



Ein Gerät, das hoffentlich nie zum Einsatz kommen muss

Neuer Defibrillator im evangelischen Gemeindehaus Dudenhofen /
Finanziert durch Spenden und in Zusammenarbeit mit der Asklepios Klinik

Dudenhofen (ah) In Rodgau gibt es jetzt eine weitere Stelle, an der ein lebensrettendes Gerät hängt: im Eingang des evangelischen Gemeindehauses Dudenhofen. Es kommt selten vor, dass man ein Geschenk erhält, von dem man hofft, es nie nutzen zu müssen. Doch bei einem Defibrillator ist dieser Wunsch mehr als verständlich.

Dank einer Initiative des Förderkreises für kulturelle Projekte Dudenhofen, finanziert durch Spenden und in Zusammenarbeit mit der Asklepios Klinik, konnte ein solcher Defibrillator beschafft werden. Hans-Jürgen Lange, Vorsitzender des Förderkreises, betonte in seiner Ansprache die besondere Bedeutung dieses Tages: „Wir übergeben heute ein Gerät, das hoffentlich nie zum Einsatz kommen muss. Sollte es aber benötigt werden,



Übergabe des neuen Defibrillators (v.l.): Dr. Barbara Unger-Lamprecht (Förderkreis), Christian Weichbrodt, Wolfgang Bachmann (Förderkreis), Dr. Frank Müller-Hillebrand, Felix Heselhaus, Pfarrerin Christina Koch und Erste Stadträtin Janika Martin. (Foto: ah)

ist es lebenswichtig, dass es zur Verfügung steht.“ Der Defibrillator wurde im Eingangsbereich des Gemeindehauses installiert und kann im Notfall von Besuchern der Kirche, des Gemeindehauses oder bei Veranstaltungen rund um die Kirche verwendet werden. „Das Gerät war nicht billig“, so Lange, „daher gilt unser Dank

den zahlreichen Spendern und der Asklepios Klinik, die es beschafft hat.“

Rodgaus Erste Stadträtin Janika Martin, die Bürgermeister Max Breitenbach vertrat, hob die Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements hervor: „Ich bin beeindruckt von der vielen ehrenamtlichen Hilfe, die dazu geführt hat, dass hier nun ein Defibrillator zur Verfügung steht.“

Auch Pfarrerin Christina Koch schloss sich dem Dank an: „Es ist beruhigend zu wissen, dass hinter der Eingangstür des Gemeindehauses jetzt ein Defibrillator hängt. Zwar bleibt die Tür abgeschlossen, um Vandalismus zu vermeiden, aber bei allen Veranstaltungen wird das Gerät zugänglich sein.“ Koch erinnerte daran, dass es bereits eine Situation gab, in der ein solcher Notfall eintrat

und damals kein Defibrillator zur Verfügung stand. „Natürlich hoffen wir, dass wir ihn nie brauchen, aber es ist gut zu wissen, dass er da ist.“ Musikalisch untermalt wurde die Übergabe von den Sängern und Sängern des AGV

„Volkschor“. Dies schuf nicht nur eine angenehme Atmosphäre, sondern sorgte auch dafür, dass Dr. Frank Müller-Hillebrand, Chefarzt der Abteilung für Anästhesie und Intensivmedizin, und der neue Klinikmanager Felix Heselhaus, aufmerksame Zuhörer hatten. Dr. Müller-Hillebrand erklärte detailliert die Vorgehensweise im Notfall und demonstrierte an einem Torso die Anwendung des Defibrillators. Er betonte, dass man dabei nichts falsch machen könne – selbst im Stress sei die richtige Anwendung gewährleistet. Um dies zu veranschaulichen, brachte er die Elektroden des Geräts an sich selbst an und zeigte, dass der Defibrillator nur im Notfall aktiviert wird. Auf die Sorge, dass bei einer Herzmassage Rippen brechen könnten, entgegnete er: „Rippen heilen wieder, aber ohne Hilfe stirbt der Betroffene.“

Die Veranstaltung nutzte auch Christian Weichbrodt, sich vorzustellen. Als Facharzt für Chirurgie und Proktologie ergänzte er ab sofort das medizinische Angebot im Asklepios MVZ in der Kronberger Straße.

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 6104 9 53 13 15 oder
www.goldhaus-obertshausen.de

SCHLEICHER
Autohaus GmbH

KFZ - Service für alle Marken
Spezialisiert für KIA und TOYOTA

Borsigstr. 10 - 12 · 63110 Rodgau Nieder-Roden
Tel. 06106/26 84 00 · info@autohaus-schleicher.de
www.autohaus-schleicher.de

mit **zusammen Bürgern e.v.**

Rodgaus Wahlverein

www.zusammen-mit-buergern.eu · kontakt@zmb-ev.de · 06106/18215

Wir haben geöffnet!

Sonntag, den 20. Oktober, von 12 bis 18 Uhr.

10% AUF NICHT REDUZIERTE WARE

Beratung
Verkauf
Installation
Kundendienst

Küchenstudio ELEKTROFISCHER
www.elektro-fischer-rodgau.de
Weiskircher Straße 21 - 23 · Rodgau-Jügesheim · Tel. 0 61 06 / 1 59 61

musterhaus küchen
FACHGESCHAFT

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

2 TRAINIERE JETZT MONATE GRATIS!*

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

Verlängert bis 21.10.2024

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

Neue spanische Fachkräfte für die Kitas

Seit mehreren Jahren ein Fachkräftemangel im pädagogischen Bereich

Rodgau (RZ) Andrea und Pablo absolvieren ihr Anerkennungs-jahr in städtischen Kinderbetreuungs-einrichtungen. Das ist an sich nichts Besonderes, hier aber handelt es sich um Kräfte aus Spanien.

Rodgau streckt nicht zum ersten Mal seine Fühler nach Erzieherinnen und Erziehern aus Spanien aus. Insbesondere im pädagogischen Bereich herrscht seit mehreren Jahren ein Fachkräftemangel. Konsequenzen durch den Mangel an pädagogischen Fachkräften können u.a. reduzierte Betreuungszeiten, Gruppen- und sogar Einrichtungsschließungen bedeuten. Zudem führt der Fachkräftemangel beim bestehenden pädagogischen Personal zu Mehrbelastungen beispielsweise durch Überstunden.

Rodgau betreibt derzeit 17 eigene Kitas und spürt den Fachkräftemangel ebenfalls. Auch hier gilt es kindgerechte Personalausstattung, ein ausreichendes Betreuungsplatzangebot und letztlich im Wettbewerb um qualifiziertes Personal die besseren Karten zu haben, unter einen Hut zu bringen.



Rodgau streckt nicht zum ersten Mal seine Fühler nach Erzieherinnen und Erziehern aus Spanien aus. (Foto: Stadt Rodgau)

Eine Möglichkeit dem aktuellen Fachkräftemangel entgegen zu wirken, ist die Inanspruchnahme von Personaldienstleistern wie Helmecca. Die deutsch-spanische Personalagentur hat sich auf die Vermittlung von spanischem Erziehungspersonal für Kitas in Hessen und Bayern spezialisiert. Helmecca bietet dabei eine Art „Fullservice“ für Bewerber und potentielle Arbeitgeber: Suche nach den geeignetsten Kräften in Spanien, Auswahl nach Kriterien wie Abschlüssen, Auslandsfahrung, Fremdsprachenkenntnissen und Berufserfahrung. Es folgen Einstellungstest und Interview. Ist das Auswahlverfahren erfolgreich abgeschlossen beginnt für die Absolventen ein 6-monatiger Intensivsprachkurs in Spanien mit insgesamt 720 Unterrichtseinheiten. Hier-

bei soll das Sprachniveau B2, Selbstständige Sprachverwendung, erreicht werden. Sind die Fachkräfte nach Deutschland vermittelt, steht Helmecca ihnen auch hier zur Seite und begleitet Behördengänge, Anmeldung beim Einwohnermeldeamt, Krankenkasse, Bank und Finanzamt.

Wie kommt die Fachkraft nun in die städtische Kita? Andrea und Pablo und auch die Kitas stellten sich gegenseitig mit selbstgedrehten Videos vor. Nun werden sie 12 Monate in den Einrichtungen arbeiten, erhalten dabei begleitende Coaching-Maßnahmen und werden beim gesamten Integrationsprozess betreut. Dies beinhaltet die Anerkennung, Arbeit, Sprache, soziales Umfeld und auch die Organisation von Wohnraum. Zudem belegen die

spanischen Fachkräfte einen weiteren 10- bis 12-monatigen berufsbegleitenden Sprachkurs. Nach erfolgreicher Anerkennung gelten die spanischen Fachkräfte als vollwertige Fachkräfte und sind berechtigt eine Kindertageseinrichtung zu leiten. Angestellt sind die spanischen Fachkräfte während des Anerkennungs-jahres bei der Firma Helmecca und werden im Rahmen eines Arbeitnehmerüberlassungsvertrags an die Stadt Rodgau „verliehen“. Sobald die Anerkennung des Abschlusses erfolgt ist, erfolgt die Übernahme in ein Beschäftigungsverhältnis bei der Stadt Rodgau. Es haben bereits acht Kolleginnen und Kollegen in den städtischen Kitas ihre Arbeit als in Deutschland anerkannte Fachkraft aufgenommen.

