



NEUE ZEITUNG HEUSENSTAMM

Nr. 25 / 2024 · 1. Jahrgang · Samstag, 16. November 2024

Nachrichten aus und für Heusenstamm



Beim Finale sangen alle Akteure zusammen mit dem Publikum das Heusenstammlied.

(Foto: ah)

„FFK in Heusenstamm“

Feuerwehr, Kersch und Karneval Klub Disharmonie eröffnen Fastnachtskampagne

Heusenstamm (ah) Wer „FFK in Heusenstamm“ liest, wird sich vielleicht fragen, ob das Hallenbad sein Angebot erweitert hat. Aber weit gefehlt! „FFK“ heißt nicht mehr oder weniger als Feuerwehr, Kersch und Karneval Klub

Disharmonie (KKD). Diese drei Organisationen hatten sich mal wieder zusammengesetzt und feierten am Montag den Fastnachtsauftakt im Gemeindehaus der katholischen Kirchengemeinde Maria Himmelskron mit einem kurzwei-

ligen und unterhaltsamen Programm. Matthias Kilian (KKD), Petra Klein (FFW) und Björn Uhl führten die zahlreichen Gäste durch das Programm mit Tanz, originellen Vorträgen und Gesang. Aber schon die

unterhaltsame Moderation der drei war eine Nummer für sich. Im Laufe des Abends wurde auch verraten, dass in dieser Kampagne „FFK“ wieder einen Rathaussturm plant. Dazu wollten die Moderatoren Themen von den

Zuschauern sammeln, im Sinne einer „Bürgerbeteiligung“, die sie bei der Rede vor dem Sturm als „Munition“ verwenden können. Als allerdings Bürgermeister Steffen Ball, der auch unter den Gästen war, selber ein

Thema anmeldete, bekam er ein Redeverbot. Das könnte er dann für seine Gegenrede verwenden, wurde ihm schmunzelnd mitgeteilt. Im Laufe der Veranstaltung stellten auch alle drei ihr neues Fastnachtsmotto vor.

Zeugen gesucht: Ford Kuga gestohlen und Unfall verursacht

Dietzenbach/Heusenstamm (NZH) Fahrzeugdiebe haben am Sonntag (10.), zwischen 17.45 und 18.05 Uhr, einen grauen Ford Kuga, welcher in der Heppenheimer Allee (einstellige Hausnummern) in Dietzenbach parkte, gestohlen.

Erste Erkenntnisse ergaben, dass die Täter anschließend die AZ-Kennzeichen des grauen Ford abmontierten und neue GG-Kennzeichen am Kuga anbrachten. Zudem haben die Ganoven einen auf dem Wagen aufgetragenen Schriftzug

entfernt. Nach derzeitigem Ermittlungsstand waren die Unbekannten mit dem Fahrzeug unterwegs und verursachten mit diesem einen Verkehrsunfall. Mit Schäden am linken Stoßfänger wurde der Wagen schließlich im Leipziger Ring

(20er Hausnummern) in Heusenstamm abgestellt. Dort konnte er am Montagvormittag (11.) durch den Eigentümer geortet und schließlich aufgefunden werden. Zeugen melden sich unter der Kripohotline 069 8098-1234.

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

Noch Termine frei !!!

Wir führen aus:

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

GAWE-BAU 40 JAHRE JUBILÄUM

Auf der Beune 9
64839 Münster

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

DAHLER

Ihr Immobilienmakler in Hanau und Offenbach

DAHLER Hanau / Offenbach dahler.com/hanau

Zur Website:

Möbel Kempf

BIS ZU 50%*

JUBILÄUMS-RABATT AUF FREI GEPLANTE KÜCHEN

BIS ZU 35%*

JUBILÄUMS-RABATT AUF MÖBEL UND MATRATZEN

WELT Preis-Champions

in der Kundenbegeisterung

Möbel Kempf

Im Vergleich: über 3.700 Unternehmern branchenübergreifend 3000 Gold / 1900 Silber / 1200 Bronze

www.preis-champions.de

ServiceValue GmbH 04/2024

Verantwortlich für Marktforschung und Auszeichnung ist die ServiceValue GmbH

Erneut ausgezeichnet!

Beachten Sie unsere TOP-ANGEBOTE innenliegend!

BALAU Polstergarnitur

FÜR SAUGROBOTER GEEIGNET

2459,-

999,-

GROSSE FARBAUSWAHL ZUM INDIVIDUELLEN PREIS

FEDERKERN

Alle reduzierten Vorzugspreise sind Barzahlungsabholpreise gültig bei Teilnahme an unserem Stammkunden-Programm der Kempf-Mobile PremiumCard. Alle Artikel ohne Deko. Alles Barzahlungsabholpreise. *EEK=Energieeffizienzklasse

Wasseruhren selbst ablesen

Rückmeldungen bis 23. November beziehungsweise 13. Dezember



Die Bäume werden gepflanzt (v.l.): Angela Menzel und Marcel Dell (Stadtgrün-Team), Bürgermeister Steffen Ball, Günter Broßmann und Manfred Barth von der Bürger*innen-Stiftung. (Foto: Sabine Rosenberg/Magistrat)

Bürger*innen-Stiftung spendet und pflanzt Bäume

Heusenstamm (NZH) Initiiert vom Vorstand Manfred Barth (Vorsitzender) und Günter Broßmann (Mitglied) hat die Bürger*innen-Stiftung Heusenstamm drei Bäume für den Spielplatz an der Hohebergstraße gespendet. Am Mittwochnachmittag hat das Stadtgrün-Team die Baumpflanzung mit tatkräftiger Unterstützung der Initiatoren durchgeführt.

Im Namen der Heusenstammerinnen und Heusenstammer bedankte sich Bürgermeister Steffen Ball herzlich bei den Stiftungsmitgliedern und der Bauhof-Mannschaft.

Bei den Bäumen handelt es sich um zwei Silberlinden und eine Hopfenbuche, die sich prima für den Standort eignen; dank ihrer guten Anpassungsfähigkeit können sie auch künftigen

Klimaveränderungen statthalten. Auf einer Spielplatzfläche sind neben den allgemeinen Bedingungen wie Boden und Lichtverhältnisse auch Aspekte wie Fallschutzflächen (Spielgeräte), die nicht durchwurzelt werden dürfen, und Laufwege auf dem Gelände zu beachten. Nun tragen die Bäume zu mehr Schatten, Kühlung und Sauerstoff auf dem Spielplatz bei.

haben, werden ab sofort eine E-Mail der ekom21 zum Selbstablesen ihrer Wasseruhren erhalten. Bis Samstag, 23. November, können die jeweiligen Zählerstände folgendermaßen übermittelt werden: über den per E-Mail zugesandten individuellen Link oder über das Online-Formular im städtischen Internetportal heusenstamm.de in der Kategorie „Bürger & Stadt > Wasser & Abwasser“

Postalische Benachrichtigungen – Rückmeldungen bis 13. Dezember

Ab Donnerstag, 28. November, werden die Hauseigentümerinnen und -eigentümer, Vermieterinnen und Vermieter sowie Hausverwaltungen, die eine E-Mail-Adresse bei der Stadt angegeben

haben, werden ab sofort eine E-Mail der ekom21 zum Selbstablesen ihrer Wasseruhren erhalten.

Bis Samstag, 23. November, können die jeweiligen Zählerstände folgendermaßen übermittelt werden:

über den per E-Mail zugesandten individuellen Link oder über das Online-Formular im städtischen Internetportal heusenstamm.de in der Kategorie „Bürger & Stadt > Wasser & Abwasser“

Postalische Benachrichtigungen – Rückmeldungen bis 13. Dezember

Ab Donnerstag, 28. November, werden die Hauseigentümerinnen und -eigentümer, Vermieterinnen und Vermieter sowie Hausverwaltungen, die eine E-Mail-Adresse bei der Stadt angegeben

die keine E-Mail-Adresse angegeben haben, die Ableseformulare von der ekom21 per Post erhalten. Mit Erhalt der Ablesekarte können die Zählerstände dann online wie oben beschrieben, online über den Barcode auf der Ablesekarte oder

per Post mittels des auf der Ablesekarte übersandten Rücklaufabschnitts (bitte Postlaufzeit beachten) bis Freitag, 13. Dezember, gemeldet werden.

