettgewebe ist nicht nur ein Energiespeicher, sondern reguliert auch den Energiehaushalt des Körpers.

Hürden bei der Gewichtsabnahme

Es ist nicht leicht, einmal angelegte Fettreserven wieder zu verlieren. Denn mit einer Gewichtsabnahme passt sich auch der Hormonhaushalt diesen neuen Gegebenheiten an. So werden bestimmte Darmhormone ausgeschüttet, die das Sättigungsgefühl vermindern und das Hungergefühl verstärken. Gleichzeitig braucht der Körper weniger Energie im Ruhezustand. Das erschwert das Abnehmen.

Unterstützung für Menschen mit Adipositas

Medikamentöse Behandlungsmöglichkeiten können das Abnehmen unterstützen. Kombiniert mit gesunder Ernährung und mehr Bewegung können diese Medikamente Menschen mit Adipositas dabei helfen, ihr Körpergewicht zu reduzieren und so ihre Lebensqualität zu verbessern.

Ärztinnen und Ärzte können bei Fragen zu medikamentösen Therapiemöglichkeiten beraten.

Weitere Informationen unter www.MeinWegmitAdipositas.de.



Adipositas erhöht das Risiko für gesundheitliche Komplikationen Foto: Westend61/Gettyimages.com

Starkes Übergewicht – Viele Folgeerkrankungen können sich entwickeln

Menschen mit starkem Übergewicht haben oft mit Vorurteilen zu kämpfen. Neben der Stigmatisierung im Alltag leben sie zudem mit dem Risiko zahlreicher Folgeerkrankungen. So kann Adipositas unter anderem die Entstehung von Typ-2-Diabetes, Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, Atemstörungen während des Schlafs (Schlafapnoe) und Erkrankungen der Leber fördern. Schon eine Gewichtsreduktion um fünf bis zehn Prozent kann das Risiko für Folgeerkrankungen der Adipositas verringern.

Entfernung des Grabschmuckes bis 20. Oktober

Obertshausen (NZO) Gemäß der gültigen Friedhofsordnung der Stadt Obertshausen müssen Blumen, Kränze, Grabgebilde und ähnlicher Grabschmuck sowie Kerzen und Grablampen auf/an den Rasen- Urnenrasen- und Urnenbaumgrabstätten sowie vor den Urnenwänden beziehungsweise Stelen 14 Tage nach der jeweiligen Bestattung von den Nutzungsberechtigten entfernt werden.

Daher möchte die Stadt Obertshausen alle Nutzungsberechtigten an diese Vorgabe erinnern und bittet darum, den Grabschmuck bis Sonntag, 20. Oktober, in die dafür aufgestellten Behältnisse zu entsorgen. Geschieht dies nicht, so wird die Friedhofsverwaltung nach abgelaufener Frist den Grabschmuck ohne Ankündigung kostenpflichtig beseitigen.

Seit 1978 Ihr starker Partner rund ums Haus.

FENSTER · TÜREN · WINTERGÄRTEN

thermoSUN
 ...da kommt Freude auf!

JETZT STARTLICHE FÖRDERPROGRAMME NUTZEN!

06184-992960
 Birkenweiher Straße 4 / 63505 Langenselbold www.thermosun.de
 Fenster - Terrassendächer - Haustüren - Wintergärten

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.

EGRO
 Direktwerbung GmbH

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
 Verlage · Zustellorganisations- Agenturen

Wie fahrradfreundlich ist Obertshausen?

Obertshausen (NZO) Die Umfrage zum großen ADFC-Fahrradklima-Test 2024 hat begonnen. Radfahrerinnen und Radfahrer aus ganz Obertshausen sind eingeladen, bei der Online-Umfrage auf www.fkt.adfc.de beispielsweise das Sicherheitsgefühl, die Breite der Radwege und die Erreichbarkeit der Ziele mit dem Rad zu bewerten. Schwerpunktthema ist in diesem Jahr das Miteinander im Verkehr. Die Ergebnisse helfen der Stadt, das Angebot für Radfahrende weiter zu verbessern.

Die Stadtverwaltung Obertshausen bittet alle Rad fahrenden Bürgerinnen und Bürger beim ADFC-Fahrradklima-Test mitzumachen. Die Ergebnisse geben im Anschluss ein Bild davon, wo das Angebot für Radfahrende schon gut ist und wo nachgebessert werden kann. Auch der Vergleich mit anderen Gemeinden in Sachen Fahrradfreundlichkeit wird wichtige Impulse beispiel-

weise für den neuen ehrenamtlichen Radverkehrsbeauftragten Herrn Rolf Herberg geben. Noch bis zum 30. November 2024 läuft die Umfrage auf www.fkt.adfc.de. Das Beantworten der 27 Fragen dauert nur rund zehn Minuten. Wer mag, kann sich im Anschluss für einen Newsletter anmelden, um über die Ergebnisse informiert zu werden. Die fahrradfreundlichsten Städte und Gemeinden in sechs Größenklassen werden im Frühjahr 2025 im Bundesverkehrsministerium in Berlin ausgezeichnet.

Neben den Basisfragen gibt es beim ADFC-Fahrradklima-Test 2024 Zusatzfragen zum Miteinander im Verkehr. Hier geht es darum, wie Radfahrende das Verhalten von anderen Verkehrsteilnehmenden bewerten, beispielsweise ob es rücksichtsvoll zugeht und ausreichend Überholabstand eingehalten wird. Der ADFC führt den Test alle



Das ANTIK-Haus bietet Höchstpreise für Pelze (bis zu 5000€) jeglicher Art, sowie für Goldschmuck (zum aktuellen Tageskurs). Weiterhin kauft das Unternehmen: Lederjacken, Porzellan, Schallplatten, Zinn, Silberbesteck, Silber- und Goldmünzen, Zahngold, Bilder, Uhren, Bernstein, Militaria, Korallenschmuck, Eisenbahnen. Ferner werden Teppiche zu Höchstpreisen versteigert. Begutachtung und Bewertung ihren Schmuckstückes gerne auch kostenfrei bei Ihnen zuhause.