„Das Dschungelbuch“

Dudenhöfer Kinderchor präsentiert neues Kindermusical

Dudenhofen (RZ) Nach dem großartigen Erfolg im vergangenen Jahr mit dem Kindermusical „Peter Pan“, präsentiert der „Dudenhöfer Kinderchor“ in vier Wochen sein neuestes Projekt.

Seit Wochen sind die ca. 35 jungen Sängerinnen und Sänger und die Dirigentein Ilka Touseh mit Begeisterung dabei, sich akustisch und optisch in die Tiere des Urwalds zu verwandeln, um dem kleinen Menschenkind „Mogli“ das Überleben im Urwald zu ermöglichen.

Spätestens jetzt werden die meisten wissen, mit welcher

musikalischen Darbietung der Kinderchor seine Gäste und Fans begeistern will.

Weltbekannt und in vielen Versionen vertont und verfilmt, werden die Kinder ihre Version von „Das Dschungelbuch“ präsentieren, dessen bekannteste Adaption sicher der Zeichentrickfilm von Walt Disney ist. In den tollen Kulissen von Irene Resch verwandelt sich die Spielstätte in einen geheimnisvollen Dschungel, voller Überraschungen und Gefahren.

Wer „Das Dschungelbuch“ nicht verpassen will, kann sich ab sofort Karten für die Vorstellung kaufen, die am Sonntag, 10. November, ab 16 Uhr,

im Bürgerhaus Dudenhofen stattfindet. Natürlich hoffen die Kinder und alle Beteiligten, dass Eltern, Großeltern, Geschwister, Freunde und weitere Gäste zahlreich begrüßt werden können. Karten gibt es ab sofort in/bei:

Blumen & Schmuck Wodack, Ludwig-Erhard-Platz 2; Jügesheimer Bücherstube, Mühlstraße 2; Gartenstadt Bücher, Kölner Straße 1 und per Email unter: karten@maennerchor-dudenhofen.de und natürlich an der Tageskasse.

Erwachsene zahlen 12 Euro, Kinder bis 6 Jahren haben freien Eintritt und von 6 bis 16 Jahren sind 7 Euro fällig.

Volles Programm beim Gesangsverein Dudenhofen

Termine im Oktober und November

Rodgau (RZ) Am Sonntag, 20. Oktober, findet um 10 Uhr in der ev. Kirche Dudenhofen ein Gedenkgottesdienst für die verstorbenen Mitglieder des Gesangsverein Germania 1895 e.V. statt. Die beiden Chöre des Vereins werden gemeinsam den Gottesdienst gestalten.

Nach dem großen Erfolg im letzten Jahr findet im November 2024 zum zweiten Mal bundesweit die „Woche der offenen Chöre“ vom 4. bis 10. November statt. Auch der Gesangs-

verein Germania Dudenhofen beteiligt sich gerne an dieser Aktion des Deutschen Chorverbandes. Alle Interessierten, die unverbindlich in den Chorgesang hineinschnuppern möchten sind herzlich eingeladen. Die Chorproben finden immer dienstags statt, für den Männerchor von 18.30 bis 20 Uhr und anschließend für den gemischten Chor „Mixed Generations“ von 20.15 bis 21.45 Uhr. Wer am Dienstag, den 5. November verhindert ist, kann

gerne auch an jedem anderen Dienstag unverbindlich bei den Proben vorbeischaun. Der Probenraum befindet sich im „Alten Rathaus“ neben dem Bürgerhaus in Dudenhofen, 1. Stock.

Weitere Termine zum Vormerken: Freitag, 8. November ab 18 Uhr „Kerb-Opening“ am Backes, auf dem Parkplatz hinter der ev. Kirche in Dudenhofen und Samstag, 30. November, ab 18 Uhr Vereinsabend im Saal des Restaurants „Il Capitano“.

Frauen im Gespräch

Der Verein „Frauen treffen Frauen e.V.“ lädt zur nächsten Runde „Frauen im Gespräch“ ein und zwar ausnahmsweise am vierten Donnerstag des Monats (24. Oktober) um 15.30 Uhr in den Räumen, Gartenstraße 24 in Rodgau Jügesheim.

Die Tage werden kürzer und grauer und die Möglichkeiten, sich draußen aufzuhalten sind eingeschränkter. Was können wir tun gegen den „Herbstblues“? Was hilft uns jeweils gegen das Gefühl von Einsamkeit anzukommen. Wie schaffen wir es, aktiv gegen das manchmal

dominante Gefühl von sozialer Isolation anzukommen. Trauen wir uns, auf andere Menschen zuzugehen. Was hindert uns, gerade auch neue Kontakte zu knüpfen.

Man will in gemütlicher Runde bei einer Tasse Kaffee oder Tee Erfahrungen austauschen, was hindert aber auch was ermutigt, auf andere Menschen zuzugehen, Kontakte ggf. zu neuen Gruppen zu suchen oder nach passenden Angeboten zu suchen. Aktivitäten und eine genügende soziale Anbindung sind wichtige Faktoren für mehr Zufriedenheit.

Erweiterte Öffnungszeiten der Stadtbücherei ab November

Rodgau (RZ) Ab dem 1. November werden die Stadtbüchereien in Nieder-Roden und Jügesheim ihre Öffnungszeiten erweitern. Das Team der Stadtbücherei freut sich, ihren Besucherinnen und Besuchern einen besseren Zugang zu den vielfältigen Medien und Dienstleistungen anbieten zu können.

Büchereibesuche können flexibler gestaltet und besser an die persönlichen Arbeits- und Lebenssituation angepasst werden.

Die Stadtbücherei Jügesheim öffnet ihre Türen am Dienstag und Donnerstag vormittags von 9 bis 13 Uhr. Dienstag und Donnerstag nachmittags schließt die Bücherei statt um 18 Uhr erst um 19. Es kann also eine Stunde länger in der

Bücherei gestöbert werden, Medien können entliehen und zurückgebracht werden. Auch die Stadtbücherei Nieder-Roden ist ab November länger für Ihre Leserinnen und Leser da: montags und mittwochs ist die Bücherei bis 19 Uhr geöffnet, freitags bis 18.30 Uhr.

Zusätzlich kann die Bücherei Nieder-Roden freitags vormittags von 9 bis 13 Uhr besucht werden. Somit ist es möglich, den Gang über den Wochenmarkt mit einem Aufenthalt in der Bücherei zu verbinden. Gerade die zusätzlichen Stunden am Vormittag geben den Menschen die Gelegenheit, in Ruhe zu stöbern, Bücher auszuleihen, an Veranstaltungen teilzunehmen oder einfach einen angenehmen Ort zum Lesen und Lernen zu finden.

Gewichtsreduktion bei Adipositas So sinkt das Risiko für Folgeerkrankungen

ANZEIGE

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.



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.

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.

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, JYSK, LIDL, Netto, Norma, Rossmann, Toom Baumarkt

Rodgau Art präsentiert Werke von Kunstschaffenden

Mischung aus Hobbykünstlern, Autodidakten und Absolventen diverser Kunsthochschulen / Vernissage am 25. Oktober mit dem Duo Daniel und Melanie Huertas

Rodgau (RZ) Die Präsentation von Kunst in Rodgau unter städtischer Regie gibt es bereits seit 50 Jahren. Seit 2011 findet diese Schau in großen Rahmen unter dem Titel RODGAU ART im Bürgerhaus und Sporthalle in Nieder Roden statt.

Vom 25. bis 27. Oktober zeigen 80 Kunstschaffende ihr vielfältiges Werk. Einige der Künstlerinnen und Künstler, die sich am Wochenende präsentieren, haben bereits international ausgestellt. Es mischen sich Hobbykünstler und Autodidakten mit Absolventen diverser Kunsthochschulen.

Die Objekte der diesjährigen Ausstellenden spannen einen großen Bogen von der realistischen Landschaftsmalerei über zarte Aquarellmotive und surre-

alistische Darstellungen bis hin zur abstrakten Malerei. Westliche Kalligraphie steht neben vielschichtigen Acrylbildern und präzisen Bleistiftzeichnungen. In Öl gemaltes kontrastiert mit feinen Tuschezeichnungen. Die Künstlerinnen und Künstler drücken mit Form, Farbe und Material ihre Empfindungen aus und bieten dem Betrachter Freiraum für eigene Interpretationen. Auf der Bühne, im Foyer und verteilt in allen anderen Räumen sind kreative Skulpturen aus Holz, Bronze, Pappmaché oder Ton zu bestaunen. Die Künstlerin Andrea Kraus wird live an der Ausstellung an einem großen Bild malen. Dazu fängt sie die Stimmung der Besuchenden ein und nennt ihr Projekt „Der Stand der Dinge“.

Unter den Ausstellenden sind Kulturpreisgeehrte der Stadt Rodgau, aber auch Preisgekrönte verschiedener anderer Ausstellungen, auch im Ausland ausgelobter Kunstpreise.

Die Vielfalt der Techniken und Materialien bietet etwas für jeden Geschmack. Die Werke können nicht nur betrachtet werden, man kann sie auch kaufen. Und auf der Ausstellung gibt es den hochwertigen Katalog von der Nieder-Röder Firma stolzdesign gestaltet zu erwerben. Eine unterhaltsame Möglichkeit sich den Objekten tiefer zu widmen, bieten die Führungen mit Kulturdezernent Winno Sahm am Samstag, 26. Oktober um 16 Uhr und am Sonntag um 15 Uhr. Das Werkstattgespräch am

Sonntag, 27. Oktober um 11.30 Uhr dreht sich um Drucktechniken. Hier werden drei Künstlerinnen und Winno Sahm in lockerer Runde über Entstehung, Materialverwendung und Herstellung ihrer Werke erzählen und so dem Zuhörer einen speziellen Zugang zu dieser Technik ermöglichen.