Bei allen Rückmeldungen ist wichtig zu berücksichtigen, dass immer das Ablesedatum eingetragen ist, weil der Verbrauch auf den 31. Dezember hochgerechnet wird. Eine telefonische Übermittlung von Zählerständen kann grundsätzlich nicht entgegengenommen werden.

Am Volkstrauertag wehen Flaggen auf halbmast

Kreis Offenbach (NZH) Am Volkstrauertag sind die Gedanken bei den Opfern von Kriegen und Gewalt und damit auch ganz aktuell bei den Menschen in der Ukraine, in Israel und in anderen Ländern, wo die Bevölkerung derzeit unter den Folgen von Kriegen oder militärischen Konflikten leidet. Die Flaggen vor dem Kreishaus in Dietzenbach und allen anderen öffentlichen Gebäuden werden am Sonntag, 17. November, auf

halbmast gehisst. Der Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge hatte den Volkstrauertag einst eingeführt. Anfangs standen Millionen Menschen, die im Ersten Weltkrieg ums Leben kamen, im Mittelpunkt, inzwischen ist der Volkstrauertag ein Gedenktag für alle Kriegs- und Gewaltopfer.

So wie auch am 27. Januar, dem Gedenktag für die Opfer des Nationalsozialismus und am

11. März, dem europaweiten Gedenktag für Opfer terroristischer Gewalt, werden die Europa-, die Bundes-, die Landes- sowie die Kreisflagge morgens auf halbe Höhe aufgezogen. Neben dem Erinnern und Mahnen soll der Volkstrauertag auch ein Symbol für Frieden und Versöhnung sein. Die erste offizielle Feierstunde zum Volkstrauertag fand vor mehr als 100 Jahren, 1922, im Deutschen Reichstag in Berlin statt.

Bundesaufsichtsamt für Flugsicherung verweigert Kompromiss im Akteneinsichtsstreit

Medieninformation der vom Segmented Approach betroffenen Kommunen Hainburg, Heusenstamm, Neu-Isenburg, Obertshausen, Rodgau und Seligenstadt

Heusenstamm (NZH) Das Bundesaufsichtsamt für Flugsicherung (BAF) in Langen schlägt den Vergleichsvorschlag der Bundesbeauftragten für Datenschutz und Informationsfreiheit (BfDI) aus. Die Bundesdatenschutzbeauftragte hatte vorgeschlagen, einem Vertreter der Stadt Heusenstamm und dem Rechtsbeistand der Stadt die geschwärzten Stellen in der Genehmigungsakte der sogenannten AltMOC für das Anflugverfahren des Segmented Approach einsehen zu lassen, ohne dass Ablichtungen von der Akte gemacht werden dürfen. Das BAF verweigerte mit dem Schreiben vom 4. November 2024 an die BfDI seine Mitwirkung.

Das BAF verwehrt damit der Bevölkerung den Zugang zu Umweltinformationen in der

Behördenakte. Es hatte alle Teile der Akte geschwärzt herausgegeben, die die Sicherheitsbewertungen des Anflugverfahrens des Segmented Approach und die zur Durchführung der gekurvten Anflüge auch bei Parallelbahnenbetrieb eingeholten sogenannten „AltMOC“-Ausnahmen betreffen. Die Behörde argumentiert, dass das Bekanntwerden von Sicherheitsbedenken in der Bevölkerung die Flugsicherheit gefährden könnten.

„Das klingt vorgeschoben und weit hergeholt“, sagt Bürgermeister Steffen Ball, dessen Stadt Heusenstamm gegen die Schwärzungen eine Petition an die Bundesdatenschutzbeauftragte eingereicht hat. „Es ist ein Unding, dass die Bevölkerung nicht erfahren soll, welche Sicherheitsbedenken bei

den AltMOC-Ausnahmen bestehen“, ergänzt Neu-Isenburgs Bürgermeister Gene Hagelstein, der wie sein Amtskollege diese Argumentation für einen Tiefpunkt im Verhältnis zwischen der Flugsicherungsbehörde und der lärmbeeinträchtigten Bevölkerung hält.

Mit dem seit Juli 2024 im Probebetrieb auch bei Verwendung beider Landebahnen durchgeführtem nächtlichen „Segmented Approach“ sollen nach der Planung der Fluglärmkommission stark belastete Städte wie Offenbach, Mainz und Frankfurt in der ersten Nachtstunde von 22 bis 23 Uhr entlastet werden. Die im Landkreis Offenbach gelegenen Kommunen, vor allem die Städte Neu-Isenburg, Heusenstamm, Rodgau, Seligenstadt und Obertshausen und die Gemeinde Hainburg, werden aber

durch diese Anflüge noch stärker belastet. Die Aufzeichnungen des neuen Probebetriebs seit Juli zeigen außerdem, dass nur jeden zweiten oder dritten Tag eine Entlastung erreicht werden konnte. In der übrigen Zeit fliegen die Flugzeuge wie bisher.

Der neue Probebetrieb war nur durch die Zulassung eines nicht den Flugsicherungsstandards entsprechendem Anflugverfahren möglich. Bevor diese Umfliegung eingeführt werden konnte, mussten Ausnahmen von den Flugsicherungsstandards, sogenannte „Alternative Means of Compliance – AltMOC“, durch das BAF genehmigt werden. Dabei wurde zum Thema Flugsicherheit auch die Europäische Flugsicherungsorganisation EASA beteiligt. Bei der Akteneinsicht in diese Ge-

nehmigungsunterlagen wurden den betroffenen Kommunen aber weitgehend geschwärzte Unterlagen vorgelegt.

„Als lärmbeeinträchtigte Stadt können wir nicht akzeptieren, dass uns diese Informationen zur Flugsicherheit vorenthalten werden“, erläutert der Bürgermeister der Stadt Obertshausen, Manuel Friedrich, den Widerspruch gegen die Verweigerung des Akteneinsichtsrechts. „Wie das Bundesaufsichtsamt für Flugsicherung haben auch wir mit dem Schutz der Bevölkerung öffentliche Aufgaben wahrzunehmen. Wir nehmen das ebenfalls sehr ernst“, ergänzt der Rodgauer Bürgermeister Max Breitenbach und findet, dass die Bundesdatenschutzbeauftragte mit ihrem Vergleichsvorschlag einen guten Kompromiss vorgelegt hatte. „Auf dieser Basis hät-

ten wir die Sicherheitsbedenken vor allem der EASA nachvollziehen und ausmachen können, wie schwerwiegend die geltend gemachten Bedenken waren“, stimmt der Städte und Gemeinde vertretende Rechtsanwalt Thomas Mehler zu. Er rechnet damit, dass nach der Absage an die BfDI nun auch der Widerspruch gegen die Verweigerung der Akteneinsicht vom BAF zurückgewiesen wird. „In diesem Fall bleibt uns wohl nur der Klageweg“, analysiert der gerade ins Amt eingeführte Bürgermeister von Hainburg, Christian Spahn, kühl. Der genaue Inhalt des Schreibens des BAF an die Bundesdatenschutzbeauftragte liegt noch nicht vor. „Danach werden wir die weiteren Schritte gemeinsam festlegen“, betont Dr. Daniell Bastian, Bürgermeister der Stadt Seligenstadt.

NUR VOM 12. NOVEMBER
BIS 2. DEZEMBER

BLACK
FITNESS
SALE



MEHR SPAREN GEHT NICHT!

MEGA-RABATTE
BIS ZU 333€



06182/
2594
oder QR-Code
scannen!