Die Experten sind für Ihre Schätze vom 19.10. bis 26.10.2024 im ANTIK-Haus vor Ort.

Öffnungszeiten: Montag bis Samstag: 10:00 Uhr bis 18:00 Uhr
 Zellhäuser Str. 16 - 63533 Mainhausen

Tel. 06182-7962197 Mobil: 0176-20529075

Automarkt

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

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

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

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

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 Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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

Ich, Monika, 69 J., verwitwet und kinderlos, sehr liebenswert u. gepflegt, mit schöner fraulichen Figur, vollbusig, ich liebe die Häuslichkeit, mag Musik, Natur, Spaziergänge. Nach längerer Einsamkeit möchte ich wieder einen Neuanfang wagen! Ich habe fast 50 Jahre in einem Seniorenheim gearbeitet. Wenn Sie ernsthaftes Interesse haben, melden Sie sich heute noch pv
 ☎ 0151 - 20593017

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

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

Erika, 78 Jahre jung, bin eine bescheidene, ruhige, sehr sympathische Frau mit guter Figur, ich koche für mein Leben gern und mag Ausflüge mit meinem Auto. Nach dem Trauerjahr suche ich pv jetzt einen zuverlässigen Mann (Alter egal). Lassen Sie uns alles Weitere bitte telefonisch besprechen.
 ☎ 0157 - 75069425

zwei Jahre durch – in diesem Jahr zum elften Mal. Das Bundesministerium für Digitales und Verkehr fördert den ADFC-Fahrradklima-Test 2024 aus Mitteln zur Umsetzung des Nationalen Radverkehrsplans.

Benötigen Sie Hilfe bei der Ganztagspflege einer älteren Person?
 Ich pflege seit vielen Jahren ältere Menschen daheim. Habe Ausbildung. Ich verzichte auf Alkohol und Zigaretten. Brauche Stelle mit Zimmer oder Whg. 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

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

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

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

Junge Künstlerin sucht alles aus Zinn, zB. Becher, Teller, Löffel, Krüge etc. Zahle Sammlerpreise!
 ☎ 06108/9958275 od. 0152/11970534

Frau Danna sucht: Kaufe Pelze, Alt-, Bruch-, Zahngold, Goldschmuck, Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauslösungen, 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 Werteschätzung. Zahle Höchstpreise. 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21 Uhr.
 ☎ 069 - 34875842

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

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 Werteschätzung. Zahle Bar vor Ort. täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende.
 ☎ 069 - 25 71 84 43

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

KIRCHENGEMEINDEN IN OBERTSHAUSEN

Kath. Pfarreien Herz Jesu und St. Thomas Morus

Gottesdienste

Freitag, 18. Oktober

9.00 Uhr: Messfeier in Herz Jesu

Samstag, 19. Oktober

16.00 Uhr: Beichtgelegenheit in St. Thomas Morus

17.00 Uhr: Messfeier in St. Thomas Morus

Sonntag, 20. Oktober

9.30 Uhr: Hochamt in Herz Jesu

11.00 Uhr: Tauffeier in Herz Jesu

18.00 Uhr: Rosenkranzandacht in St. Thomas Morus

19.00 Uhr: Messfeier in St. Thomas Morus

Montag, 21. Oktober

9.00 Uhr: Messfeier in Herz Jesu

Dienstag, 22. Oktober

9.00 Uhr: Messfeier in St. Thomas Morus

Donnerstag, 24. Oktober

11.00 Uhr: Stationsgottesdienst im Haus Jona

Freitag, 25. Oktober

9.00 Uhr: Messfeier in Herz Jesu

Samstag, 26. Oktober

16.00 Uhr: Beichtgelegenheit in St. Thomas Morus

17.00 Uhr: Messfeier in St. Thomas Morus

Sonntag, 27. Oktober

9.30 Uhr: Hochamt in Herz Jesu zum Kolping-Weltgebetstag, anschl. kleine Umtrunk auf dem Kirchplatz

18.00 Uhr: Rosenkranzandacht in St. Thomas Morus

19.00 Uhr: Jugendmessfeier in St. Thomas Morus

Kath. Pfarrei St. Josef Hausen

Gottesdienste

Freitag, 18. Oktober

18.30 Uhr: Messfeier Kirche St. Josef

Samstag, 19. Oktober

18.00 Uhr: Vorabendmesse Kirche St. Pius

Sonntag, 20. Oktober

10.00 Uhr: Messfeier Kirche St. Pius

10.00 Uhr: Messfeier in spani-

scher Sprache Kirche St. Josef

Mittwoch, 23. Oktober

17.30 Uhr: Rosenkranzgebet in den Anliegen der Zeit und für die Verstorbenen der vergangenen Woche Kirche St. Josef

Freitag, 25. Oktober

18.30 Uhr: Messfeier Kirche St. Josef

Sonntag, 27. Oktober

10.00 Uhr: Messfeier Kirche St. Pius

Waldkirche Obertshausen

Sonntag, 20. Oktober

10.00 Uhr: Gottesdienst in der Kirche (Predigt Missionar Johannes Schürer). Bücherkiste und Eine-Welt-Kiosk haben geöffnet.

10.00 Uhr: Kindergottesdienst im Gemeindehaus

15.30 Uhr: Gottesdienst in der Kapelle Haus Jona, Vogelsbergstraße 17 (Predigt Pfarrer Peter Meier-Röhm).

18.00 – 19.00 Uhr: Überkonfessionelles Stadtgebiet in der Kirche

Dienstag, 22. Oktober

12.30 – 15.00 Uhr: LivingRoom Offenes Foyer – offene Kirche im Gemeindehaus Andacht, Kaffee und Kuchen.

