

mein südhessen

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!
www.rheinmainverlag.de

11. Januar 2025

Das Leben in und um Seligenstadt – Auflage 17.180

DAHLER

**Ihr Immobilienmakler in
Hanau und Offenbach**

DAHLER Hanau / Offenbach dahler.com/hanau
T 06181 99 11 970



Zur Website:



20%

AYLUX®
SONNENSCHUTZSYSTEME

Rabatt-Coupon
in dieser Ausgabe!

Med. Fußpflege

Behandlung von eingewachsenen Nägeln, Hühneraugen
usw., Fußzonenmassage, Fuß-French-Nagelmodellage

Mobile Fußpflege

Fachgerechte Maniküre & individuelle Massagen

Josefine Touarha · Tel. 06182/992360 · Mobil: 01577-3751467
Hainburg · Ketteler Str. 38 · www.josefines-fusspflegestudio.de



Mehr auf Seite 2.

Foto: wal_172619 / Pixabay

Mobilitätswende – was ist das eigentlich?

*Goldhaus
Obertshausen*

ANKAUF VON:

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

Seit 20 Jahren ihr
Experte vor Ort!

H. Honig | Heusenstammer Straße 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

Mobilitätswende – was ist das eigentlich?

(DRM). Die Mobilitätswende bezeichnet den grundlegenden Wandel in der Art und Weise, wie Menschen sich fortbewegen und wie Güter transportiert werden. Ziel ist es, eine nachhaltigere, effizientere und umweltfreundlichere Verkehrsinfrastruktur zu schaffen. Angesichts globaler Herausforderungen wie dem Klimawandel, der Ressourcenknappheit und der zunehmenden Urbanisierung steht die Mobilitätswende im Zentrum gesellschaftlicher und politischer Debatten. Sie ist eng mit Konzepten wie der Energiewende und der Verkehrswende verknüpft und setzt auf innovative Ansätze, um die Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen zu reduzieren und die Lebensqualität in Städten und auf dem Land zu verbessern.

Städte und Gemeinden investieren zunehmend in Zukunft



Foto: wal_172619 / Pixabay

Alternativen zum privaten Pkw sollen attraktiver werden. Städte und Gemeinden investieren zunehmend in den Ausbau von autofreien Zonen und effizienten öffentlichen Verkehrssystemen.



Foto: OliverHeim / Pixabay

Ein zentraler Bestandteil der Mobilitätswende ist die Förderung umweltfreundlicher Verkehrsmittel wie des öffentlichen Nahverkehrs, des Radfahrens und des Zu-Fuß-Gehens. Städte und Gemeinden investieren zunehmend in den Ausbau von Radwegen, autofreien Zonen und effizienten öffentlichen Verkehrssystemen, um Alternativen zum privaten Pkw attraktiver zu gestalten. Gleichzeitig wird die Elektrifizierung des Verkehrs vorangetrieben, etwa durch die Einführung von Elektrofahrzeugen, E-Bikes und elektrisch betriebenen

Bussen, die im Vergleich zu konventionellen Fahrzeugen deutlich geringere Emissionen verursachen. Ein weiterer Schwerpunkt der Mobilitätswende liegt auf der Verknüpfung verschiedener Verkehrsmittel zu einem sogenannten „intermodalen Verkehr“. Dies ermöglicht es Menschen, unterschiedliche Verkehrsmittel nahtlos zu kombinieren – beispielsweise durch die Nutzung von Carsharing-Diensten in Verbindung mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Digitale Technologien spielen dabei eine entscheidende Rolle: Apps und Plattformen bieten Echtzeitinformationen und erleichtern die Planung komplexer Routen.

Auch der Güterverkehr steht im Fokus der Mobilitätswende. Hier wird verstärkt auf die Verlagerung von Transporten von der Straße auf Schienen oder Wasserwege gesetzt, da diese Verkehrsträger effizienter und umweltfreundlicher sind.