Am Schwimmbad 3
www.vitanova.de

VITA NOVA



Bürger*innen-Stiftung fördert die Schulbücherei der Otto-Hahn-Schule

Heusenstamm (NZH) Endlich war es soweit und Vertreter der Bürger*innen-Stiftung Heusenstamm und vom Förderverein Otto-Hahn-Schule konnten das selbstgebaute Bilderbuch-Regal an das Team der Schulbücherei der Otto-Hahn-Schule zu übergeben. In liebevoller Handarbeit hat Hartmut Scharmann vom Repair-Café Heusenstamm hier nach Vorlage und Wunsch ein tolles Regal gebaut, damit die Bilderbücher für die kleinsten Leser gut präsentiert werden können. So kommt das reichhaltige Angebot besser zur Geltung und die Neugier der Kinder wird geweckt. Zu dem neuen Bilderbuchregal für die jüngsten Schüler kommt außerdem zur Förderung durch die Bürger*in-

nen-Stiftung Heusenstamm noch eine großzügige Spende durch den Förderverein der Otto-Hahn-Schule dazu: Mit dem Gesamtbetrag von 450 Euro, welcher durch diese beiden Initiativen zur Verfügung gestellt wurde, können so im Rahmen des Projektes „Attraktive Schulbücherei“ auch noch neue Bücher für alle Altersgruppen angeschafft werden. Die Schüler und Schülerinnen der Otto-Hahn-Schule durften genau für diesen Zweck vorab ihre Buch-Wünsche an das Schulbücherei-Team aufgeben. Die Bürger*innen-Stiftung hat dieses tolle Projekt sehr gerne gefördert und hofft, dass alles einladend wirkt und viele Kinder dazu anregt, in die Welt des Lesens einzutauchen.

(Foto: privat)

„Immer zur Stelle, wenn Hilfe gebraucht wird“

Landesehrenbrief an Horst Rebell verliehen



Im Bild (v.l.): Christoph Mikuschek (Mdl), Erster Kreisbeigeordneter Carsten Müller, Horst Rebell, Madeleine Ball (Vors. Förderverein Feuerwehr Heusenstamm), Kreistagsvorsitzender Volker Horn, Erster Stadtrat Heusenstamm Uwe Hajdu. (Foto: ah)

Laudatio aus. Mit 19 Jahren verpflichtete er sich, für zehn Jahre dem Deutschen Roten Kreuz zu dienen. Dem Ortsverein Heusenstamm gehörte er damals bereits vier Jahre lang an. Das war der Start für sein ehrenamtliches Engagement, das er bis heute voller Überzeugung und mit viel Leidenschaft in verschiedenen Vereinen leistet. Horst Rebell sei stets nah an den Menschen und ihrem Wohlergehen bedacht. Beim DRK übernahm er bereits im Alter von 20 Jahren die Aufgaben des Truppführers, wurde mit 25 Zugführer, mit 26 Gruppenführer und mit 39 im Vor-

stand Materialwart. In den vergangenen Jahrzehnten schulte er in Heusenstamm viele Menschen in Erste-Hilfe-Kursen, leitete Ausbildungslehrgänge und gibt sein Wissen bis heute im Kreisverband als Ausbilder in der Ersten Hilfe weiter, so Müller. Parallel zu seinen sozialen Aufgaben im DRK gehört er seit fast 40 Jahren zum Schützenverein Heusenstamm, in dem er bis 2011 rund 20 Jahre lang als 2. Vorsitzender Regie führte. Mit seiner starken Motivation, Menschen zu unterstützen, ihnen in Notsituationen zu helfen oder gar Leben zu retten, bringt sich Horst Rebell

seit mittlerweile 16 Jahren bei der Freiwilligen Feuerwehr ein. Er hatte bis vor kurzem zwölf Jahre lang den Vorsitz des Fördervereins der Freiwilligen Feuerwehr Heusenstamm inne. Er widmete sich mit großer Hingabe der Vorstandsarbeit. „Freunde sagen über Sie anerkennend, Horst Rebell ist einer, der immer zur Stelle ist, wenn Hilfe gebraucht wird“, sagte der Erste Kreisbeigeordnete Carsten Müller bei der Verleihung des Ehrenbriefes.

Ehrenamtspreis 2025

Nominierungen einreichen bis 9. Dezember

Heusenstamm (NZH) Ehrenamtspreis 2025: Nominierungen einreichen bis 9. Dezember In Heusenstamm engagieren sich viele Menschen ehrenamtlich, und sie setzen sich uneigennützig für das Gemeinwohl ein: in den Vereinen, in sozialen Einrichtungen und Organisationen, bei den Feuerwehren und Rettungsdiensten, in Bürgerinitiativen, im direkten persönlichen Umfeld und so weiter. Mal mehr und mal weniger öffentlich wirksam. Nach der Premiere im vergangenen Jahr zeichnet die Stadt

auch im Jahr 2025 das außergewöhnliche Engagement von Bürgerinnen und Bürgern mit dem Ehrenamtspreis aus, um die unschätzbare Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements für die Stadtgesellschaft zu würdigen und zu fördern. Er wird in den Kategorien natürliche Personen, juristische Personen und nicht rechtsfähige Vereine und Gruppen vergeben. Geehrt werden sollen Personen oder Organisationen, die

- sich ehrenamtlich in Heusenstamm engagieren,
- durch ihren Einsatz nachhal-

tige positive Auswirkungen auf die Gemeinschaft, das Gemeinwohl oder bestimmte Bevölkerungsgruppen in unserer Stadt haben und

- die kein Entgelt für ihre ehrenamtliche Tätigkeit erhalten (eine Ehrenamtspauschale wird hier nicht als Entgelt betrachtet)

Der Magistrat sichtet alle eingegangenen Nominierungen und Bewerbungen und wählt die Preisträgerinnen und Preisträger per Mehrheitsbeschluss final aus. Diese erhalten dann eine Urkunde sowie eine finanzielle Unterstützung

in Höhe von 1000 Euro. Bürgerinnen und Bürgern, Vereine, Organisationen und Interessensgruppen sind herzlich eingeladen schriftliche Nominierungen für den Ehrenamtspreis 2025 einzureichen. Die Vorschläge müssen eine ausführliche Begründung enthalten, warum die betreffende Person oder Gruppe für den Ehrenamtspreis in Frage kommt. Die Nominierung kann entweder postalisch an Magistrat der Stadt Heusenstamm, Fachdienst Sport und Kultur, Im Herrngarten 1, 63150 Heusenstamm oder per

E-Mail an sport-kultur@heusenstamm.de eingereicht werden. Die Einreichungsfrist endet am Montag, 9. Dezember. **Hintergrund** Der städtische Ehrenamtspreis wurde neu geschaffen und im Januar 2024 erstmals verliehen. Preisträger war und ist Markus Walger, der als Ausnahmesportler seit seinem sechsten Lebensjahr im Rugby-Klub Heusenstamm spielt und dem Verein bis heute in unterschiedlichen Funktionen verbunden ist. Bürgerinnen und Bürger hatten ihn für den Preis vorgeschlagen.

„Patchwork-Testament“



Ein Thema im Bereich des „Patchworktestaments“ ist der (vermeintliche) Konflikt, der sich daraus ergibt, dass zunächst der derzeitige (zweite) Ehegatte zu versorgen ist, danach aber die Kinder aus anderer (erster) Ehe erben sollen. Die gesetzliche Erbfolge beim Tod des zu versorgenden Ehegatten führt dabei nicht zum Ziel; denn bei gesetzlicher Erbfolge wird in der Blutslinie ver- und geerbt; an der Blutsverwandtschaft fehlt es beim Patchwork aber gerade. Lösungen stehen zur Verfügung, auch in steuerlicher Hinsicht. Lassen Sie sich beraten.