Hauskreise, Gesprächs- und Bibelkreise finden während der Woche statt. Nähere Informationen über das Gemeindebüro, Tel. 41059.

Erstgespräch und Informationen für Trauernde

Tel. 06104 6695812 (Ökumenische Initiative für Obertshausen: Wegbegleiter für Trauernde).

Öffnungszeiten Gemeindebüro

Dienstag und Freitag von 10- 12 Uhr, Mittwoch von 16. – 18.30 Uhr. Tel. 41059, Fax 06104 499653.

Pfarramt Hausen: Pfarrer Michael Zlamal, Im Hasenwinkel 4, Tel. 41537

Pfarramt Obertshausen: Pfarrerin Kornelia Kachunga, Theodor-Körner-Straße 10, Tel. 41561

Sprechzeiten: Jederzeit nach Vereinbarung außer Montag.

Heusenstamm (NZH) Der Herbst hat begonnen – und damit steht auch die Hauptsaison der Atemwegserkrankungen vor der Tür. In der nasskalten Witterung vermehren sich vor allem die Viren gut, die Atemwegserkrankungen verursachen. Auch die Grippe (Influenza) wird durch solche Viren verursacht: schlagartig treten hohes Fieber, heftige Kopf-, Muskel- und Gliederschmerzen auf.

Insbesondere für geschwächte und vorerkrankte Menschen kann eine Grippeerkrankung schwerwiegende Folgen haben und lebensbedrohliche Komplikationen sind möglich. Damit Sie die wichtigsten Informationen rund um die Gripeschutzimpfung zur Hand haben, beantworten Tariq Qazi und Günter Kiefer, Fachärzte der RheinMain-Med Praxis für Allgemeinmedizin Heusenstamm die wichtigsten Fragen zum Thema: Warum sollte man sich überhaupt impfen lassen?

T. Qazi: " Grundsätzlich gelten Impfungen zu den wirksamsten Vorsorge-Maßnahmen in der Medizin. So sinkt besonders in den Risikogruppen bei Geimpften die Wahrscheinlichkeit schwerer oder tödlicher Verläufe einer Erkran-



kung. Auch wer sich trotz einer Impfung ansteckt, ist besser geschützt. Viele Studien zeigen, dass die Erkrankung bei Geimpften milder verläuft als bei Ungeimpften".

Wer sollte sich gegen Grippe impfen lassen?

G. Kiefer: "Alle, die ein besonders hohes Risiko für eine Ansteckung, oder einen schweren Verlauf einer Grippeerkrankung aufweisen, sollten sich impfen lassen. Das sind vor allem:

Personen über 60 Jahren, Chronisch Erkrankte

Immungeschwächte Personen

Schwangere

Medizinisches Personal

Menschen, die in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr arbeiten (z.B. Busfahrer/innen, Kassier/innen)

Für alle Menschen, die zu einer dieser Risikogruppe zählen,



übernehmen die deutschen Krankenkasse die Kosten für die Impfung. Einige Krankenkassen bezahlen die Impfung sogar auch grundsätzlich."

Wann sollte man sich am besten impfen lassen?

T. Qazi: „Die beste Zeit für eine Impfung ist von Oktober - Dezember, denn die Impfung braucht rund zwei Wochen, bis sie richtig schützt – und der Höhepunkt einer Grippeperiode ist oft im Januar oder Februar. Doch ganz genau lässt sich das nicht vorhersagen. Letztes Jahr ging es z. B. besonders früh los und es gab dann eine zweite heftige Welle im März".

Viele Menschen möchten derzeit auch Ihre Covid-Impfung auffrischen. Kann die Impfung gegen Grippe und Corona gleichzeitig erfolgen?

T. Qazi: „Ja, eine Grippe-Impfung kann gleichzeitig mit einer Corona-Impfung statt-

finden. Geimpft wird dann in unterschiedliche Arme. Ein Abstand von 14 Tagen, wie früher von der ständigen Impfkommission (STIKO) empfohlen, muss nicht mehr eingehalten werden. Es kann allerdings passieren, dass die möglichen Impfreaktionen, also die Nebenwirkungen dabei etwas stärker ausfallen.

Raten Sie Ihren Patienten zu einer Gripeschutzimpfung?

G. Kiefer: „Wenn es der Gesundheitszustand erlaubt und keine akute Erkrankung vorliegt, spricht in der Regel nichts gegen eine Impfung und wir halten sie für sinnvoll. Außerdem – eine Impfung dauert in der Regel nicht länger als 5 Minuten – eine Grippeerkrankung jedoch rund 8.640 Minuten, wie die STIKO ermittelt hat. Ich finde, diese Zahlen allein sprechen schon für sich. Im Zweifel berät jedoch jeder Hausarzt seine Patienten unter Berücksichtigung des jeweiligen, individuellen Gesundheitszustandes ausführlich zur Impfung“.

RheinMain-Med Praxis für Allgemeinmedizin Heusenstamm, Ludwigstraße 22, Terminvergabe unter: Tel: 06104 / 800-850

r h e i n m a i n m e d - h e u - senstamm@asklepios.com

Djembe-Trommelkurs und Gitarren-Begleitung Weihnachtslieder

Neue Workshop-Angebote der Musikschule ab November

Obertshausen (NZO) Mit zwei Workshops bietet die Musikschule auch im Herbst/Winter insbesondere für Erwachsene und Jugendliche Möglichkeiten an, sich musikalisch auszuprobieren und fortzubilden.