Der Einsatz von Lastenrädern und die Einführung emissionsfreier Lieferfahrzeuge sind weitere Maßnahmen, die vor allem in Innenstädten zu einer Entlastung beitragen können.

Ländlicher Raum mit großem Nachholbedarf

Kultureller und gesellschaftlicher Wandel nötig

Die Mobilitätswende geht jedoch über technologische Innovationen hinaus. Sie erfordert auch einen kulturellen und gesellschaftlichen Wandel. Dies umfasst eine Abkehr von der Autokultur hin zu einem Bewusstsein für nachhaltige Mobilität. Viele Menschen hinterfragen heute, ob der Besitz eines Autos noch notwendig oder sinnvoll ist, insbesondere in urbanen Gebieten, in denen Alternativen häufig besser verfügbar sind.

Trotz zahlreicher Fortschritte steht die Mobilitätswende vor Herausforderungen. Die Umstellung erfordert erhebliche Investitionen, politische Weichenstellungen und einen gesellschaftlichen Konsens. Insbesondere im ländlichen Raum, wo der öffentliche Nahverkehr oft unzureichend ausgebaut ist, bleibt die Abhängigkeit vom Auto ein Problem. Dennoch ist die Mobilitätswende ein zentraler Baustein für eine nachhaltige Zukunft, die ökologische, ökonomische und soziale Bedürfnisse miteinander in Einklang bringt.

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

Warum der Hausnotruf so beliebt ist

ANZEIGE



(PR). Im Zeitalter des Smartphones und der Apps greifen vor allem ältere und gesundheitlich eingeschränkte Menschen dennoch gerne auf eine bewährte Technik zurück: den Hausnotruf. In Deutschland nutzen laut Bundesverband Hausnotruf mehr als 1,2 Millionen Menschen den einfachen roten Knopf, um im Notfall Hilfe zu rufen. Der Erfolg dieses Klassikers beruht nach Ansicht von Malteser Mitarbeitenden auf drei Gründen: Erstens ist die Auslösung eines Alarms leicht – ein Druck auf den Knopf am Armband

oder an der Halskette genügt, um eine Sprechverbindung aufzubauen. Zweitens ist der kurze Ruf nach Hilfe oder das Sprechen etwas, was Menschen selbst in großer Not oft noch bewältigen können, um auf sich aufmerksam zu machen. Drittens ist Tag und Nacht ein auf Hilfe spezialisierter Ansprechperson erreichbar.

11.000 Notrufe gehen durchschnittlich jeden Tag in Deutschland bei den Hausnotruf-Anbietern ein. „Es geht darum, die Folgen eines Sturzes oder das plötzliche Auftreten

einer Erkrankung schnell in den Griff zu bekommen“, beschreiben Malteser Mitarbeitenden denen die wichtigste Aufgabe für die Retter und Helfer in der Not. „Um Schmerzen, Unterkühlung, Dehydrierung oder auch einfach Angst zu vermeiden, hilft ein rasches Eingreifen.“ Ein Drittel der Notrufe zieht tatsächlich einen Einsatz vor Ort nach sich. Nachdem der Notruftknopf gedrückt wurde, entsenden die fachkundigen Telefonisten dann professionelle Helferinnen oder Helfer, wie Hausnotruf-Mitarbeitende oder Rettungskräfte. Ist vereinbart, dass Angehörige oder Nachbarn informiert werden sollen, geschieht auch das – „ganz so wie es die Situation erfordert“, berichten Malteser Mitarbeitende.