Zur Vernissage am 25. Oktober ab 19 Uhr tritt das Duo Daniel und Melanie Huertas mit spanischer Musik und Flamencotanz auf. Zum Umtrunk mit Snacks sind alle herzlich eingeladen. Am Ausstellungswochenende sorgt der SOS Helferkreis, charmant wie gewohnt, für das leibliche Wohl. Die Einnahmen kommen SOS Kinderdörfern zugute. Der Eintritt ist an allen Tagen frei.

Elternabend zur frühkindlichen Entwicklung

Rodgau (RZ) Wenn Kinder direkte Fragen zu Schwangerschaft, Geburt oder Sexualität stellen, sich selbst streicheln und Doktorspiele mit anderen Kindern spielen, können Eltern verunsichert werden.

„Sind die sexuellen Äußerungen meines Kindes noch normal oder muss ich mir Sorgen machen?“, „Ist das überhaupt wichtig für die Persönlichkeits-

entwicklung - muss ich das zulassen?“ sind einige wenige der zahlreichen Fragen, die sich Eltern von Kleinkindern in solchen Situationen stellen. Daneben gibt es auch Kinder bei denen sexualitätsbezogene Themen oder Fragen kein Interesse zu wecken scheinen. Auch diese Situation kann bei Eltern ein Unsicherheitsgefühl hervorrufen. Dieser Vortrag

mit anschließender Diskussionsrunde soll einen Einblick in die psychosexuelle Entwicklung im Kindesalter geben. Die Veranstaltung findet am Dienstag, 5. November von 18 bis 20 Uhr im Familienzentrum, Alter Weg 63F statt und ist kostenfrei.

Zur besseren Koordinierung bittet das Familienzentrum um Anmeldungen bis zum 1.

November telefonisch unter 06106 693-1167 oder schriftlich unter Angabe einer Telefonnummer an Familienzentrum, Alter Weg 63F.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Kürbisfest in Jügesheim

Jügesheim (RZ) Am Sonntag, 20. Oktober, verwandelt sich Jügesheim in eine farbenfrohe Festmeile. Das traditionelle Kürbisfest lädt alle Besucher ein, gemeinsam den Herbst zu genießen. Von 11 Uhr an erwartet die Gäste in der Rodgau-Passage Jügesheim ein buntes Programm mit Musik, Tanz, kulinarischen Köstlichkeiten und zahlreichen Ständen.

Hessische Krautschneidemeisterschaft als Highlight

Ein besonderes Highlight ist die Hessische Krautschneidemeisterschaft, die um 14 Uhr

auf dem Rathausplatz beginnt. Teams aus drei Personen treten gegeneinander an und zeigen ihr Geschick beim Schneiden von Krautköpfen. Spannung und Spaß sind garantiert, denn neben Ruhm und Ehre winken auch attraktive Preise. Anmeldungen sind weiterhin möglich unter: info@gv-rodgau.de

Das traditionelle Kraut-Einmachen beginnt ab 11 Uhr in Jügesheim. Parallel zum Festbetrieb haben die Geschäfte in Jügesheim und Hegelstraße in Dudenhofen von 12 bis 18 Uhr geöffnet. Besucher können nach Herzenslust shoppen und die herbstlichen Angebote nut-

zen. Zahlreiche Stände laden zum Bummeln und Stöbern ein. Handwerkliche Produkte, regionale Spezialitäten und kreative Geschenkideen machen das Angebot vielfältig.

Kulinarisch wird beim Kürbisfest ebenfalls einiges geboten. Neben den traditionellen Gerichten wie Köstlichkeiten rund um den Kürbis, dürfen sich die Besucher auf eine breite Palette an Speisen freuen. Ob herzhafter Burger, köstliche Pasta oder vegetarische und vegane Gerichte – für jeden Geschmack ist etwas dabei. Auch süße Leckereien werden zu finden sein. Dazu gibt es eine Vielzahl an

verschiedenen Getränken, die den Tag perfekt abrunden.

Das Bühnenprogramm auf dem Rathausplatz und in der Rodgau Passage bietet für jeden Geschmack etwas. Live-Musik, Tanzvorführungen und die Preisverleihung des Fotowettbewerbs sorgen für Unterhaltung. Auch die Lifestyle- und Erlebnismesse auf dem Rathausplatz ist wieder dabei.

Der Gewerbeverein Rodgau e.V. lädt alle Bürgerinnen und Bürger herzlich ein, gemeinsam den Herbst zu feiern. Der Gewerbeverein Rodgau freut sich auf einen schönen Tag mit vielen Besuchern.

Monika Hattermann ist „Miss Gewelle“

„Gewelleowend“ des HGV Weiskirchen im Hof des Heimatmuseums

Weiskirchen (ah) Der Wettbewerb um die „Miss Gewelle“ oder ab und zu dem „Mister Gewelle“ ist ein Spaßwettbewerb, aber wenn er beim „Gewelleowend“ des Heimat- und Geschichtsvereins (HGV) Weiskirchen im Hof des Heimatmuseums nicht stattfände, würde etwas fehlen.

Monika Hattermann, Kerstin Reichenbach und Monika Lorenz traten diesmal an, um festzustellen, wer die zwei gekochten Kartoffeln am schnellsten von seiner Schale befreit. Am Ende hatte Monika Hattermann die Nase vorne und darf jetzt ein Jahr lang diesen Titel und die Schärpe tragen. Zusätzlich gab es für die Gewinnerin vom HGV-Vorsitzenden Helmut Trageser drei Dosen Haus-



macher Wurst. Aber auch die beiden Nächstplatzierten gingen nicht leer aus. Viel Applaus der Gäste war zusätzlicher Lohn für die Kandidatinnen. Die gekochten Kartoffeln, die „Gewelle“ mit Öldungsel gibt es an dem Abend kostenlos. Ei-

nen Obolus muss man entrichten, wenn man dazu Rahmungsel, Heringssalat oder sogar Hausmacher Wurst haben will. Wie beliebt der Abend ist, zeigte sich daran, dass nur eine Stunde nach der Eröffnung der Heringssalat schon

(Foto: ah)

**Die Johanniter:
Immer für Sie da.**

Ob Hausnotruf,
Menüservice, amb. Hospizdienst,
Erste-Hilfe-Ausbildung,
Fahrdienste oder Altenpflegeschule:
☎ **06106 8710-0**

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Borsigstraße 56, 63110 Rodgau
info.offenbach@johanniter.de

JOHANNITER
Regionalverband
Offenbach

Behinderungen in Rodgau

Behinderung in Nieder-Roden

Für das Kürbis-Kinderfest am Sonntag, 20. Oktober, wird der Straßenbereich Am Kreuzberg 1 bis 3 in Rollwald für den Autoverkehr gesperrt. Die Sperrung gilt zwischen 14 und 18 Uhr.

Behinderung in Jügesheim

Die nächsten Termine im Rahmen der Winterlaufserie der SKG Rodgau sind am 2. November, 7. Dezember, 4. Januar, 1. Februar und führen durch das westliche Feldgelände in Jügesheim. Die Laufenden sind jeweils von 13.30 bis 17 Uhr unterwegs und beginnen und enden mit dem Lauf am Sportzentrum Weichsee. Während der Veranstaltung ist im gesamten Bereich der Strecke auf geänderte Beschilderungen zu achten.

Behinderung in Hainhausen - Umleitung Stadtbus OF-40

Die Jügesheimer Straße wird auf Höhe der Hausnummer 19 vom 22. bis 25. Oktober gesperrt sein. Grund hierfür ist die Montage einer Photovoltaik Anlage. Wegen diesen Baumaßnahmen kann der Stadtbus OF-40 in Fahrtrichtung Weiskirchen von Dienstag, 22. Oktober, bis Freitag, 25. Oktober die Haltestellen „Hainhausen Bahnhof“ und „Hans-Sachs-Straße“ nicht anfahren. Für die Haltestelle „Hans-Sachs-Straße“ wird eine Ersatzhaltestelle an der Wilhelm-Leuschner-Straße/Ecke Hans-Sachs-Straße eingerichtet. Fahrgäste der Haltestelle „Hainhausen Bahnhof“ werden gebeten die Haltestelle „August-Neuhäusel-Straße“ zu nutzen.

Förderverein der Gartenstadtschule

Rodgau (RZ) Der Förderverein der Gartenstadtschule e.V. lädt alle Mitglieder am 4. November um 19 Uhr zur ordentlichen

Mitgliederversammlung ein. Die Veranstaltung findet in den Räumlichkeiten der Betreuung statt.

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

Buchen Sie Ihre kostenlose Beratung jetzt direkt per WhatsApp!

Purdental Münster
Friedrich-Ebert-Straße 20
64839 Münster in Hessen
☎ 06071 - 36023
🌐 www.purdental.de

**Hochzeits
MESSE**

celebrations
EVENTS + MESSEN

SCAN ME

**27. Oktober 2024
OFFENBACH**

**03. November 2024
WIESBADEN**

🌐 CelebrationsMessen 🌐 CelebrationsMessen
www.celebrations-messen.de



Einladung

Ich lade Sie zur **öffentlichen Sitzung des Ausländerbeirates** ein.