An drei Samstagvormittagen wird unter Anleitung des erfahrenen Dozenten, Herrn Thomas Gebele, ein Djembekurs an Djembes angeboten. Hier werden Rhythmen aus Westafrika erlernt und gemeinsam in

der Gruppe an den Instrumenten umgesetzt. Die benötigten Trommeln werden vom Kursleiter zur Verfügung gestellt. Nach dem ersten erfolgreichen Durchlauf im Frühsommer, richtet sich dieses Angebot an Neuinteressierte aber auch an Teilnehmende des letzten Kurses. Der komplette Kurs kostet 91,35 Euro. Termine sind jeweils Samstag, 9. und 16. November sowie 7. Dezember, 10 bis 13 Uhr.

Der zweite Workshop richtet sich an Gitarren-Interessierte, die evtl. in ihrer Kindheit oder Jugend schon einmal Gitarre gespielt und ein entsprechendes Instrument zu Hause haben, das sie zum Kurs mitbringen können. Das Ziel des an sechs Montagabenden (11. November bis 16. Dezember 2024) stattfindenden Kurses ist es, bekannte Weihnachtslieder mit einfachen Pattern begleiten zu können. Vorkenntnisse

sind nicht erforderlich. Der Musikschullehrer, Herr Jan Steinmüller, wird die Teilnehmenden fachkundig anleiten. Sechs Abendtermine kosten 60,90 Euro.

Anmeldungen und weitere Infos unter www.musikschule-obertshausen.de. Bei Fragen berät das Team der Musikschule gerne. Man erreicht dieses telefonisch unter 703-4222 oder per E-Mail unter: musikschule@obertshausen.de.

Vorverkauf gestartet für 25 Jahre Jubiläum Chorleitung Pavlina Georgiev

Obertshausen (NZO) Am Sonntag 20. Oktober, mittags um 16 Uhr, findet das Konzert „25 Jahre Jubiläum Chorleitung Pavlina Georgiev“, im Bürgerhaus Hausen mit fünf Chören statt. Das Publikum erwartet ein abwechslungsreiches Konzert mit über 100 Stimmen, auf der Bühne des großen Saals. Ergänzt wird das Programm durch die Jubilarin selbst. Sie wird als Sopranistin ihr Pub-

likum begeistern. Ebenso werden verschiedene Solisten wie Stanislav Petrov an Saxophon und Klavier, Sofia Moev und Friederich Haller am Klavier, das Programm bereichern.

Eintritt 10 Euro, Abendkasse 12 Euro. Karten gibt es bei allen Sängern, bei Wagner Elektrotechnik in Hausen oder telefonisch bei Jutta Wagner, Tel. 79200. saengervereinigung-hausen.de

Obertshausen (NZO) Am Nationalfeiertag, dem 3. Oktober, hat der Kath. Kirchenchor Obertshausen verlassen. Der jährliche Ausflug stand an, diesmal zur Abtei Münsterschwarzach in Franken.

Morgens um 9 Uhr ging es mit dem Bus los und kurz nach 10 Uhr waren wir vor Ort. Wir wurden zunächst durch einen Film mit den vielfältigen Auf-

gaben bekannt gemacht, die die Mönche und auch weltliche Mitarbeiter erledigen. Es handelt sich um eine Abtei der Benediktiner und deren Wahlspruch lautet: Ora et Labora (also bete und arbeite). Neben den Gebetszeiten sind die Mönche angehalten, durch ihre Arbeit für den Erhalt und den Betrieb der Abtei zu sorgen. Es gibt verschiedene Werkstätten,

eine Brauerei und auch eine Bäckerei und Metzgerei, die aber leider am Feiertag geschlossen waren. Es gehört auch ein Gästehaus und ein Gymnasium mit rund 650 Schülerinnen und Schülern dazu. Der große Klosterladen lud aber zum stöbern und kaufen ein.

Nach dem Mittagessen in einem nahegelegenen Restaurant kam der Höhepunkt des

Besuches, die Regensburger Domspatzen gaben ein Konzert in der Klosterkirche, deren Akustik sehr gut ist. Ein Orchester und zwei Sängerinnen musizierten mit. Man hat sich über diesen Genuss sehr gefreut und viel Beifall gespendet.

Gegen 19.30 Uhr ist man wieder in Obertshausen eingetroffen, erfreut über den schönen Ausflug. (Foto: privat)

Kreis Offenbach spart durch Recyclingpapier Ressourcen

Kreis Offenbach (NZO) Der Kreis Offenbach hat im Rahmen des Papieratlas-Landkreiswettbewerbs 2024 erneut seine Vorreiterrolle in Sachen Nachhaltigkeit unter Beweis gestellt. Durch die Verwendung von 100 Prozent Recyclingpapier mit dem Umweltzeichen „Blauer Engel“ in der Verwaltung hat der Kreis bedeutende Einsparungen erzielt. Dies zeigt

das aktuelle Ergebnis des Wettbewerbs, der von der Initiative Pro Recyclingpapier (IPR) gemeinsam mit dem Bundesumweltministerium und dem Umweltbundesamt organisiert wird. Mit der Nutzung von insgesamt 4.550.000 DIN-A4-Blättern Recyclingpapier konnte der Kreis im Vergleich zu herkömmlichem Frischfaserpapier 888.810 Liter Wasser und

200.533 Kilowattstunden Energie einsparen. Diese Einsparungen decken den täglichen Trinkwasserbedarf von rund 7.345 Menschen und entsprechen dem jährlichen Stromverbrauch von 57 Drei-Personen-Haushalten.

Landrat Oliver Quilling betont die Bedeutung dieser Maßnahme: „Recyclingpapier ist ein wichtiger Baustein für den

Umweltschutz. Mit der konsequenten Nutzung von Papier mit dem Blauen Engel leisten wir einen direkten Beitrag zur Schonung unserer natürlichen Ressourcen. Es ist unser Ziel, die Recyclingquote weiter bei 100 Prozent zu halten, um den nachfolgenden Generationen eine lebenswerte Umwelt zu hinterlassen.“

Der Kreis verfolgt seit Jahren

die klare Strategie, die Nutzung von Frischfaserpapier vollständig durch Recyclingpapier zu ersetzen. Diese bewusste Entscheidung trägt nicht nur zur Reduktion des Wasser- und Energieverbrauchs bei, sondern reduziert auch die CO2-Emissionen. So wurden durch den Einsatz von Recyclingpapier im Kreis 18.662 Kilogramm Kohlendioxid eingespart.