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, Getränke Gotta, LIDL, Möbel Kempf, Netto, XXXLutz

Glatte Straßen ganz ohne Schnee und Eis

Laub im Herbst kann zur Rutschpartie werden

Frankfurt (NZH) Tiefstehende Sonne, dunkle Tage und wechselnde Witterungsverhältnisse: der Herbst ist eine der herausforderndsten Zeiten für alle Verkehrsteilnehmer. Buntes Laub an den Bäumen ist im Herbst ein besonders schönes Farbenspiel. Sobald die Blätter auf den Straßen liegen, können sie jedoch zur Rutschgefahr werden. **Bunte Rutschgefahr** Auf nasser Fahrbahn verlängert sich der Bremsweg bei einer Vollbremsung im Vergleich zu trockenem Asphalt deutlich. Wenn dann noch herbstliches Laub auf die feuchten Straßen fällt, entsteht eine rutschige Mischung, die ähnlich wie eine dünne Schneeschicht

wirken kann. In solchen Situationen können die Reifen den direkten Kontakt zur Straße verlieren. „Autofahrer sollten jetzt besonders aufmerksam unterwegs sein. Überhöhte Geschwindigkeit, plötzliches Bremsen oder abrupte Lenkmanöver können auf der feuchten Fahrbahn besonders gefährlich werden“, warnt Wolfgang Herda, Verkehrsexperte des ADAC Hessen-Thüringen. Mehr noch als in der warmen Jahreszeit gilt in Herbst und Winter: Abstand halten, Geschwindigkeit reduzieren und Licht an. **Mit dem Fahrrad durch den Herbst** Auch auf Radwegen oder am

Fahrbahnrand sammelt sich heruntergefallenes Laub – in Verbindung mit Nässe werden die Blätter zu einem rutschig-schmierigen Untergrund. Unebenheiten auf der Fahrbahn, Bordsteinkanten oder Schlaglöcher werden verdeckt. Zudem können sich darunter Äste oder Steine verstecken, die schnell zu einem Sturz führen können. „Im Herbst kann es für Fahrradfahrer sinnvoll sein den Luftdruck abzusenken, um die Auflagefläche des Reifens zu erhöhen. So lässt sich das Rad mit mehr Grip über rutschigen Belag steuern“, rät Wolfgang Herda. **Das Problem mit dem Laub** Das Beseitigen von Laub wird

rechtlich ähnlich behandelt wie das Schneeräumen. Die Kommunen tragen grundsätzlich die Verkehrssicherungspflicht und müssen dafür Sorge tragen, dass Straßen, Gehwege und Plätze gefahrlos passierbar sind. Allerdings können die Kommunen den Hausbesitzer verpflichten, den Bürgersteig sauber zu halten. Dann ist der Hausbesitzer in der Haftung. Besitzt dieser eine Mietwohnung, kann er die Aufgabe des Laubräumens an seine Mieter übertragen. Im Herbst ist es laut Oberlandesgericht Hamm jedoch unvermeidbar, dass Laub oder Nadeln auf Straßen und Wege fallen. Das ist insbesondere bei Rad- und Gehwegen der Fall,

die durch ländliches Gebiet und ein Waldstück führt. Handelt es sich bei der Verschmutzung der Wege um einen normalen herbstlichen Zustand steht die Kommune laut Gericht nicht in der Pflicht die Wege direkt zu säubern. Der Umfang der Reinigungspflicht richtet sich dabei nach der Verkehrsbedeutung des Weges sowie möglichen Gefahrenstellen. Ist der Radweg wegen Laub unbefahrbar und ein sicheres Vorankommen nicht möglich, darf auf die Straße ausgewichen werden. Der Fußweg darf nur dann genutzt werden, wenn dies ausdrücklich durch das Zusatzzeichen „Radfahrer frei“ gekennzeichnet ist.

Vegane Ernährung Und was es bedeutet sich vegan zu ernähren?

Vegan lebende Menschen ernähren sich ausschließlich von pflanzlichen Nahrungsmitteln, sie essen demnach keine Tiere oder tierischen Produkte. Zu einer veganen Lebensweise gehört jedoch noch viel mehr. Bereits vor rund 2.500 Jahren lehnten verschiedene Schulen der griechischen Philosophen den Verzehr von Fleisch, Eiern und Milch aus ethischen Gründen ab und es wurde erkannt, dass eine pflanzliche Ernährung gesund ist. Die Bezeichnung „vegan“ entstand allerdings erst 1944 – Donald Watson, Gründer der britischen Vegan Society, der weltweit ersten veganen Organisation, setzte den Begriff aus den Anfangsbuchstaben und dem Ende von „veg-etari-an“ (deutsch: vegetarisch) zusammen.

Veganer meiden alle tierischen Produkte wie Fleisch, Fisch, Milch, Eier und Honig. Eine vegane Lebensweise beschränkt sich jedoch nicht nur auf die vegane Küche, sondern schließt alle Lebensbereiche mit ein: Vegan lebende Menschen benutzen pflanzliche Kosmetik ohne Tierversuche und kaufen vegane Kleidung, die keine tierischen Stoffe enthält wie Pelz, Leder oder Wolle. Sie meiden alle Formen der Ausbeutung von und Grausamkeiten an Tieren, so auch Zoos oder Zirkusse, die Tiere zur Schau stellen.

Eine vegane Lebensweise schützt Tiere, da sie gegen Massentierhaltung und Ausbeutung von Tieren ist.

Eine vegane Ernährung verspricht dennoch viel Genuss und ist äußerst vielseitig. Die Ernährungsumstellung eröffnet vielen Menschen zuvor noch nie gekostete Lebensmittel und spannende, neue Gerichte. Die zahlreichen veganen Koch- und Backbücher versprechen puren Genuss für alle Sinne.

Katja Richter ist Leiterin der Stadtbücherei Heusenstamm in der Schlossstraße 10, Tel. 06104-643615. Die Bücherei ist dienstags 10-12 Uhr und 15-19 Uhr, mittwochs und donnerstags 15-18 Uhr, freitags 10-12.30 Uhr sowie am zweiten Samstag im Monat 11-13 Uhr geöffnet.



Die Stadtbücherei Heusenstamm hat ca. 70 Kochbücher im Bestand oder als eBooks in der Onleihe.

Hier eine kleine Auswahl:

Bolk: Vegan-Guide: die wichtigsten Fakten und Tipps zum veganen Leben

Dahlke: Vegan für Einsteiger: in vier Wochen zu einem gesunden, nachhaltigen Leben.

Donhauser: Start vegan. Die Kochschule

Eckstein: Vegan backen: Kuchen, Torten & mehr

Ess: Fit vegan: unsere Zukunft ist vegan

Heimroth: Brotaufstriche vegan & vollwertig mit Rezepten für Brote und Brötchen aus vollem Korn

Klingel: Vegan-Küche. Kochen mit Gemüse und Getreide.

Kristiansson: Vegan grillen

Kugler: Ärztlicher Ratgeber für Vegetarier und Veganer

Kügler: Vegan unterwegs: schnell zubereitet und verpackt – für Schule, Beruf und Freizeit

Kügler: Cucina vegana: vegan genießen auf italienische Art.

Langwasser: Vegane Kochkunst: Kreative Küche für Vitalität du Lebensfreude.

Madani: Ernährung ohne tierisches Eiweiß

Moschinski: Hier & jetzt vegan: marktfrisch einkaufen, saisonal kochen

Seiser: Immer schon vegan: traditionelle Rezepte aus aller Welt.

Anlaufstelle für Weiterbildungsthemen: Der Bildungspunkt

Kreis Offenbach (NZH) Welche Möglichkeiten der beruflichen Weiterbildung gibt es und wie können diese finanziell gefördert werden? Welcher Abschluss hilft mir, wenn ich mich neu bewerben möchte? Was heißt eigentlich lebenslanges Lernen für meinen beruflichen Alltag? Wie finde ich anerkannte Weiterbildungssträger?

Diese und weitere Fragen rund um das Thema berufliche Weiterbildung können Menschen im Kreis Offenbach nun wohnortnah in den neu eingerichteten Bildungspunkten klären: ein Bildungspunkt wurde im Haus des Lebenslangen Lernens (HLL) in Dreieich und ein weiterer in der Agentur für Arbeit Rodgau eröffnet.

Jeder Bildungspunkt bietet spontane Informationsmöglichkeiten für weiterbildungsinteressierte Menschen jeden Alters und in allen Lebenslagen. In den Beratungsbüros stehen Ansprechpartner/innen der Volkshochschule (VHS), des Hessencampus, der Industrie- und Handelskammer (IHK) Offenbach sowie der Agentur für Arbeit für erste Orientierungsgespräche zur Verfügung.