Sitzungstermin: Donnerstag, 24.10.2024, 19:00 Uhr

Ort, Raum: Rathaus, Sitzungssaal der Stadtverordnetenversammlung, Hintergasse 15, 63110 Rodgau

Öffentliche Sitzung
1 Eröffnung der Sitzung
2 Mitteilungen und Anfragen
2.1 Mitteilungen des Vorsitzenden

2.2 Mitteilungen des Magistrats

3 Online Sichtbarkeit des Ausländerbeirates auf der Homepage der Stadt Rodgau

4 Themen der Stadtverordnetenversammlung

5 Themen der AGAH

6 Themen des Kreisausländerbeirates

7 Sitzungen sonstiger Gremien

8 Gegenseitige Unterrichtung

Fara Sall
Vorsitz

Konstituierende Sitzung des neuen Gesamtkindergartenbeirates

Hiermit lade ich Sie zur konstituierenden Sitzung des neuen Gesamtkindergartenbeirates am

Dienstag, 29. Oktober 2024, 18.30 Uhr, in die Aula der Georg-Büchner-Schule, Nordring 32, ein.

Ich möchte Ihnen folgende Tagesordnung bekannt geben:

Top. Nr. 1: Begrüßung durch Frau Erste Stadträtin Janika Martin

Top. Nr. 2: Wahl der/des 1. Vorsitzenden

Top. Nr. 3: Wahl der/des stellvertretenden Vorsitzenden

Top. Nr. 4: Wahl der Schriftführerin/des Schriftführers

Top. Nr. 5: Überblick über die Kita-Situation in Rodgau

Top. Nr. 6: Verschiedenes

Janika Martin
Erste Stadträtin

Amtliche Bekanntmachung

Bauleitplanung der Stadt Rodgau

Vorhabenbezogener Bebauungsplan mit Vorhaben- und Erschließungsplan Jügesheim Nr. 54

„Südlich der Haingrabenstraße“

Hier: Bekanntmachung gemäß § 10 Baugesetzbuch (BauGB)

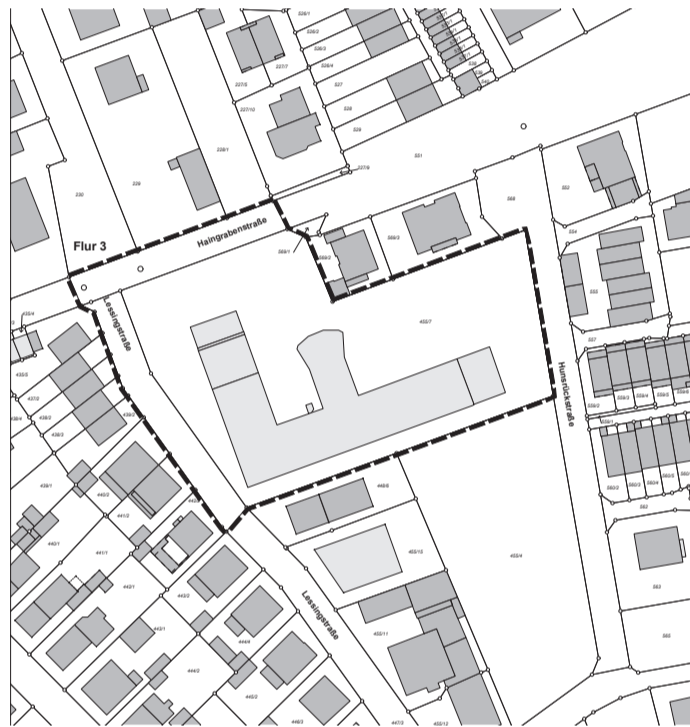
Die Stadtverordnetenversammlung

lung der Stadt Rodgau hat am 23.09.2024 den vorhabenbezogenen Bebauungsplan Jügesheim Nr. 54 „Südlich der Haingrabenstraße“ gemäß § 2 Abs. 1 BauGB und § 10 BauGB in der Fassung der Bekanntmachung vom 3. November 2017 (BGBl. I, S.3634) zuletzt geändert durch Artikel 3 des Gesetzes vom 20. Dezember 2023 (BGBl. 2023 I Nr. 394) als Satzung beschlossen.

Der Bebauungsplan Jügesheim Nr. 54 ersetzt in seinem Geltungsbereich Teile der rechtskräftigen Bebauungspläne Jügesheim Nr. 6 „Lessingstraße“ und Jügesheim Nr. 9 „Für das Industriegebiet östl. der gepl. B 45 und für das Gebiet beiderseits der Haingrabenstraße“.

Der Geltungsbereich ist gegenüber dem Aufstellungsbeschluss vom 14.12.2020 unverändert.

Der Geltungsbereich des vorhabenbezogenen Bebauungsplanes umfasst die Grundstücke Gemarkung Jügesheim, Flur 3, Flurstück Nr. 455/7, Flurstück 447/3 tlw. (Lessingstraße) und Flurstück 551 tlw. (Haingrabenstraße).



Mit dieser Bekanntmachung tritt der vorhabenbezogene Bebauungsplan mit Vorhaben- und Erschließungsplan in Kraft.

Ab sofort kann der vorhabenbezogene Bebauungsplan mit Vorhaben- und Erschließungsplan und Begründung während der allgemeinen Dienststunden im Rathaus der Stadt Rodgau, Hintergasse 15,

1. Stock, Zimmer 1.9 in 63110 Rodgau eingesehen werden.

Die allgemeinen Dienststunden der Verwaltung sind:

Montag, Dienstag und Donnerstag von 8:00 Uhr – 16:00 Uhr

Mittwoch von 08:00 Uhr – 12:00 Uhr, 14:00 – 18:00 Uhr

Freitag von 08:00 Uhr – 14:00 Uhr

Darüber hinaus kann der Bebauungsplan auf der Homepage der Stadt Rodgau unter www.rodgau.de und über das BürgerGIS des Kreises Offenbach eingesehen werden.

Gemäß § 215 Abs. 2 BauGB wird darauf hingewiesen, dass

1. eine nach § 214 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 bis 3 BauGB beachtliche Verletzung der dort bezeichneten Verfahrens- und Formvorschriften,

2. eine unter Berücksichtigung des § 214 Abs. 2 BauGB beachtliche Verletzung der Vorschriften über das Verhältnis des Bebauungsplans und des Flächennutzungsplanes und

3. nach § 214 Abs. 3 Satz 2

BauGB beachtliche Mängel des Abwägungsvorgangs unbeachtlich werden, wenn sie nicht innerhalb eines Jahres seit dieser Bekanntmachung schriftlich gegenüber der Stadt Rodgau unter Darlegung des die Verletzung begründenden Sachverhalts geltend gemacht worden sind. Dies gilt entsprechend, wenn Fehler nach § 214 Abs. 2a BauGB beachtlich sind. Auf die Vorschriften des § 44 Abs. 3 Satz 1 und 2 sowie Abs. 4 BauGB über die Entschädigung von durch den Bebauungsplan eintretenden Vermögensnachteilen sowie über die Fälligkeit und das Erlöschen entsprechender Entschädigungsansprüche wird hingewiesen.

Die Information zur Datenerhebung gemäß Datenschutzgrundverordnung liegt im Rathaus der Stadt Rodgau aus oder kann auf der Homepage der Stadt Rodgau unter www.rodgau.de eingesehen werden. Rodgau, den 09.10.2024 kam

Der Magistrat der Stadt Rodgau
Max Breitenbach
Bürgermeister

Der Magistrat der Stadt Rodgau

Max Breitenbach

Bürgermeister

Beweglich durch den Winter mit der SGN

Nieder-Roden (RZ) Zwischen den Herbst- und Osterferien findet auch in diesem Jahr der Kurs „Beweglich durch den Winter“ statt.

Hinter diesem Namen verbirgt sich ein Kurs im 10er Block mit dem Ziel die Teilnehmer*innen des Nordic Walking Kurses, aber auch andere Interessierte fit und beweglich mit funktioneller Gymnastik unter Nutzung diverser Kleingeräte durch den Winter zu begleiten.

Das Angebot startet am 31.10.2024. Es findet jeweils donnerstags von 18 bis 19 Uhr im Gymnastikraum der SG

Nieder-Roden (RZ) Zwischen den Herbst- und Osterferien findet auch in diesem Jahr der Kurs „Beweglich durch den Winter“ statt.

Hinter diesem Namen verbirgt sich ein Kurs im 10er Block mit dem Ziel die Teilnehmer*innen des Nordic Walking Kurses, aber auch andere Interessierte fit und beweglich mit funktioneller Gymnastik unter Nutzung diverser Kleingeräte durch den Winter zu begleiten.

Das Angebot startet am 31.10.2024. Es findet jeweils donnerstags von 18 bis 19 Uhr im Gymnastikraum der SG

Nieder-Roden (RZ) Zwischen den Herbst- und Osterferien findet auch in diesem Jahr der Kurs „Beweglich durch den Winter“ statt.

Hinter diesem Namen verbirgt sich ein Kurs im 10er Block mit dem Ziel die Teilnehmer*innen des Nordic Walking Kurses, aber auch andere Interessierte fit und beweglich mit funktioneller Gymnastik unter Nutzung diverser Kleingeräte durch den Winter zu begleiten.