Vereinsleben

Leichtathleten der TGS nochmals erfolgreich unterwegs

Hausen (NZO) Nachdem die Leichtathleten der TGS Hausen bereits am Freitag bei den Deutschen Meisterschaften auf dem eigenen Platz erfolgreich waren, stand nun wieder eine längere Anreise zu den internationalen Deutschen Meisterschaften nach Heuchelheim auf dem Programm.

Wobei eine längere Anreise konnte sich ein Athlet sparen, denn gleichzeitig fanden an diesem Sonntag die Hessischen Mehrkampfmeisterschaften der Senioren in Neu-Isenburg statt. In Neu-Isenburg vertrat Carsten Liebe die TGS Hausen. Carsten Liebe startete in der M50 im Diskuswurf. Ein wirklich spannender und enger Wettkampf entwickelte sich an diesem Tag und Lieberpasste eine Medaille nur ganz knapp und landete auf dem 4. Platz mit 29,28m. Den weiteren Wettkampf unterstützte Carsten Liebe wieder als Kampfrichter.

Die Reise nach Heuchelheim traten wiederum Bastian Soutschek, Felix Salzmann und



Die erfolgreichen Athleten in Heuchelheim. (Foto: TGS)

Malte Zimmermann an. Malte wurde für den Wettkampf erneut hochgemeldet und startete gemeinsam mit Felix in der MU16. Beim Steinstoßen Dreikampf galt es aufsteigend 3 Steingewichte zu stoßen. Die Jugend beginnt hier mit 3kg, danach 5kg und zum Abschluss steht der Stein mit 7,5kg auf dem Programm. Der jeweils beste Versuch pro Gewicht kommt in die Gesamtwertung. Den 1. Platz und damit neuer Internationaler Deutscher Meister wurde Felix mit einer

Gesamtweite von 27,32m. Malte verpasste knapp das Podest und landete mit 16,41m auf dem 4. Platz in einem größeren Teilnehmerfeld.

Der Schleuderball war danach wieder fest in Händen der TGS, denn Felix sicherte sich erneut den Titel und errang den 1. Platz. Mit 39,83m war Felix einfach nicht zu bezwingen und stellte zusätzlich eine neue persönliche Bestleistung mit dem Schleuderball auf. Den 2. Platz und damit Silber ging ebenfalls an die TGS, denn Malte konnte

sich ebenfalls eine Medaille sichern. Seinen 2. Platz erwarf Malte sich mit einer Weite von 24,10m.

In der M30 startete dann Bastian Soutschek mit dem Steinstoßen Dreikampf. Die Gewichte betragen hier 7,5kg, dann 10kg und schließlich 15kg. Das Steinstoßen gestaltete Soutschek erfolgreich und sicherte sich seinen ersten Titel als Internationaler Deutscher Meister im Steinstoßen Dreikampf. So erfolgreich es beim Steinstoßen lief, umso bitterer wurde es beim Schleuderball. Eine auftretende Verletzung konnte Soutschek beim Steinstoßen noch überwinden, jedoch schränkte sie ihn stark beim Schleuderball ein und so konnte er nichtmehr an seine Saisonbestleistung herankommen. Am Ende des Wettkampfs landete Bastian auf dem 3. Platz.

Die Siegerehrung beinhaltete wieder als kleines Präsent eine Flasche Wein nach Wahl oder eine leckere Flasche frischen Traubensaft für die Jugend aus der umliegenden Weinregion.

Verdiente Heimmiederlage der Handball-Damen

Obertshausen/Heusenstamm (NZO) Chancenlos waren die HSG-Mädels am Sonntagnachmittag im Heimspiel gegen die HSG Dietesheim/Mühlheim. Schon zur Halbzeit lagen die Spielerinnen von Coach D' mit 9:15 zurück. Nach 60 Spielminuten stand auch in dieser Höhe verdiente 19:28-Niederlage zu Buche.

Die Abwehr - in der Vorwoche gegen Neu-Isenburg noch das Prunkstück - war in diesem Spiel nicht wiederzuerkennen. Erschwerend kam hinzu, das die Gastgeberinnen wieder mit einem sehr dezimierten Kader antreten mussten und einige Spielerinnen zudem nicht zu 100% fit waren. So fehlte im

Angriff die Bewegung und der Druck auf die Abwehr. Etliche technische Fehler und überhastete Torwürfe rundeten das Bild ab.

Die HSG-Mädels kamen nie wirklich ins Spiel, fanden nicht ihren Rhythmus und ließen auch die kämpferische Einstellung vermissen. So waren es die Gäste, die zwei Punkte aus der Halle Badstraße entführten.

Coach D' nach dem Spiel: „Wir gehen zurzeit personell auf dem Zahnfleisch, wir suchen dringend Ergänzungen für unser Team, egal ob Anfängerinnen, Quereinsteiger oder auch sehr gerne Handball erfahrene Spielerinnen. Bei uns seid ihr herzlich willkommen.“

ZVB Obertshausen

Noch Plätze frei im Grundkurs MS Word:

Der ZVB Obertshausen bietet ab dem 31. Oktober, jeweils donnerstags von 19 bis 20.30 Uhr in der Gg.-Kerschensteiner-Schule einen neuen Grundkurs in MS Word an. Der Kurs geht über 6 Abende und ist für alle geeignet, die Word zu Hause, im Büro oder für die Schule/das Studium nutzen. Word kann viel mehr als nur Fett, Kursiv und Unterstreichen, um die Arbeit in Word zu erleichtern. Themen sind insbesondere die Benutzeroberfläche und die Ansichten, Druck- und Speicheroptionen, Spalten und (Seiten-)Umbrüche, professionelles Nutzen der Kopf- und Fußzeile, Seiteneinstellungen, Einfügen und Positionieren von Symbolen, Grafiken und Tabellen sowie viele Übungen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, teilnehmen können Schüler/-innen ab 14 Jahren, Auszubildende, Studierende und Erwachsene. Der Lehrgangsbeitrag beträgt 95 Euro.