„Unser Ziel ist, dass jeder Mensch, der einen Bildungspunkt betritt, beim Herausgehen die nächsten Schritte auf dem Weg zu seiner beruflichen Weiterbildung kennt“, so

Thomas Iser, Vorsitzender der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Offenbach. „Mit der Einrichtung der Bildungspunkte wollen wir möglichst viele Menschen befähigen, ihre berufliche Zukunft selbst zu gestalten. Das niedrigschwellige Angebot macht es jeder und jedem einfach, die Initiative zu ergreifen. Übrigens sind auch Unternehmen, die ihre Beschäftigten qualifizieren wollen, im Bildungspunkt richtig.“

„Jede berufliche Aus- und Weiterbildung leistet einen Beitrag, den aktuellen Fachkräftemangel zu verkleinern“, sagt Oliver Quilling, Landrat des Kreises Offenbach. „In den beiden Bildungspunkten können Beschäftigte und Unternehmen ihre Fragen direkt klären – ein echtes Standort-Plus.“

Der Bildungspunkt im Haus des Lebenslangen Lernens, Frankfurter Straße 160-165, 63303 Dreieich hat folgende Öffnungszeiten: Montag: 9 – 13 Uhr, Mittwoch: 10 – 14 Uhr

Der Bildungspunkt in den Räumlichkeiten der Agentur für Arbeit, Ludwigstraße 32, 63110 Rodgau ist zu folgenden Zeiten geöffnet: Donnerstag: 13 – 17.

Für ratsuchende Besucherinnen und Besucher ist keine vorherige Anmeldung erforderlich.

Geburtstagskinder

16.11. Ida Fritz,
17.11. Liselotte Sperlich,
17.11. Elisabeth Kummerant,
18.11. Roswitha Gotta-Pferr,
21.11. Marina Natcheva,
21.11. Werner Möller,

95 Jahre
80 Jahre
75 Jahre
70 Jahre
90 Jahre
70 Jahre

Goldene Hochzeit

20.11. Rosalia und Giuseppe Cina
22.11. Gabriele-Hedwig und Martin Lepczyk

Apotheken-Notdienst

- 16.11. Schloss Apotheke**
Hohebergstr. 1, Heusenstamm, Tel.: 06104/2255
- 17.11. Apotheke am Torbau**
Frankfurter Str. 32, Heusenstamm, Tel.: 06104/924717
- 18.11. Alpha Apotheke**
Berliner Straße 79, Offenbach, Tel.: 069/77067420
- 19.11. Paracelsus Apotheke**
Rathenastr. 35, Dietzenbach, Tel.: 06074/31215
- 20.11. Viktoria Apotheke**
Langstraße 20, Offenbach, Tel.: 069/865500
- 21.11. Rathaus Apotheke**
Werner-Hilpert-Str. 14, Dietzenbach, Tel.: 06074/41997
- 22.11. Schwanen Apotheke**
Marktplatz 8, Offenbach, Tel.: 069/8090660

Johanniter bieten kompakten Kurs für Erste Hilfe

Rodgau (NZH) Eine lebensrettende Investition in die Sicherheit: die Grundlagen der ersten Hilfe.

Unfälle und medizinische Notfälle sind immer unvorhersehbar, da ist es entscheidend, dass jeder die Grundlagen der Ersten-Hilfe beherrscht, um in Notfallsituationen angemessen reagieren zu können.

In Anbetracht der vielen beruflichen und privaten Verpflichtungen ist es für viele jedoch eine Herausforderung sich Zeit für dieses wichtige Thema zu nehmen.

Der Erste-Hilfe KOMPAKT Kurs der Johanniter dauert deshalb nur halb so lang wie ein herkömmlicher Erste-Hilfe-Kurs. In drei Zeitstunden werden die grundlegenden Fähigkeiten der Ersten-Hilfe vermittelt, um in Notfallsituationen richtig zu handeln.

Der nächste Termin ist der 21. November von 18.30 bis 21.30 Uhr in der Borsigstraße 56, 63110 Rodgau.

Für weitere Informationen und zur Anmeldung besuchen Sie bitte die Webseite unter www.johanniter.de/ausbildung-offenbach.

Zeugensuche nach Auseinandersetzung

Heusenstamm (NZH) Im Zuge eines Streitgesprächs soll ein 33-jähriger ein Hanauer in der Paulstraße am Freitagmorgen (8.), gegen 1.30 Uhr, zunächst mit der flachen Hand ins Gesicht geschlagen haben. Im weiteren Verlauf habe der Tatverdächtige eine Eisenstange eines Straßenschildes aufge-

nommen und sei dem Hanauer rund 300 Meter hinterhergerannt. Zudem soll er den 26-Jährigen alten Mann bedroht haben. Weshalb es zu dem Streit kam, ist bislang nicht bekannt. Die Polizei sucht nun nach Zeugen des Vorfalls und bittet die Tatverdächtige eine Eisenstange eines Straßenschildes aufge-

MUTTER GABI'S EVENT'S

WEIHNACHTS PARTY

07.12.2024

PFH BAND LIVE EINLASS: 17:00
BEGINN: 19:00 UHR EINTRITT: 10€

ROCK & CHRISTMAS

14.12.2024

JAY-K.BAND LIVE EINLASS: 17:00
BEGINN: 19:00 UHR EINTRITT: 10€

WEIHNACHTS PARTY

21.12.2024

BIG T LIVE EINLASS: 17:00 UHR
BEGINN: 19:00 UHR EINTRITT: 5€

Hauptstraße 301, 63110 Rodgau

Tel./WhatsApp 01634880424

E-mail: info@mutter-gabi.de

Internationaler Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen und Mädchen

Kino-Abend „Mustang“ am 22. November / Anmeldung bis 20. November

Heusenstamm (NZH) Der Internationale Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen und Mädchen ist ein jährlich am 25. November stattfindender Aktionstag, zu dem seit vielen Jahrzehnten Frauen- und Menschenrechtsorganisationen zur Solidarität mit gewaltbetroffenen Frauen aufrufen.

Auch Katrin Roth und Eva Knitsch vom städtischen Familien- und Frauenbüro haben sich in diesem Jahr erneut angeschlossen. Am Freitag, 22. November,

laden sie zum Kino-Abend mit dem deutsch-französisch-türkischen Film „Mustang“ (2015) ein, der als französischer Beitrag für einen Oscar als bester fremdsprachiger Film und für einen Golden Globe nominiert wurde. Der Kino-Abend findet im Sitzungssaal des Rathauses, Im Herrngarten 1, statt; Filmstart ist um 20 Uhr.

Zur besseren Organisation wird um vorherige formlose Anmeldung bis Mittwoch, 20. November, gebeten: per Mail an familie@heusenstamm.de oder telefonisch 06104 607-1717 oder 607-1718. Der Kino-Abend inklusive Snacks und Getränken ist kostenfrei, es wird um eine Geldspende für den Verein „Frauen helfen Frauen e. V.“ gebeten.

Filminhalt: Der Film erzählt die Geschichte von fünf Schwestern, die in einem türkischen Dorf nach dem Tod ihrer Eltern beim Onkel und der Großmutter aufwachsen und sich in einer von Männern geprägten Gesellschaft ihr Recht auf Selbstbestimmung erkämpfen. Die Geschichte nimmt ihren Lauf, als sie nach der Schule beim unschuldigen Herumtollen mit ein paar Jungs im Meer beobachtet werden und damit einen Skandal auslösen.

Ihr als schamlos wahrgenommenes Verhalten hat dramatische Folgen: Das Haus der Familie wird zum Gefängnis, Benimmunterricht ersetzt die Schule und Ehen werden arrangiert.

Der Film zeigt exemplarisch, dass Gewalt gegen Frauen und Mädchen ein globales Phänomen ist und überall auftreten kann: in jedem Land, auf der Straße oder Zuhause. „Leider gehört auch in Deutschland Gewalt zum Erfahrungshorizont vieler Frauen und Mädchen, die Frauenhäuser sind überfüllt und das Thema wird gesellschaftlich meist bagatellisiert und unterschätzt. In unserem Land erfährt jede vierte Frau mindestens einmal in ihrem Leben körperliche oder sexuelle Gewalt; in etwa der Hälfte der Fälle ist der Partner für diese Taten verantwortlich“, so Katrin Roth.