Das Angebot startet am 31.10.2024. Es findet jeweils donnerstags von 18 bis 19 Uhr im Gymnastikraum der SG

Nieder-Roden (RZ) Zwischen den Herbst- und Osterferien findet auch in diesem Jahr der Kurs „Beweglich durch den Winter“ statt.

Hinter diesem Namen verbirgt sich ein Kurs im 10er Block mit dem Ziel die Teilnehmer*innen des Nordic Walking Kurses, aber auch andere Interessierte fit und beweglich mit funktioneller Gymnastik unter Nutzung diverser Kleingeräte durch den Winter zu begleiten.

Das Angebot startet am 31.10.2024. Es findet jeweils donnerstags von 18 bis 19 Uhr im Gymnastikraum der SG

Hula Hoop bei den Sportfreunden

Rodgau (RZ) Ab 28. Oktober (nach den Herbstferien) jeden Montag von 19:30 bis 20:30 Uhr in der EVO Sportfabrik Raum D (2.OG)

Möchtest Du Spaß mit Ganzkörpertraining verbinden? Dann rock' mit uns im Ring, um Kraft, Koordination und Ausdauer zu stärken.

Den Hula Hoop Reifen zu schwingen bereitet nicht nur Freude, sondern lässt auch Deinen Rettungsring schwinden. Egal, ob jung oder alt, dick oder dünn, wir trainieren Bauch, Rücken, Beckenboden und senken so das Stresslevel.

Mit gezielten Übungen wird der ganze Körper beansprucht.

Landfrauen Dudenhofen

Am Dienstag, 22. Oktober, Bin-go um 19 Uhr im Bürgerhaus Dudenhofen.

Pubquiz und Folk Rock im Maximal

Freitag, 25. Oktober, 20 Uhr: Pubquiz „RodgauRätsel-Runde“.

Samstag 26. Oktober, um 20 Uhr Folk Pop mit den CanGurus: Man nehme mehrere Becher Schlagzeug, locker groovend angerührt in Verbindung mit einem guten Pfund Bass. Mische das Ganze mit wohl dosierten akustischen Gitarren, die man je nach Geschmack auch mit Banjo, Mandoline oder Slide-Gitarren variieren kann. Nun knetet man alles durch eine Quetschkommode zu einer geschmeidigen Masse und schmecke das Ganze

ab mit 4 Stimmen, den Gewürzen Afrikas, der Karibik, den fernen Regionen Asiens oder Australiens. Zum Abrunden ein kräftiger Schluck angelsächsischen oder spanischen Folkrock dazu. Bandbesetzung: Carmen Knöll (drums, perc., voc), Achim Bender (bass, voc), Andreas Ecker (git, mandol, akk, voc), Steffen Huther (git, banjo, lapsteel, voc).

Jügesheim (RZ) Am Sonntag, 20. Oktober, gibt es im Heimatmuseum, Vordergasse 59, von 14 bis 17 Uhr anlässlich des Kürbisfestes Kaffee und selbst gebackenen Kuchen.

Ambulante Hauskrankenpflege Sozialstation Rodgau gGmbH
Borsigstraße 56, Johanniter-Haus
Tel. 06106/3281
WIR PFLEGEN IN RODGAU!

NOTDIENST
Ärztlicher Bereitschaftsdienst
Asklepios-Klinik Seligenstadt,
Zentraler Bereitschaftsdienst, Tel. 116 117
Montag und Dienstag 19–24 Uhr
Mittwoch 14–24 Uhr
Donnerstag 19–24 Uhr
Freitag 14–Montag 7 Uhr

Rettungsdienst/Krankentransport
Leitstelle Dietzenbach, Tel. 06074/19222

Zahnärztlicher Notdienst
Sprechstunden: Sa. von 15–18 Uhr, an Sonn- u. Feiertagen von 9–12 Uhr u. 15–18 Uhr, Mi. von 15–18 Uhr.
Rufbereitschaft: Von Sa. 8 Uhr bis Mo. 8 Uhr, an Feiertagen von 8 Uhr bis zum Morgen 8 Uhr, Mi. von 18 Uhr bis Do. 8 Uhr.
Die Ansage des zahnärztlichen Notfallvertretungsdienstes erfolgt über die kostenpflichtige Servicenummer:
0 18 05 / 60 70 11

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: suchtberatung@bz-ost-caritas.de
Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: schuldnerberatung@bz-ost-caritas.de
Caritas Allgemeine Lebensberatung, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-25, Mo. bis Do. von 9 bis 16 Uhr.
Familienberatung des Deutschen Kinderschutzbundes in Rodgau Schillerstraße 27b, 63110 Rodgau, Tel. 06106/62186, email: dksb_rodgau@web.de, tel. erreichbar Mi. u. Fr. 9–11 Uhr, Do. 14–16 Uhr. www.kinderschutzbund-rodgau-roedermark.de
Frauenberatungsstelle und Notruf: Hochstädter Str. 1, Tel. 06106/3111, Frauenhaus 06106/13360.
Sozialverband VdK-Rodgau Beratung: Sozialzentrum Puisseauxpl. Nieder-Roden. Beratung nur nach Voranmeldung unter Tel. 06106/773902

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: suchtberatung@bz-ost-caritas.de
Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: schuldnerberatung@bz-ost-caritas.de
Caritas Allgemeine Lebensberatung, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-25, Mo. bis Do. von 9 bis 16 Uhr.
Familienberatung des Deutschen Kinderschutzbundes in Rodgau Schillerstraße 27b, 63110 Rodgau, Tel. 06106/62186, email: dksb_rodgau@web.de, tel. erreichbar Mi. u. Fr. 9–11 Uhr, Do. 14–16 Uhr. www.kinderschutzbund-rodgau-roedermark.de
Frauenberatungsstelle und Notruf: Hochstädter Str. 1, Tel. 06106/3111, Frauenhaus 06106/13360.
Sozialverband VdK-Rodgau Beratung: Sozialzentrum Puisseauxpl. Nieder-Roden. Beratung nur nach Voranmeldung unter Tel. 06106/773902

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: suchtberatung@bz-ost-caritas.de
Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: schuldnerberatung@bz-ost-caritas.de
Caritas Allgemeine Lebensberatung, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-25, Mo. bis Do. von 9 bis 16 Uhr.
Familienberatung des Deutschen Kinderschutzbundes in Rodgau Schillerstraße 27b, 63110 Rodgau, Tel. 06106/62186, email: dksb_rodgau@web.de, tel. erreichbar Mi. u. Fr. 9–11 Uhr, Do. 14–16 Uhr. www.kinderschutzbund-rodgau-roedermark.de
Frauenberatungsstelle und Notruf: Hochstädter Str. 1, Tel. 06106/3111, Frauenhaus 06106/13360.
Sozialverband VdK-Rodgau Beratung: Sozialzentrum Puisseauxpl. Nieder-Roden. Beratung nur nach Voranmeldung unter Tel. 06106/773902

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: suchtberatung@bz-ost-caritas.de
Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: schuldnerberatung@bz-ost-caritas.de
Caritas Allgemeine Lebensberatung, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-25, Mo. bis Do. von 9 bis 16 Uhr.
Familienberatung des Deutschen Kinderschutzbundes in Rodgau Schillerstraße 27b, 63110 Rodgau, Tel. 06106/62186, email: dksb_rodgau@web.de, tel. erreichbar Mi. u. Fr. 9–11 Uhr, Do. 14–16 Uhr. www.kinderschutzbund-rodgau-roedermark.de
Frauenberatungsstelle und Notruf: Hochstädter Str. 1, Tel. 06106/3111, Frauenhaus 06106/13360.
Sozialverband VdK-Rodgau Beratung: Sozialzentrum Puisseauxpl. Nieder-Roden. Beratung nur nach Voranmeldung unter Tel. 06106/773902

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: suchtberatung@bz-ost-caritas.de
Schuldnerberatung des Diakonischen Werkes, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: schuldnerberatung@bz-ost-caritas.de
Caritas Allgemeine Lebensberatung, Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-25, Mo. bis Do. von 9 bis 16 Uhr.
Familienberatung des Deutschen Kinderschutzbundes in Rodgau Schillerstraße 27b, 63110 Rodgau, Tel. 06106/62186, email: dksb_rodgau@web.de, tel. erreichbar Mi. u. Fr. 9–11 Uhr, Do. 14–16 Uhr. www.kinderschutzbund-rodgau-roedermark.de
Frauenberatungsstelle und Notruf: Hochstädter Str. 1, Tel. 06106/3111, Frauenhaus 06106/13360.
Sozialverband VdK-Rodgau Beratung: Sozialzentrum Puisseauxpl. Nieder-Roden. Beratung nur nach Voranmeldung unter Tel. 06106/773902