Neuer Excel-Grundkurs:

Der ZVB Obertshausen bietet ab dem 29. Oktober, jeweils dienstags von 19.15 bis 20.45 Uhr in der Gg.-Kerschensteiner-Schule einen neuen Grundkurs in MS Excel an. Der Kurs geht über 6 Abende und ist für alle geeignet, die Excel zu Hause, im Büro oder für die Schule/das Studium nutzen. Themen sind neben vielen Übungen insbesondere die Benutzeroberfläche und die Ansichten, Druck- und

Speicheroptionen, professionelles Nutzen der Kopf- und Fußzeile, Seiteneinstellungen, Einfügen und Positionieren von Diagrammen, Grafiken und Tabellen sowie die wichtigsten Formeln für den Büro-/Schul-/Studienalltag. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, teilnehmen können Schüler/-innen ab 14 Jahren, Auszubildende, Studierende und Erwachsene. Der Lehrgangsbeitrag beträgt 95 Euro.

Tastaturschreib-Grundkurs für Schüler/-innen ab 14 Jahre:

Der ZVB Obertshausen bietet ab dem 29. Oktober, jeweils dienstags von 17.30 bis 19 Uhr an 12 Abenden in der Gg.-Kerschensteiner-Schule einen neuen 10-Finger-Tastaturschreibkurs für Schüler/-innen ab 14 Jahre, Jugendliche, Auszubildende und Studierende an. Mit viel Spaß durch den Einsatz von Schreibspielen wird mit einem jugendgerechten Lehrbuch das 10-Finger-Tastaturschreiben (Computerschreiben, Bildschreiben, früher Maschinenschreiben) erlernt und gefestigt. Am Ende des Kurses wird eine Leistungsurkunde und eine Teilnahmebescheinigung ausgestellt. Der Lehrgangsbeitrag inkl. Lehrbuch beträgt 135 Euro.

Weitere Informationen und Anmeldung zu den Kursen unter Tel. 7688820, über die ZVB-Homepage: www.zvb-obertshausen.de oder per E-Mail: info@zvb-obertshausen.de.

Traditionelles Abtauchen und Gewässeruntersuchung im Schermsee

Am Samstag fand das „Traditionelle Abtauchen“ mit Gewässeruntersuchung vom Unterwasser Sport Club Obertshausen (USCO) wieder am und im Schermsee statt. Es kamen 30 USCO-Mitglieder sowie 10 Mitglieder vom SFV Heusenstamm (Sportfischer-Verein Heusenstamm) zu diesem Event.

Trotz des ungemütlichen Wetters mit dem fiesem Wind waren sieben Taucher im Wasser. Durch die vorangehenden heftigen Regenfälle und starken Windböen war die Sicht beim Tauchen leider sehr trübe.

Die Werte der chemischen Analyse des Seewassers, wie pH-Wert, Sauerstoffgehalt und di-



verse Ionen (Nitrat, Phosphat, Härtegrad) waren in Ordnung. Sehr guter Pflanzenbewuchs und viele Muscheln sind in diesem Gewässer vorhanden. Also

ein schützenswertes Kleinod mit ausgeprägter Flora und Fauna.

Es war wieder ein sehr gelungenes Kooperationstreffen. Bei-

de Vereine verbindet eine fast 15jährige Freundschaft und Kooperation.

Ein sehr großes Dankeschön geht an die Sportfischer vom SFV Heusenstamm für die Möglichkeit zum Tauchen in diesem wunderbaren Gewässer sowie für Versorgung mit leckerem Essen, wie Schnitzel und Fisch und Getränken.

Außerdem geht auch noch ein Dankeschön an das USCO-Team (Anja Ricker und Florian Ecker) für die Organisation dieses Ereignisses sowie an die Mitglieder für die selbst gemachten Salate und Kuchen.

Infos: www.usco-ev.de.

(Foto: USCO)

Celebrations Hochzeitsmesse.

Region (NZO) Die Liebe eines Paares krönt in Deutschland meist die Heirat. Nach der emotionalen Verlobung folgt die oft herausfordernde Zeit der Organisation. Den Paaren bietet sich im Internet ein Dschungel an Anbietern für ihre Hochzeit. Um diesen Paaren zu helfen, die für sie richtigen Anbieter zu finden, ist die Celebrations Hochzeitsmesse genau richtig.

An einem Sonntag präsentieren sich hier Fotografen, Floristen, Brautmodengeschäfte, Herrenmaßschneider, Musiker, Juweliere und viele mehr. Hier heißt es in traumhaftem Ambiente beeindruckender Locations informieren, inspirieren, schwelgen, genießen, planen und vor allem die Vorfreude weiter schüren.

Ergänzt wird das Ganze mit

einem vielfältigen Rahmenprogramm. Von Kinderbetreuung über Fachvorträge bis zu Live Musik von ausgewählten Musikern, wird den Brautpaaren viel geboten. Ganz besonders beliebt ist der Fachvortrag einer der erfahrensten Hochzeitsplanerinnen Deutschlands, die den Besuchern hilft, die wichtigsten Fehler in der Hochzeitsplanung zu vermeiden.

Den Veranstaltern der Celebrations Hochzeitsmessen ist es wichtig, nicht nur irgendeine Messe zu organisieren, sondern auch ein persönliches Ambiente zu bieten. Viele der Aussteller sind Stammkunden, die die perfekte Größe der Messe und persönliche Betreuung vor Ort lieben.