Das Vorkommen von geschlechtsspezifischer psychischer und physischer Gewalt betrifft alle Bildungs- und Einkommensschichten gleichermaßen und existiert in allen Altersgruppen, Nationalitäten und Kulturen. Das reicht von subtilen Formen der Gewaltausübung über Demütigungen, Beleidigungen, Einschüchterungen über Stalking, Bedrohungen und Belästigungen, häusliche Gewalt, Misshandlungen und Freiheitsberaubungen bis hin zu Vergewaltigungen oder gar zur versuchten oder vollendeten Tötung.

Katrin Roth: „Häusliche Gewalt ist keine Privatsache, Wegschauern gilt nicht. Wer etwas mitbekommt, darf nicht schweigen. Es gibt viele Möglichkeiten und Kontaktstellen, um sich Hilfe,

Beratung und Unterstützung zu holen“. So bieten die Mitarbeiterinnen des städtischen Familien- und Frauenbüros auch im Alltag persönliche Beratung zu diesem und weiteren Themen an. Für Rückfragen und weiterführende Infos stehen die beiden Expertinnen des Familien- und Frauenbüros telefonisch unter 06104 607-1717 und 06104 607-1718 sowie per Mail an familie@heusenstamm.de zur Verfügung.

Beratung zu und Hilfe bei psychischer, physischer und sexualisierter Gewalt gibt es bei diesen Institutionen im Kreis Offenbach und bundesweit:

- Frauenhaus im Kreis Offenbach, „Frauen helfen Frauen Kreis Offenbach e.V.“, Telefon 06106 13360, info@fhkreisof.de
- Frauenberatung von „Frauen helfen Frauen e. V.“, Telefon 06106 3111, beratungsstelle@fhkreisof.de

- Polizei unter der Notrufnummer 110 (bundesweit)
- Hilfefon (bundesweit) - Die Hotline steht allen von Gewalt betroffenen Frauen 24 Stunden am Tag und 365 Tage im Jahr in mehreren Sprachen zur Verfügung: 116 016

Wer sich privat aktiv an der Aktion des Hilfefonens in den sozialen Medien beteiligen und so das Thema weiterverbreiten möchte, schaut online auf hilfefon.de/kampagnen-aktionen/aktionen/schweigen-brechen oder tagt #schweigenbrechen.

www.rheinmainverlag.de

Ihre
Onlinezeitung

RheinMainVerlag

Impressum

NEUE ZEITUNG

HEUSENSTAMM

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH, Bieberer Str. 137, 63179 Oberthausen, Tel. 061 04 - 66 72 04 - 0, info@rheinmainverlag.de, Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth

Erscheinungsweise: Samstag in Heusenstamm

Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Oberthausen

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

E-Mail: redaktion@heimat-zeitungen.de

Redaktionsschluss: Dienstag, 12.00 Uhr

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, Oberthausen, Tel. 061 04 - 49 70 - 0

Pietät Tron

Jürgen Tron
Leibnizstraße 6
63150 Heusenstamm
Tel.: 06104/780 63 15
Fax: 06104/780 63 16
E-Mail: pietatet-tron@web.de
www.pietatet-tron.de

- Nationale und Internationale Überführungen
- 24 Std. erreichbar
- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- Baumbestattung
- Bestattungsvorsorge
- Bestattungsfinanzierung
- Blumenschmuck

120 km Draht und Gitter

1900 Türen und Tore am Lager

DRAGT 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**

NEU! Und von FEMANNOSE® - Tabletten für die Blase in Pink

FEMANNOSE® E bringt D-Mannose jetzt endlich auch als Tablette für die Tablettenverwenderin

Für Anwenderinnen, die eine Tablette bevorzugen, gibt es seit Oktober mit FEMANNOSE® E eine neue Option. Entwickelt für Frauen, die Wert auf eine unkomplizierte und gut verträgliche Unterstützung für die Blase legen, bietet die pinke Tablette eine gute Möglichkeit, die Gesundheit der Harnwege zu unterstützen und dabei Funktionalität mit Verlässlichkeit zu verbinden. FEMANNOSE® E enthält den bewährten Inhaltsstoff D-Mannose. Der außerdem enthaltene Preiselbeer-Extrakt unterstützt aktiv die Gesundheit von Harnwegen und Blase (ab 3 Tabletten pro Tag). Besonders in hormonellen Umstellungsphasen, in der

kalten Jahreszeit oder in stressigen Lebensphasen bietet FEMANNOSE® E eine optimale Unterstützung. Exklusiv in Apotheken erhältlich und dabei gluten- und laktosefrei, überzeugt das Produkt durch seine unkomplizierte Anwendung – eine optimale Wahl für Frauen, die auf eine praktische Unterstützung für ihre Blasengesundheit setzen.



Automarkt

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

Ich suche eine neue Betreuungsstelle in Privathaushalt! Bin erfahren und kenne mich mit Menschen aus, die Demenz haben. Habe vorher in der Schweiz und auch in Österreich 24h ältere Menschen betreut. Suche nach einer langfristigen Betreuungsstelle mit Unterkunft! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

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

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

Verena, 64 J., verwitwet, Frisörmeisterin, wirklich bildhübsch, bin sehr natürlich, liebevoll u. verschmüsst, ich suche pv einen treuen Mann, bis ca. 75 J., dem ich eine gute Frau sein darf. ☎ 0151 - 62913874

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

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

Ich, Paula, 74 Jahre jung, wohne hier ganz allein, bin eine ruhige, hübsche, fleißige Frau, liebevoll und herzlich, da ich leider verwitwet bin, suche ich auf diesem Weg pv einen netten Mann (Alter egal), bei getrenntem oder gemeinsamen Wohnen. Ich würde Sie gerne besuchen oder zu mir einladen, wenn Sie anrufen. ☎ 0151 - 62913877

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

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

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

Frau Danna sucht: Kaufe Pelze, Alt-, Bruch-, Zahngold, Goldschmuck, Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelins, Teppiche, Porzellan, Krüge, Zinn, Möbel, Küchen, Gardinen, Tischdecken, Uhren. Kostentl. Beratung. Anfahrts sowie Wertschätzung. 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

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

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

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

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 Anfahrts sowie kostenlose Wertschätzung, Zahle Bar vor Ort, täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. ☎ 069 - 25 71 84 43

Frau Daniel kauft an: aller Art, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Figuren, Porzellan, Schallplatten, Eisenbahn, Leder- und Krokotaschen, Silberbesteck, Bleikristall, Zinn, Modeschmuck, Möbel, Kleider, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Gardinen, Uhren, Münzen, Bernstein, Perlen, Bilder, Gobelins, Messing, Teppiche, Orden, Ferngläser, Puppen, Perücken, Krüge, komplette Nachlässe sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung und Wertschätzung +++100% seriös und diskret+++ Barabwicklung vor Ort. Mo-So von 08-21 Uhr ☎ 069-17516793

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

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

Akute Porphyrie:

eine seltene Ursache für unerträgliche, anfallsartige Bauchschmerzen

2,5 Millionen Menschen werden hierzulande jedes Jahr wegen Erkrankungen der Verdauungsorgane im Krankenhaus behandelt. Oft kann die Ursache rasch gefunden werden. Anders bei der akuten Porphyrie: Bis zur Diagnose vergehen oft mehrere Jahre, in denen die Betroffenen unter heftigen, anfallsartigen Bauchschmerzen leiden. Auch anhaltende Übelkeit, Taubheitsgefühle, Missempfindungen der Nerven, Glieder- und Rückenschmerzen, Schlaflosigkeit und Erschöpfung gehören zu den möglichen Symptomen der seltenen, genetisch bedingten Erkrankung.

starke, wiederkehrende Beschwerden den Verdacht der Ärztinnen und Ärzte auf die akute Porphyrie, kann ein Urintest Klarheit bringen. Der Nachweis eines speziellen Gendefekts bestätigt die Diagnose.



Anzeichen der akuten Porphyrie.