BERATUNG/HILFE
Tagesmütter: Vermittlung über das Tageselternbüro der Stadt Rodgau: Tel. 693-11 67, tageseltern@rodgau.de
Guttempler in Hessen: Rat und Hilfe bei Alkoholproblemen für Betroffene und Angehörige. Kontakt unter 06073/6064029 und 0176/32128590 Gemeinschaft „Lauterborn“, freitags 19.00 Uhr, Weiskirchen, Schillerstraße 27b. Nottelefon Sucht: 0180/3652407.
„Die Brücke“: Psychosoziale Kontakt- und Beratungsstelle, Wittenberger Straße 1, Rödermark, Tel. 06074/865440, Sprechzeiten: Mo. bis Do. 9–17 Uhr, Fr. 9–15 Uhr.
Bereitschaftsdienst der Stadtwerke Rodgau: Tel. 829624 Bereitschaftsdienst für Notfälle in der Wasserversorgung, Tel. 829625 Bereitschaftsdienst für Notfälle im Kanal- und Abwasserbereich und Tel. 82964948 Bereitschaftsdienst für Notfälle Bauhof außerhalb der Dienstzeiten der Stadtwerke. Telefon 82960 während der Dienstzeiten der Stadtwerke.
Sozialstation Rodgau gGmbH: fachgerechte, individuelle sowie ambulante Kranken- und Altenpflege zu Hause Tel. 06106/3281 (87100 Johanniter)
Soziale Dienste der Johanniter: Essen aus Rädern, Behindertenassistenz, Hausnotruf, Einkaufsdienste, Hauswirtschaft, Ambulanter Hospizdienst, Tel. 06106/87100
Parkinson-Selbsthilfegruppe: Treffs monatlich zweimal im Gasthaus „Zum Engel“ in Nieder-Roden. Infos bei W. Dauer, Tel. 06182/21367.
Selbsthilfegruppe „Anonyme Alkoholiker“: Treffen jeweils dienstags um 19 Uhr im evangelischen Gemeindezentrum in der Dietrich-Bonhoeffer-Str. 2–4 in Weiskirchen.
Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche des Caritasverbandes Offenbach/Main e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-0, Fax 06106/66009-16, E-Mail: erziehungberatung@bz-ost-caritas.de
Suchtberatung des Suchthilfezentrums Wildhof e.V., Puisseauxplatz 1, Rodgau, Tel. 06106/66009-

Förderung der Kulturarbeit Serenade am „Backes“



Der Volkschor Dudenhofen erfreute das Publikum auch in diesem Jahr in der stimmungsvoll beleuchteten Kirche.



Prof. Dr. Dr. K. Donas, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie der Asklepios Klinik Langen, war ein gefragter Interviewpartner.



Im Publikum fanden sich zahlreiche Ehrengäste – wie der Rodgauer Ehrenbürger Paul Scherer (Mitte) mit Gattin und Stadtverordneten-vorsteher Jürgen Kaiser.

CarTank 24
Wir unterstützen Euren Verein!
Neumann Tankstelle GmbH - günstig tanken + mehr!

GEFÄSS- UND ENDOVASKULÄRE CHIRURGIE

„Gefäßerkrankungen können schwerwiegende Folgen hervorrufen. Daher ist die frühzeitige Behandlung unser Ziel.“

Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Erkrankungen der Haupt- und Halsschlagader
- Durchblutungsstörungen wie Schaufensterkrankheit & Diabetisches Fußsyndrom
- Krampfadern & Chronisch Venöse Geschwüre
- Shuntchirurgie

Innovative Verfahren

- Kontrastmittelfreies Vorgehen
- Stoßwellentherapie
- Minimal-invasive Behandlung bei Krampfadern

Indikationsambulanz
Chefarzt Prof. Dr. Dr. med. K. Donas
Terminvereinbarung unter:
06103 / 912 61 46 3
www.asklepios.com/langen/experten/sprechstunden

ASKLEPIOS
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen
www.asklepios.com/langen

WIR suchen DICH

Tue (dir) was Gutes und mache eine Ausbildung zur/m

Pflegfachmann / Pflegfachfrau
Operationstechnische/r Assistent/in
Anästhesietechnische/r Assistent/in

Das Team von der Aperol-Bar.

Kratz Immobilien

Mein Maklerbüro seit 1993
Tel. 06106 - 23741
E-Mail: kratz-immobilien@t-online.de

SUCHE:
2 - 4 Zimmer ETW's von 60 - 100 m²
1, 2 und Mehrfamilienhäuser - auch Grundstücke
sowie Abrissgrundstücke für Ein- und Mehrfamilienhäuser

WIR BIETEN DIR

- Ein Lernzentrum, regelmäßige Themenwochen, Workshops, eng unterstützt durch die zentrale Praxisanleitung.
- Innovatives Arbeiten mit digitaler Patientenakte
- Ein eigenes Tablet und den Zugang zu unserer großen Online-Bibliothek
- 30 Tage Urlaub im Jahr und jährliche Sonderzahlung
- Mitarbeiterrabatte in vielen Onlineshops und zahlreiche Vergünstigungen für Freizeitaktivitäten und Veranstaltungen
- Eine angemessene Ausbildungsvergütung
- Sichere Zukunftsaussichten
- Abschlussprämie bei guten bis sehr guten Gesamtexamensdurchschnitt
- Zuschlag zum Jobticket

DEIN PROFIL

- Du verfügst über das (Fach-)Abitur, einen mittleren Schulabschluss oder Hauptschulabschluss zusammen mit einer erfolgreich abgeschlossenen Berufsausbildung.
- Du drückst dich mündlich und schriftlich sicher in der deutschen Sprache aus (B2 Niveau)
- Du gehst offen und einfühlend mit Menschen aller Altersgruppen um
- Du handelst verantwortungsbewusst und bleibst gelassen auch in herausfordernden Situationen

WAS KANN ICH MIT EINER AUSBILDUNG IN DER PFLEGE ALLES MACHEN?

1. Mitarbeit auf der Abteilung deiner Wahl
 - Palliativpflege
 - Praxisanleitung
 - Wundmanager/in
 - Stationsleitung
 - Fachweiterbildung OP & Anästhesiepflege u.v.m.
2. Möglichkeiten zur Weiterbildung sind:
3. Studium
 - Wir bieten ein Duales Studium "Pflege & Gesundheit" in Kooperation mit der Katholischen Hochschule Mainz an

KONTAKT

Celine Barthel, Assistenz Pflegedienstleitung, 06182-83-62350
 bewerbung.seligenstadt@asklepios.com

Die Johanniter: Immer für Sie da.

Ob Hausnotruf, Menüservice, amb. Hospizdienst, Erste-Hilfe-Ausbildung, Fahrdienste oder Altenpflegeschule:
06106 8710-0

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Borsigstraße 56, 63110 Rodgau
info.offenbach@johanniter.de

JOHANNITER
Regionalverband Offenbach

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne

Die Geburt eines Kindes ist ein natürliches und sehr persönliche Ereignis. Die Geburtshilfe Langen sorgt dafür, dass Sie Ihr Kind in familiärer Geborgenheit zur Welt bringen können. Dabei steht die Sicherheit von Mutter und Kind immer an erster Stelle.

Weitere Informationen und das Kursangebot für Schwangere und werdende Eltern finden Sie unter: www.asklepios.com/langen/experten/geburtshilfe oder:

ASKLEPIOS
KLINIK LANGEN

Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen, www.asklepios.com/langen



KIRCHENGEMEINDEN IN RODGAU

Kath. Pfarrgemeinden Jügesheim/ Dudenhofen/ Nieder-Roden/Rollwald

Gottesdienste

Freitag, 18. Oktober

19.00 Uhr: St. Nikolaus Heilige Messe

Samstag, 19. Oktober

14.00 St. Matthias Trauung
18.30 Uhr: St. Marien Sonntag-
vorabendmesse

Sonntag, 20. Oktober

9.30 Uhr: St. Matthias Hochamt
11.00 Uhr: St. Nikolaus Hochamt
18.00 Uhr: St. Marien Wortgot-
tesfeier

Montag, 21. Oktober

17.20 Uhr: St. Matthias Rosen-
kranz
19.00 Uhr: St. Nikolaus Wortgot-
tesdienst mit Kommunionfeier

Dienstag, 22. Oktober

8.30 Uhr: St. Matthias Heilige
Messe – anschließend Rosen-
kranz

18.30 Uhr: St. Nikolaus Ro-
senkranzandacht

Donnerstag, 24. Oktober

8.20 Uhr: Hl. Kreuz Rosenkranz
9.00 Uhr: Hl. Kreuz Heilige Mes-
se

Freitag, 25. Oktober

17.00 Uhr: G-Egner-Haus Evan-
gelischer Gottesdienst
19.00 Uhr: St. Nikolaus Heilige
Messe

Samstag, 26. Oktober

15.00 Uhr: St. Matthias Tauffeier:
Raphael Straub

Sonntag, 27. Oktober

9.30 Uhr: St. Matthias Hochamt
11.00 Uhr: St. Nikolaus Hochamt
12.00 Uhr: St. Nikolaus Taufe
14.00 Uhr: Dudenhofen Gräber-
segnung, Beginn in der Trauer-
halle, anschl. Gräbersegnung

Ev. Kirchengemeinde Nieder-Roden

Sonntag, 20. Oktober

10.00 Uhr: Gottesdienst – Ev. Ge-
meindehaus
19.30 Uhr: Stunde unter Gottes
Wort – Ev. Gemeindehaus

Montag, 21. Oktober

19.30 Uhr: Bibelgesprächskreis –
Ev. Gemeindehaus

Dienstag, 22. Oktober

9.00 Uhr: Mini-Kids 0 – 3 Jahre –
Ev. Gemeindehaus
15.00 Uhr: Ökumenischer Bibel-
gesprächskreis – Ev. Gemeinde-
haus

Mittwoch, 23. Oktober

10.00 Uhr: Gruppenangebot
„Demenz bremsen durch Akti-
vierung“ – Ev. Gemeindehaus
Gemeindebüro
Puisseauxplatz 4, Frau Horn, Tel.
87 66 21. Öffnungszeiten: diens-
tags und freitags 9 – 12 Uhr,
donnerstags 15 – 18 Uhr.
Mail: kirchengemeinde.nie-
der-roden@ekhn.de, Homepage:
kirchengemeinde-nieder-roden.
ekhn.de