27. Oktober 2024 in der Lumina Halle, Offenbach

Erweiterung des Unterrichtsangebotes bei der Musikschule Obertshausen

Obertshausen (NZO) Die Musikschule Obertshausen bietet ab Februar 2025 noch mehr Möglichkeit, die Stimme auszubilden. Gesangspädagogin Victoria Anton erweitert ihr Unterrichtsangebot und freut sich auf neue Schülerinnen und Schüler.

Mit der eigenen freien Stimme zu singen wünschen sich viele, doch es braucht ein wenig Arbeit und gute Anleitung, um dies

umsetzen zu können. Im Gesangsunterricht werden Techniken erlernt, die als Grundlage für jegliche Gesangsstile dienen. Ob Pop oder klassische Stücke, Musical, Singer/Songwriter oder Jazz, mit der richtigen Basis kann jedes Lieblingsstück gesungen und ein Repertoire aufgebaut werden. Victoria Anton unterstützt hierbei mit Freude und vielen Jahren Berufserfahrung. Seit 2016 ist sie

an der Musikschule tätig und bildet Gesangsstimmen in allen Altersgruppen aus.

Auch Stimmbildung begleitend zur Mitwirkung in einem Chor oder Ensemble ist hier möglich und kann den eigenen Gesang und den Chorklang bereichern. Was in der Gruppe oftmals untergeht, kann im Einzelunterricht individuell erarbeitet werden.

Atem- und Körperarbeit ist außerdem für Berufe mit intensiver Stimmnutzung, zum Beispiel in Lehrberufen, nützlich. Stimmhygiene hilft, die Stimme für die Herausforderungen des Berufsalltags zu kräftigen oder Spannungen abzubauen.

Der Unterricht von Victoria Anton ist geprägt von einem fundierten Gesangspädagogik-Studium und ihrer künstlerischen

Tätigkeit, unter anderem mit dem eigenen a cappella-Ensemble, das im Rhein-Main Gebiet und darüber hinaus durch seine Konzerte bekannt ist. Sie war zusätzlich eine der ersten Absolventinnen des Intensivseminars „Durchatmen! Regenerationsbegleitung bei Long-Covid“ des Bundesverbandes deutscher Gesangspädagogen, das erfahrene GesangspädagogInnen im

Umgang mit Betroffenen dieser neuartigen Krankheit schult und ihre speziellen Fähigkeiten in der Stimm- und Atemarbeit ausbaut, um Long-Covid Symptome zu lindern und Lungenfunktion und Wohlbefinden der Betroffenen zu stärken.

Anmeldungen und weitere Infos unter www.Musikschule-Obertshausen.de.

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Wundermittel Schlaf: ein Traum für die Gesundheit

Wie wichtig guter Schlaf ist und was bei Ein- und Durchschlafproblemen wirklich helfen kann

Im Schlaf geschehen erstaunliche Dinge im Körper – von der Erholung und Regeneration, bis zur Stärkung von Muskeln und dem Immunsystem. Schlaf ist sozusagen das Wundermittel für unsere Gesundheit. Doch wer unter Ein- oder Durchschlafproblemen leidet, dem wird nicht nur die heilende Kraft verwehrt. Es kann sogar eine Abwärts-Spirale entstehen, die Krankheiten noch verschlimmert. Experten raten daher dazu, anhaltende Schlafstörungen ernst zu nehmen und rechtzeitig Gegenmaßnahmen zu ergreifen.

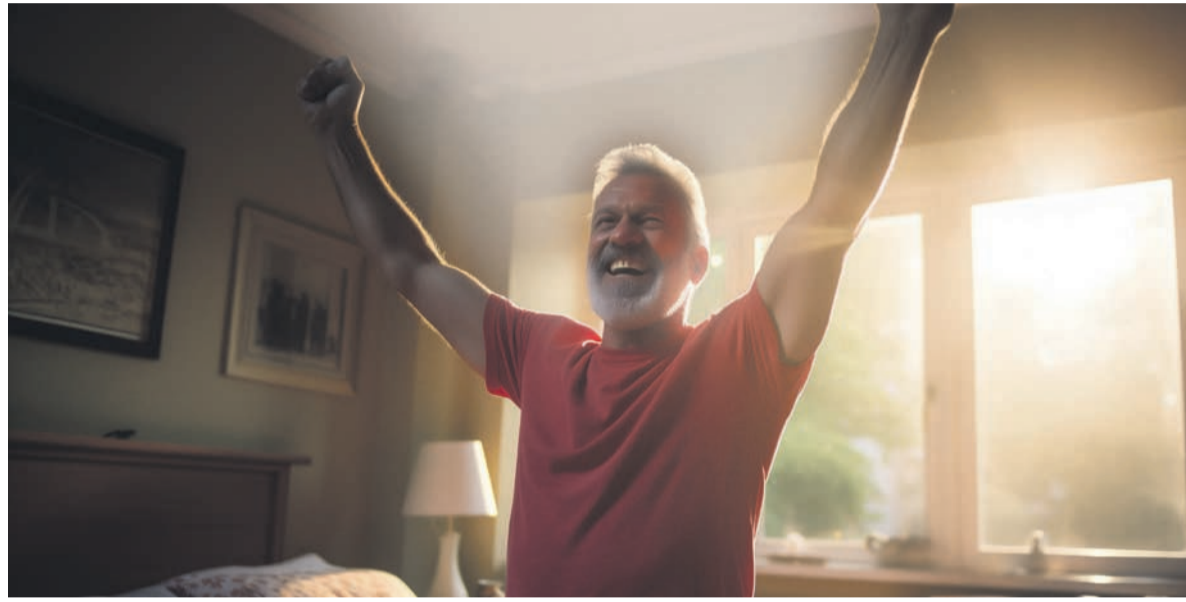
Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Der Blick auf die Uhr verrät: Es ist zwei Uhr morgens. Vielleicht hilft ein Schluck Wasser – oder doch nochmal auf die Toilette? Rund 50% der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70% Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf. Stress statt Schlaf dominiert die Nacht – und das, obwohl sieben Stunden Nachtruhe in der Regel die ideale Schlafdauer für Menschen mittleren und hohen Alters sind. Doch chronischer Schlafmangel rächt sich!