Unspezifische Symptome erschweren die Diagnose

Die Symptome der akuten Porphyrie sind unspezifisch. Daher kommt es oft zu Fehldiagnosen wie Reizdarmsyndrom, akute Magenschleimhautentzündung, Hepatitis oder Gallenentzündungen. Lenken die

Die akute Porphyrie ist eine angeborene Erkrankung, die nicht geheilt werden kann. Doch die Wahrscheinlichkeit von Attacken lässt sich verringern, da es bei vielen Betroffenen individuelle

Auslöser gibt. Beispiele sind bestimmte Medikamente, Infektionen, körperliche und psychische Belastungen, Fasten und extreme Diäten sowie Alkohol und Rauchen. Ein Symptomtagebuch kann helfen, diese Auslöser zu finden. Abhängig von der Schwere und dem Verlauf der Erkrankung können auch Behandlungsmaßnahmen in Betracht gezogen werden, die helfen sollen, das Auftreten von Attacken zu verringern und Symptome zu lindern.

Einen Symptomfragebogen zur akuten Porphyrie und weitere hilfreiche Informationen finden Betroffene, Angehörige und Interessierte auf der Website: www.lebenmitporphyrie.de. Weitere Hinweise und Tipps zur Erkrankung gibt es z.B. auf der Website des Porphyriezentrums Chemnitz: www.klinikumchemnitz.de/klinikenbereiche/behandlungszentren/porphyriezentrum.

AS1-DEU-00352

Lebensversicherungen BGH-Urteil Retten Sie jetzt Ihr Geld!

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

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuziehen, bevor es von der hohen Inflation und den Gebühren der Versicherer aufgefrisst wird. Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern.

Auf Grund mangelhafter Widerstandsbelegungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Wider-

rufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung – alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: Die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlageertrag beteiligen. So können Sie bis zu 150% der eingezahlten Beiträge zurückholen!

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorf-Ver-



Es geht um viel Geld
Foto: MidJourney & Friedberg/stock.adobe.com

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

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

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

ANZEIGE

Ditgitale Teilhabe für alle ermöglichen

Neuer Sammelband des Lebenshilfe-Verlags beleuchtet praxisnah die Chancen und Herausforderungen für Menschen mit Behinderungen

(djd) Das Buch „Digitale Teilhabe und personenzentrierte Technologien im Kontext von Menschen mit Behinderungen“ nimmt ein hochaktuelles Thema in den Blick: Wie können digitale Technologien Menschen mit Beeinträchtigungen unterstützen und deren gesellschaftliche Teilhabe stärken?

Der Sammelband ist im Lebenshilfe-Verlag erschienen und eine der ersten Fachpublikationen, die sich umfassend mit der Bedeutung der Digitalisierung für Menschen mit Beeinträchtigungen auseinandersetzen. Es beleuchtet praxisnah

und wissenschaftlich fundiert, welche Chancen digitale Technologien für den Alltag, die berufliche Entwicklung und die soziale Integration bieten. Gleichzeitig thematisiert der Band die Herausforderungen, denen Menschen mit Beeinträchtigungen nach wie vor begegnen, wenn es um den Zugang zu digitalen Medien und unterstützende Technologien geht.

„Digitale Teilhabe“ richtet sich vor allem an Fachkräfte, die in der Assistenz und Betreuung von Menschen mit Behinderungen tätig sind, an Entwicklerinnen und Entwickler digitaler Lösungen sowie

an alle, die sich für Inklusion und Barrierefreiheit engagieren. Der Sammelband bietet eine Mischung aus wissenschaftlichen Erkenntnissen und Praxisberichten, die sich für die Aus- und Weiterbildung von Fachkräften ebenso eignen wie für die Unterstützung von Menschen mit Behinderungen und deren Angehörigen.

Die digitale Transformation birgt ein enormes Potenzial, Barrieren abzubauen und mehr Teilhabe zu ermöglichen – vorausgesetzt, die spezifischen Bedürfnisse werden berücksichtigt und in die Entwicklung digitaler Lösungen einbezogen. „Digitale Teilhabe“ stellt des-

halb Konzepte und Strategien vor, die darauf abzielen, die digitale Kluft zu überwinden und einen personenzentrierten Ansatz zu verfolgen.

Der Sammelband ist ab sofort auf www.lebenshilfe.de im Shop des Lebenshilfe-Verlags und im Buchhandel für 27,50 Euro plus Versandkosten erhältlich.

Bestellungen sind auch möglich über Telefon unter 06421/491-123, per Fax unter 06421/491-167 oder per E-Mail an vertrieb@lebenshilfe.de. Weitere Informationen und eine Leseprobe gibt es unter: Digitale Teilhabe im Lebenshilfe-Verlag.

HSG Obertshausen/Heusenstamm: Nach gutem Spielstart den Faden verloren

Die Männer mussten sich am vergangenen Samstag auswärts bei der SG Hainburg II mit 26:31 geschlagen geben. Trotz eines starken Starts und einer 17:14-Führung zur Halbzeit konnte die Mannschaft in der zweiten Hälfte nicht mehr ihr Spiel durchsetzen.

Die Partie begann vielversprechend für die HSG. Die Mannschaft setzte sich in den ersten Minuten ab (2:7). Lötze verwandelte souverän alle seine sechs Siebenmeter und Rinke steuerte insgesamt zehn Tore

bei. Auch Hartlieb und Baumgarten zeigten sich torgefährlich und halfen mit schnellen Abschlüssen, die Führung auszubauen.

In der zweiten Halbzeit kippte das Spiel jedoch zugunsten der SG Hainburg II. Besonders Wurm und Lotz auf Seiten der Gastgeber nutzten einige Schwächen in der Abwehr der HSG konsequent aus und führten Hainburg immer näher heran. Als die HSG kurz vor Schluss den Ausgleich hinnehmen musste, gelang es Hain-

burg, die entscheidenden Tore zu setzen, während die Gäste an ihrer Chancenverwertung scheiterten. Beim abendlichen Bierpoggen zeigten die Herren mehr Abschlussstärke.

Trotz der Niederlage zeigte die HSG Kampfgeist. Nun gilt es, die Fehler zu analysieren und sich auf das nächste Heimspiel vorzubereiten. Am kommenden Sonntag empfängt die HSG Obertshausen/Heusenstamm die TV Altenhaßlau II in der Hermann-Hesse-Schule und hofft, vor heimischem Publi-

kum wieder zu punkten.

Vorschau

Am 17. November lädt manal-le Handball-Interessierten sich die Spiele der Mannschaften in der Hermann-Hesse-Schule anzusehen.

Um 13.15 Uhr startet die männliche D-Jugend in der Bezirksoberliga gegen die SG Bruchköbel. Ab 14.45 Uhr kämpfen die Herren um weitere Punkte in der Bezirksklasse. Um 16.45 Uhr spielen die Damen um weitere 2-Punkte im Nicht-Abstiegskampf.



Die Lichterwelt sorgt für eine unvergleichliche Atmosphäre in der Magdeburger Innenstadt: Galoppierende Pferde und begehbbare Christbaumkugeln sind nur einige der vielen leuchtenden Kunstwerke. Foto: djd/Magdeburg Marketing/Andreas Lander

Magdeburg im Lichterglanz

Lichterwelt und Weihnachtsmarkt locken in die mitteldeutsche Stadt

(djd). Vielen Menschen in Deutschland dürfte Magdeburg als Sportstadt bekannt sein: Die Handballer des SC Magdeburg zählen zur europäischen Spitze, die Fußballer des FC Magdeburg begeistern ihr Publikum in der zweiten Fußball-Bundesliga. Die Stadt

an der Elbe hat aber noch viel mehr zu bieten: Sie ist eine lebendige, aufstrebende Großstadt mit reicher Geschichte und faszinierender Architektur.

Magdeburg ist auch die Stadt der Kirchen - aber alle Kirchtürme werden überragt vom

1.000 Jahre alten Dom. Die Stadt in Mitteldeutschland ist mit dem Auto und der Bahn gut erreichbar und im kommenden Winter ganz besonders eine Reise wert.