Ev. Kirchengemeinde Dudenhofen

Sonntag, 20. Oktober

10.00 Uhr: Gottesdienst mit
Sterbgedenken für den Ge-
sangverein Germania Pfarrerin
Christina Koch

Montag, 21. Oktober

10.00 Uhr: Krabbelgruppe für
Kinder von 6 Monaten bis 2 Jah-
ren Evangelisches Gemein-
dehaus Dudenhofen Kontakt:

Ann-Kathrin Eberlein Tel.
0151 19441205.
18.00 – 20.00 Uhr: Posaunen-
chor Evangelische Kirche
Dudenhofen

Dienstag, 22. Oktober

18.15 Uhr: Cantus Novus Evan-
gelisches Gemeindehaus Du-
denhofen

Samstag, 26. Oktober

15.00 Uhr: „Gemeinsam krea-
tiv“

Sonntag, 27. Oktober

10.00 Uhr: Gottesdienst mit
Taufe Pfarrerin Christina Koch
Die Bücherei ist während der
Herbstferien dienstags von 16
bis 18 Uhr geöffnet. Weitere ak-
tuelle Informationen über www.
evkirche-dudenhofen.de.

Sprechzeiten Pfarrerin

Christina Koch: Sprechstun-
de nach telefonischer Vereinba-
rung, donnerstags von 18 Uhr bis
19.30 Uhr, Tel. 06106/7799425

Pfarrbüro: Kirchstraße 3, Tel.
62497-0. Büro-Öffnungszeiten:
montags, dienstags, donners-
tags von 10 bis 12 Uhr und
mittwochs von 16 bis 18 Uhr.
Freitags bleibt das Pfarrbüro ge-
schlossen.

Ev. Emmausgemeinde Jügesheim

Freitag, 18. Oktober

9.00 Uhr: Ferienspiele
15.30 Uhr: Ferienspiele – Ab-
schluss mit den Eltern
19.00 Uhr: Probe Take 5

Sonntag, 20. Oktober

10.00 Uhr: Gottesdienst mit
Taufmöglichkeit, Predigt Prädi-
kantin Andrea Schumacher, Kol-
lekte für die Gemeinde Arbeit
des Seniorenclubs, anschließend
Kirchcafé

Montag, 21. Oktober

10.30 Uhr: Qi Gong mit Kirstin
Weber

Dienstag, 22. Oktober

9.00 Uhr: Kita KIYO-Kinderyoga
18.00 Uhr: Weihnachtswichel
19.30 Uhr: Probe Band Soul Fee-
ding
19.30 Uhr: Probe Jügesheimer
Sängervereinigung

Mittwoch, 23. Oktober

11.00 Uhr: Musik in der Kita
15.30 Uhr: Sitzgymnastik, Grup-
pe 1

16.30 Uhr: Sitzgymnastik, Grup-
pe 2
20.00 Uhr: Probe Mixed Voices

Donnerstag, 24. Oktober

19.00 Uhr: Treffpunkt Bibelsa-
lon mit Dr. Manuela Baumgart

Die Kasualvertretung für
die Ev. Emmausgemeinde über-
nimmt vom 16. bis 20.10.: Pfar-
rerin Christina Koch, Tel. 77 99
425, E-Mail: christina.koch@
ekhn.de

Weitere Infos auf der Home-
page www.emmaus-juegesheim.
de

Pfarrgruppe Hainhau- sen-Weiskirchen

Samstag, 19. Oktober

8.00 Uhr: Wk Hl. Messe
15.00 Uhr: Wk Beichtgelegen-
heit

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzgebet
für die Bischöfe

Sonntag, 20. Oktober

9.00 Uhr: Hh Gottesdienst der
kroatischen Mission 9.30
Uhr: Wk AMT für beide Ge-
meinden

anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 18 Uhr 10.30-11.30
Uhr: Hh Die Kirche ist für das

stille, persönliche Gebet geöff-
net 15.00 Uhr:
Wk Barmherzigkeitsrosenkranz
17.00 Uhr:
Wk Rosenkranzgebet

Montag, 21. Oktober

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

18.00 Uhr: Wk Hl. Messe

Dienstag, 22. Oktober

8.00 Uhr: Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 18.00 Uhr

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzgebet
für alle alten und kranken Men-
schen unserer Pfarrgemeindegro-
pe

wie für die Bewohner im Haus
Julia und Haus St. Hildegard

18-20 Uhr: Hh Gebet für die
Priester

Mittwoch, 23. Oktober

8.00 Uhr: Wk Hl. Messe
15 - 16.45 Uhr: Hh Eucharisti-
sche Anbetung

15.00 Uhr: Hh Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzgebet
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

18-20 Uhr: Hh Gebet für die
Priester

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung

15.00 Uhr: Wk Barmherzigkeits-
rosenkranz

17.00 Uhr: Wk Rosenkranzge-
bet

anschl. Wk Hl. Messe
anschl. Wk Eucharistische An-
betung bis 20.30 Uhr

15-18 Uhr: Wk Eucharistische
Anbetung



Ausflug ins Klostercafé in Seligenstadt

Jügesheim (RZ) Einen Ausflug
zum Klostercafé in Seligen-
stadt unternahmen kürzlich
bei schönstem Herbstwetter

Seniorinnen und Senioren der
katholischen St. Nikolaus-
und der evangelischen Emmausge-
meinde aus Jügesheim. Beglei-

tet wurden sie von Ingrid Sahn
(St. Nikolaus) und Pfarrerin Sa-
bine Beyer (Emmaus).

(Foto: privat)

Entspannt und gelassen: Christlicher Körper- und Achtsamkeitskurs

Jügesheim (RZ) Am Samstag,
16. November findet von 10
bis 15.30 Uhr folgender Kurs im
Familienzentrum der Emmaus-
gemeinde Rodgau Jügesheim,
statt: Entspannt und gelassen
- Christlicher Körper- und Achts-
samkeitskurs.

Viele Menschen sehnen sich
danach, mehr zur Ruhe zu kom-
men, im Hier und

Jetzt zu leben und bei sich selbst
zu sein. Körper- und Achtsam-
keitsübungen können dabei
eine Hilfe sein. Im Kurs wer-
den einfache, alltagstaugliche
Übungen im Stehen, Sitzen
und Liegen vermittelt. Daneben
wird thematisiert, wie sehr das
christliche Menschenbild einen
achtsamen Lebensstil und eine
wohltuende Körperwahrneh-

mung wertschätzt.
Referentin: Catrin Walz, Kör-
perpädagogin, Anleiterin für
christliche Meditation, www.
catrin-walz.de. Anmeldung bit-
te per Mail unter familienzent-
rum@emmaus-juegesheim.de.
Kosten: 20 Euro pro Person, mit-
zubringen sind Matte, Kissen,
Decke, warme Socken, leichter
Mittagsimbiss und Getränk.

Siebenhügelsteig mit der SKG

Rodgau (RZ) Am 24. Oktober
findet die nächste Donnerstags-
wanderung der SKG Rodgau
statt. Hierzu treffen sich die
Wanderfreunde um 8.10 Uhr
am Bahnhof Jügesheim.
Dort geht es zuerst auf die Mat-
hildenhöhe mit den bekannten

Jugendstilbauten Ein Vogel-
schutzgebiet mit alten Bäumen
bildet den Abschluss der Wan-
derung; außerdem ist auch
eine Schlusseinkehr in einem
Lokal vorgesehen.
Die Wanderstrecke beträgt ca.
12 km und enthält einige leicht-

tere Steigungen. Die Fahrtkos-
ten betragen ca. 10,80 Euro,
für Gäste wird zusätzlich eine
Teilnahmegebühr von 3 Euro
erhoben.
Anmeldung erforderlich bis
zum 20. Oktober bei Helmut
Schrüter, Tel. 0163/9015087.

Vorher Nachher

SERVICE RUND UM IHR
**HAUS
MEISTER
SERVICE**
HAUS UND GARTEN

IHR PROFI RUND UMS HAUS

150,- € Neukunden Rabatt

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.

Unsere Arbeit steht für 100% Kundenzufriedenheit!

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

KOSTENLOSE BERATUNG & PROBE VOR ORT

06106 / 2791922

Hochstädter Str. 16
63110 Rodgau

www.christians-hausmeisterservice.de
info@christians-hausmeisterservice.de



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

Seit 1978 Ihr starker Partner rund ums Haus.

FENSTER-TÜREN-WINTERGÄRTEN
thermoSUN
...da kommt Freude auf!

JETZT STAATLICHE FÖRDERPROGRAMME NUTZEN!

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

... seit 1962
Fliesen-Haus GMBH

Ihr Fliesenfachgeschäft und Meisterbetrieb

Kompetenz, Auswahl, Beratung, Service...

www.fliesen-haus.de
eMail: fliesenhaus@t-online.de
Am Mühlacker 17 - 64839 Münster
Tel. 06071 - 31215 - Fax 612410

stetter @baumarkt SIEMENS AEG BOSCH Miele stetter @baumarkt

stetter-lagerverkauf.de

Elektro-Hausgeräte

Willi Stetter e.K. • Inhaber Willi Stetter
Hauptsitz: Roßdorf • Hauptstr. 69 • Tel. 06071/7 43 00
Filiale Mömlingen • Obernburger Str. 13 • Tel. 06022/20 43 26

Einkauf leicht gemacht...