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Man fühlt sich häufig gereizt, reagiert mitunter aggressiver. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befördern. Viele Gründe also, um sich über die eigene Schlafdauer und -qualität genauer Gedanken zu machen.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den



Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag. Schlaf reguliert außerdem die Freisetzung verschiedener Hormone, die z. B. den Stress regulieren oder das Wachstum der Muskeln, den Appetit und den Stoffwechsel steuern. Doch um sicherzustellen, dass wir wirklich ausgeruht aufwachen, ist es von entscheidender Bedeutung, dass die verschiedenen Schlafphasen ohne Störungen im wahren Sinne des Wortes „durchgeschlafen“ werden.

Die verschiedenen Schlafphasen und ihre Bedeutung

Es kommt also nicht nur auf die verbrachte Zeit im Bett, sondern vor allem auf die Schlafqualität an. Ein Schlafzyklus beginnt mit der Einschlafphase, in der wir in eine Art Dämmerzustand gleiten und in der sich Puls und Atmung allmählich

verlangsamen. In der sogenannten Leichtschlafphase entspannen sich die Muskeln und das „eigentliche“ Schlafen beginnt. Mit der 3. Phase fängt der so wichtige Tiefschlaf an, in dem wir äußere Reize kaum mehr wahrnehmen. Der ganze Körper entspannt und der Blutdruck fällt ab. Währenddessen stimulieren Hormone das Immunsystem. Sie gelten als unerlässlich für alle anfallenden Reparaturarbeiten des Körpers. Danach wechselt der Körper in den Zustand des Träumens, der uns hilft, Eindrücke und Informationen des Tages zu verarbeiten – und die Phasen wiederholen sich erneut. Doch die große Herausforderung von Millionen Menschen mit Schlafstörungen: Wie schaffe ich es überhaupt, problemlos ein- und durchzuschlafen?

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Es ist kein Geheimnis, dass Schlaf in unserer modernen, hektischen Welt oft eine Herausforderung darstellt. Doch auch Eintönigkeit im Alltag raubt vor allem bei älteren Personen oft den Schlaf. Viele von uns haben bereits vermeintliche Lösungen wie Schlaf-Apps oder Melatonin-Produkte ausprobiert, nur um festzustellen, dass sie nicht den erhofften Erfolg bringen. Auf

der anderen Seite zögern viele Menschen, auf chemisch-synthetische Schlafmittel zurückzugreifen, da sie oft den so wichtigen Tiefschlaf reduzieren und zu Abhängigkeitsproblemen führen können. Immer mehr Deutsche besinnen sich daher zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit fast 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzel-extrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen¹. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können. Kein Wunder, dass es bis heute das pflanzliche Schlafmittel Nr. 1 in der Apotheke ist.

„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“



¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • *OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2024 • Abbildungen Betroffenen nachempfunden

BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Das geheime Leiden der Deutschen

Wie Hämorrhoiden entstehen und was wirklich hilft

Wenn es am Po brennt, juckt oder nässt, sind häufig Hämorrhoiden die Ursache. Rezeptfreie Arzneitropfen bekämpfen das Problem von innen: Lindaven (Apotheke).

Hämorrhoiden sind Gefäßpolster, die zusammen mit den Schließmuskeln den Darmausgang abdichten. Vergrößern sich die Hämorrhoiden dauerhaft, weil sich Blut in ihnen staut, sprechen Mediziner von

Hämorrhoidalleiden. Ursache hierfür kann zum Beispiel regelmäßiges, zu starkes Pressen beim Toilettengang sein. Sind die Hämorrhoiden vergrößert, reibt der Stuhl daran. Dies kann zu Entzündungen führen, die sich z. B. durch Brennen, Juckreiz und Nässen bemerkbar machen.

Hämorrhoiden anders behandeln

Viele Betroffene behandeln ihr Hämorrhoidalleiden nur mit



Salben. Doch es gibt ein Arzneimittel namens Lindaven (Apotheke, rezeptfrei), das einfach

mit einem halben Glas Wasser oral eingenommen wird und die Beschwerden dort bekämpft, wo

sie entstehen: im Körperinneren. Die einzigartigen Arzneitropfen enthalten fünf spezielle Wirkstoffe, die sich bei der ganzheitlichen Behandlung von Hämorrhoiden bewährt haben. So kann z. B. der Wirkstoff Hamamelis virginiana Entzündungen hemmen. Außerdem trägt er dazu bei, dass sich die Blutgefäße wieder zusammenziehen, wodurch die Vergrößerung der Hämorrhoiden zurückgehen kann. Zudem behandelt Lindaven auch die Begleiterscheinungen von Hämorrhoiden: Es enthält u. a. Sulfur, welches laut Arzneimittelbild erfolgreich bei heftigem Brennen und Jucken eingesetzt wird.

- Diskrete und einfache Einnahme
- Natürlich wirksam und gut verträglich
- Rezeptfrei

Für Ihre Apotheke:
Lindaven
(PZN 14264889)



www.lindaven.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden
LINDAVEN. Wirkstoffe: Aesculus hippocastanum Dil. D3, Collinsonia canadensis Dil. D3, Hamamelis virginiana Dil. D2, Lycopodium clavatum Dil. D5, Sulfur Dil. D5. Homöopathisches Arzneimittel bei Hämorrhoiden. www.lindaven.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit oder in Kombination sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.