Vom 25. November an funkelt die Lichterwelt Magdeburg mit mehr als 1,2 Millionen LEDs. Besucher können durch die beleuchteten Straßen schlendern, über die imposanten Lichtmalereien mit Magdeburger Persönlichkeiten an den Fassaden staunen oder die Musik des Komponisten und gebürtigen Magdeburgers Georg Philipp Telemann am beleuchteten Brunnen auf dem Ulrichplatz genießen. Von Lichtstelen überrankte Brunnen, schimmernde Instrumente, galoppierende Pferde, eine glitzernde Jungfrau auf ihrem großen Lichtertor und Wasserspiele aus goldenen LED-Lämpchen: Einzigartige Kunstwerke zaubern eine unvergleichliche Atmosphäre in die gesamte Innenstadt. Hingucker sind auch eine von glitzernden Bären gezogene Kutsche und vor allem der Magdeburg-Schriftzug in großen Lettern vor dem Hauptbahnhof.

Der gesamte Domplatz, die Innenstadt sowie weitere Plätze und Parks sind Teil der wunderbaren Lichterwelt. Das kostenfreie Lichtermeer leuchtet bis zum 2. Februar 2025, alle

Infos: www.lichterwelt-magdeburg.de.

Weihnachtsmarkt mit Kinder Spaß, Glühweinkultur, Kunsthandwerk und Eislaufvergnügen

Wenn sich am 22. November die Türen des Weihnachtsmarktes öffnen, machen Kinder große Augen und sind begeistert von Bastelhaus, Märchengasse, Weihnachtsmann-Wohnung, bunten Karussells und süßen Leckereien.

Die Erwachsenen genießen den abendlichen Rundgang durch die beleuchtete Stadt. Die mittelalterliche „Kaiser-Otto-Pfalz“ begeistert ebenso wie die vielen Leckereien auf dem Alten Markt vor der historischen Rathausfassade. Erzgebirgisches Kunsthandwerk, Glasbläser und weihnachtliche Düfte sorgen für vorweihnachtliche Stimmung. Legendar ist die Magdeburger Glühweinkultur mit ihren über 50 verschiedenen Glühweinsorten. Wer es sportlich mag, kann auf der Eislaufbahn „Winterfreuden on Ice“ vom 21. November bis zum 5. Januar 2025 dem Kufenspaß frönen.

Der Weihnachtsmarkt hat bis zum 29. Dezember geöffnet, alle Infos: www.weihnachtsmarkt-magdeburg.de. Der Eintritt zur Lichterwelt und zum Weihnachtsmarkt ist kostenfrei.



Die Lichterwelt sorgt für eine unvergleichliche Atmosphäre in der Magdeburger Innenstadt: Galoppierende Pferde und begehbbare Christbaumkugeln sind nur einige der vielen leuchtenden Kunstwerke.

Foto: djd/Magdeburg Marketing/Andreas Lander



Stimmungsvolles Bild vom Magdeburger Weihnachtsmarkt mit den vielen Buden auf dem Alten Markt vor dem historischen Rathaus Foto: djd/Magdeburg Marketing/Andreas Lander

Gedenken an Buß- und Bettag

Heusenstamm (NZH) Die evangelische Kirchengemeinde mit Vikarin Eva Lawrenz lädt die Gläubigen zu einem Taizégottesdienst am Mittwoch, 20. November, um 19 Uhr, anlässlich des Buß- und Bettages in die Kirche Frankfurter Straße 80 ein.

Traditionell wird der Buß- und

Bettag am Mittwoch vor dem letzten Sonntag im Kirchenjahr und vor Beginn der Adventszeit begangen und hat die Abkehr von Not und Sünden zum Inhalt.

Der Gottesdienst wird von der evangelischen Kantorei unter Leitung von Dorothea Baumann mitgestaltet.

Fürsorge –
bei uns stets im Programm
Ihr Bestattungshaus in Heusenstamm

06104 / 25 45
www.pietaeet-sattler.de

PIETÄT SÄTTLER
S. Kirchner Bestattungen Heusenstamm

Evang. Kirchengemeinde Heusenstamm

Samstag, 16. November
10.00 Uhr: Ökumenischer Gedenkgottesdienst in der AWO mit Pfarrerin Susanne Winkler und Diakon Oliver Schäfer

15.00-18.00 Uhr: Adventsworkshop mit Floristin Silke Winter für Jugendliche im Familienzentrum Leibnizstraße 57 (veranstaltet vom Förderverein Kirchengemeinde Heusenstamm)

Sonntag, 17. November
10.00 Uhr: Gottesdienst mit Pfarrerin Karin Härle

Kollekte: Für die Aktionsgemeinschaft Dienst für den Frieden

Montag, 18. November

11.00 Uhr Diakoniekreis im Gemeindesaal Frankfurter Str. 80
15.00 Uhr Gottesdienst im Seniorenzentrum Herderstr. 85 mit Vikarin Eva Lawrenz

Dienstag, 19. November
12.00 Uhr: Mittagsgebet in der ev. Kirche
14.15 Uhr: Gottesdienst mit Abendmahl in der Tagespflege Dreiklang mit Pfarrerin Susanne Winkler

Mittwoch, 20. November
19.00 Uhr: Taizégottesdienst zum Buß- und Bettag mit Vikarin Eva Lawrenz und der Kantorei, Kollekte: Für die Kantorei der eigenen Gemeinde

Kath. Kirchen Heusenstamm

Samstag, 16. November
17.30 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

Sonntag, 17. November
9.30 Uhr: Hl. Messe Kirche St. Cäcilia

11.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron
18.30 Uhr: Hl. Messe Kirche Mariä Opferung

Dienstag, 19. November
9.00 Uhr: Hl. Messe Kirche St. Cäcilia

Mittwoch, 20. November
7.00 Uhr: Ökumenische Morgenmeditation Kirche St. Cäcilia

16.00 Uhr: Rosenkranzgebet Heusenstamm Marienkapelle
17.30 Uhr: Rosenkranzgebet Kirche Mariä Opferung
18.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Mariä Opferung

Donnerstag, 21. November
8.30 Uhr: Gebetskreis Maria Königin des Friedens Kirche Maria Himmelskron
9.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron

14.00 Uhr: Wortgottesdienst Heusenstamm AWO-Sozialzentrum

15.00 Uhr: Hl. Messe zum Patronatsfest Kirche Mariä Opferung

Freitag, 22. November
12.00 Uhr: Eucharistische Anbetung Kirche Maria Himmelskron

18.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron

Samstag, 23. November
11.00 Uhr: Tauffeier von Adriano Kirche Maria Himmelskron
17.30 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

18.15 Uhr: Vorabendmesse Kirche Maria Himmelskron

Sonntag, 24. November
9.30 Uhr: Hl. Messe Kirche St. Cäcilia

11.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron, Mitwirkung: Band
13.30 Uhr: Tauffeier von Romeo Kirche St. Cäcilia
18.30 Uhr: Hl. Messe Kirche Mariä Opferung

Seit 1978 Ihr starker Partner rund ums Haus.

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

JETZT STARTLICHE FÖRDERPROGRAMME NUTZEN!

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

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



- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

www.krebskranke-kinder-darmstadt.de

myjob.de

Die Jobsite
mit dem Social Media Boost

Nutzen Sie unseren Social Media Boost

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

Mitarbeiter
finden

Job suchen

Jobmailer
abonnieren



Ihr Weg zu uns

Michael Pelz
Verkaufsleiter
 0151/40249692 michael.pelz@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlag

Es gelten die AGB, siehe <https://myjob.de> myjob.de - Planbar Media GmbH
Steinstraße 137 - 47798 Krefeld - E-Mail: info@myjob.de

Ein Produkt der
 EGRO MEDIENGRUPPE

Medizin

ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Die heilende Kraft des Schlafes

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

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50% der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70% Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

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.

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. 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.

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

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn

➤ Beschleunigt das Einschlafen, fördert das Durchschlafen¹

➤ Mit hochdosiertem Baldrianwurzelextrakt

➤ Wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt

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 Baldrianwurzelextrakt 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 Durchschla-

fen¹. 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.

„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.“

Fördert
nicht nur das Ein-, sondern auch das **Durchschlafen¹**



- keine Schläfrigkeit am Folgetag
- macht nicht abhängig
- wirkt rein pflanzlich und ohne Gewöhnungseffekt
- mit hochdosiertem Baldrian(wurzel-)extrakt

Baldriparan
Stark für die Nacht

Für Ihre Apotheke:
PZN 00499175

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen

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