Sie nennen uns den besten Internetpreis für Ihr Wunschgerät - telefonisch oder per E-Mail.

Wir kontaktieren Sie, um diesen Preis zu bestätigen oder ggf. zu unterbieten sowie Weiteres (Abholung, Lieferung, Zahlungsweise, Termin etc.) zu klären.

Lieferfähigkeit vorbehalten. Wir bearbeiten nur realistische, seriöse Anfragen. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.

AUTOHAUS SCINARDO

Ihr Partner rund ums Auto

Eigene Lackiererei und Karosserieinstandsetzung im Haus.

- Neu- und Gebrauchtwagen
- EU-Neuwagen
- Jahreswagen
- Finanzierung und Leasing
- An- und Verkauf
- Reparaturen + Service

Große Auswahl an geprüften Jahreswagen kurzfristig verfügbar!

Wir bieten Rundum-Service für ALLE FABRIKATE

Industriestraße 7-9
64832 Babenhausen
Tel. 0 60 73 - 74 48 63-0
www.scinardo.de

BOSCH Service **Ford** Vertragswerkstatt

Grabmale aus Naturstein von MARMOR STENGER GMBH NATURSTEINE

Hegelstr. 5, Rodgau-Dudenhofen
Tel. 0 61 06 / 29 08 00
www.MarmorStenger.de

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 unerkant 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.

ANZEIGE

Pulsmessen mit Smartwatch Foto: ©Nastasic/istockphoto.com

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**

Noch Termine frei !!!

Wir führen aus:

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

GAWE-BAU
Auf der Beune 9
64839 Münster

40 JAHRE JUBILÄUM

TEL. 06071 / 391991
www.gawe-strassenbau.de
500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

Automarkt

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

ADFC-Touren

Rodgau (RZ) Am Samstag, 26. Oktober, geht es um 14 Uhr auf die andere Mainseite nach Großkrotzenburg und entlang des ehemaligen Limes zu Klosterruine und Römerbad; der Rückweg geht über Bulau und Hanau. Nach ca. 50 km und einer Einkehr unterwegs wird man gegen 17.30 Uhr wieder zurück sein.

BAGGERSEEPIRATEN

Baggerseepiraten behalten bei Tor-Festival die Oberhand

Verdienter 38:36 (22:20) Heimsieg gegen starke Panther

Die HSG Rodgau Nieder-Roden konnte am Samstagabend ihren zweiten Heimsieg in Serie feiern, gegen den Tabellenletzten Bergische Panther setzte sich das Team von Trainer Peter David mit 38:36 (22:20) durch. „Vorne sah das teilweise richtig stark aus, hinten war es aber dann zu einfach“, fasste Co-Trainer Lars Spieß die Partie kurz und knackig zusammen.

Die HSG bestritt am Samstag ihr drittes Heimspiel in Folge, nach einem spielfreien Wochenende wollten die Rodgauer unbedingt ihre Pluspunkte fünf und sechs einfahren. „Dass letzte Woche spielfrei war, kam uns durchaus entgegen, auch wir hatten einige angeschlagene und vor allem kranke Spieler“, sagte Marco Rhein. Mit frischen Kräften startete Nieder-Roden also am Samstagabend in die Partie gegen den Tabellenletzten, der vor allem offensiv ein starkes Spiel zeigte. „So richtig verstehen tun wir es nicht“, sagte Spieß nach dem Spiel angesprochen auf den Tabellenplatz der Gäste: „Gerade



Der achtfache Torschütze Johannes von der Au

(Foto: HSG)

offensiv haben sie es wirklich stark gemacht. Auswärts musst du erstmal 36 Tore werfen.“ Die Partie begann auch sofort torreich, nach gut sechs Minuten stand ein 5:5 auf der Anzeigetafel. Rund drei Minuten später führten die Gäste sogar mit drei Treffern, HSG-Coach Peter David reagierte mit einer Auszeit. Diese zeigte durchaus Wirkung und die Baggerseepiraten glichen die

Partie wieder aus, Nils Haus traf anschließend zum 12:11 und damit zur ersten Rodgauer Führung. „Das Team welches es schafft als erstes eine

stabile Abwehr hier heute hinzustellen, wird das Duell gewinnen“, sagte Rhein während des Spiels, doch es blieb weiterhin ein torreiches Duell,

auch weil auf beiden Seiten die Torhüter nicht so richtig reinkamen. Mit 22:20 gingen die Rodgauer in die Halbzeitpause, die Panther verhinderten immer wieder eine höhere Führung des Heimteams. Der zweite Durchgang knüpfte relativ nahtlos am ersten an, beide Teams kreierte starke offensive Möglichkeiten und behielten zu meist im Abschluss den kühlen Kopf. „Wir wussten, dass die Panther vorne wirklich stark sind und viele Treffer machen können“, resümierte auch Kapitän Flo Stenger. Hinten raus war die HSG dann das cleverere Team und nutzte in den wichtigen Momenten die sich bietenden Chancen.

Untypisch für das Spiel: Die letzten zwei Minuten blieben beide Teams ohne Torerfolg, am Ende stand ein verdienter 38:36-Heimsieg auf der Anzeigetafel in der Nieder-Röder Sporthalle. „Wir sind definitiv glücklich und erleichtert über den Sieg. Nun geht es darum, in der Woche den Fokus wieder auf die Abwehr zu legen und dann kann das Derby am Freitag kommen“, so Spieß.

HSG Rodgau: Hoepffner, Wetzel; Seidel (4), Wucherpfennig, Brühl, von der Au (8), Wunderlich, Gollan, Stenger (4), Haus (5), Hassler, Markert, Klein, Hoddersen (6/2), Schopper (5/2), Brandt (6)

2 Minuten Strafe: 3/6 ;
7-Meter: 4-6 / 5-5

Nächstes Heimspiel:
27.10.2024, 16:00 Uhr
RODAUSTROM Sportarena
gegen VTV Mundenheim 1883

andritzke GmbH
Sanitär- und Heizungstechnik

- Regenerative Energien Solar & Pelletsanlagen
- Alternative Energien Wärmepumpen & Blockheizkraftwerke

Jörg Andritzke Meisterbetrieb
Nieuwpoorter Straße 2
63110 Rodgau
E-Mail: info@andritzke.com, www.andritzke.com

Tel. 06106/66 66 947
Fax 06106/66 66 948

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 Abwärtsspirale entstehen, die Krankheiten noch verschlimmert. Experten raten daher dazu, anhaltende Schlafstörungen ernst zu nehmen und rechtzeitig Gegenmaßnahmen zu ergreifen.

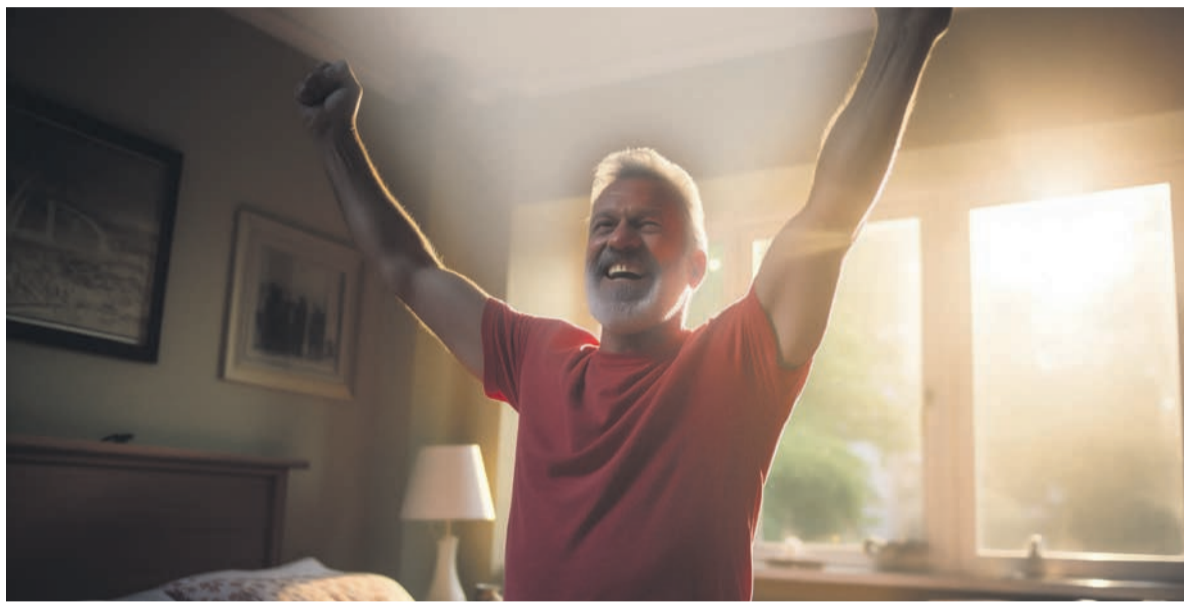
Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Der Blick auf die Uhr verrät: Es ist zwei Uhr morgens. Vielleicht hilft ein Schluck Wasser – oder doch nochmal auf die Toilette? Rund 50% der 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. 1¹ 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.