Von einer im Haus installierten Technik, die im Falle eines Notfalls die richtigen Maßnahmen in Bewegung setzen kann, ist man derzeit noch weit entfernt. Die Verbraucherzentrale empfiehlt zwar digitale Assistenzsysteme, sagt

aber auch, dass sie nur „kleinere und größere Schwächen“ ausgleichen können. Vor allem ältere Menschen, die nicht mit Smartphone und digitalen Assistenzsystemen groß geworden sind, setzen für ihre Versorgung lieber noch auf den Menschen, berichten Malteser Mitarbeitende aus ihrer Erfahrung mit Hilfesuchenden. Für die Nutzer sei es beruhigend zu wissen, dass die Malteser Notrufzentrale rund um die Uhr an allen Tagen im Jahr erreichbar ist.

Ein weiterer Vorteil des Hausnotrufs: Die Kosten des Basis-Tarifs werden auf Antrag und abhängig vom individuellen Unterstützungsbedarf von den Pflegekassen oftmals übernommen.

Zum Start ins neue Jahr bieten die Malteser den Hausnotruf jetzt einen Monat kostenfrei an. Nähere Infos gibt es unter www.malteser.de/hausnotruf oder telefonisch unter 0800 99 66 028 (kostenfrei, Mo-Fr 8-20 Uhr).

Gesundheit

ANZEIGE

SCHEIDENFLORA IM FOKUS

Was Frauen über das Vaginalmikrobiom wissen sollten

Das Vaginalmikrobiom, auch als Scheidenflora bekannt, rückt zunehmend in den Fokus der Wissenschaft.

Die normale Scheidenflora wird hauptsächlich von Laktobazillen dominiert – anders jedoch bei Frauen, welche häufig unter Infektionen im Intimbereich leiden. Wissenschaftler konnten nachweisen¹, dass bei ihnen die Scheide durch eine zu geringe Vielzahl und Vielfalt an Laktobazillen bevölkert wird.

Sogenannte Mikrokulturenpräparate versprechen Abhilfe und könnten die Anzahl und Vielfalt von Laktobazillen im Vaginalmikrobiom erhöhen.²

Experten empfehlen, auf diese 3 Qualitätskriterien zu achten:

1. Eine hohe Vielzahl an Lactobacillusstämmen unterschiedlicher Gattungen.
2. Eine hohe Dosierung der koloniebildenden Einheiten (KBE).
3. Die parallele Stärkung der Vaginalschleimhaut in ihrer Struktur und Funktion, z.B. durch Vitamin B2.

Gesundheitsexperten sind überzeugt

Ein neues Mikrokulturenpräparat aus dem in wissenschaftlichen Kreisen hoch angesehenen Hause Kijimea begeistert

Anwender und Ärzte gleichermaßen. Es erfüllt alle drei Qualitätskriterien auf außerordentliche Weise. In Kijimea FloraCare sind ganze 33 Laktobazillenstämme enthalten, in einer besonders hohen Dosierung: Jede Kapsel enthält nicht weniger als 10 Milliarden sogenannte koloniebildende Einheiten, also vermehrungsfähige Bakterien.

Außerdem enthält Kijimea FloraCare weitere wertvolle Mikronährstoffe wie Vitamin B2, das zur Erhaltung normaler Schleimhäute (z.B. der Vaginalschleimhaut) beiträgt.

Für Ihre Apotheke:
Kijimea FloraCare
(PZN 19249311)

www.kijimea.de

KIJIMEA
AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.



Thema: Rheumatische Schmerzen

Wenn der Schmerz im Winter zunimmt

Dieses Schmerzgel hilft gezielt bei Gelenkschmerzen!

Während der nasskalten Tage im Winter leiden viele unter verstärkten rheumatischen Gelenkschmerzen. Damit sich Betroffene bestmöglich bewegen können, empfehlen unsere Experten ein natürliches Schmerzgel, das hilft – und zwar jeden Tag!

Schmerzen auf Schritt und Tritt – wenn der Winter einzieht, packt viele Menschen das eisige Grauen. Denn häufig leiden sie dann vermehrt an Gelenkschmerzen. Die Folge: Sie bewegen sich weniger. Doch genau das ist falsch! Bewegung ist wichtig. Schmerzexperten empfehlen daher ein natürliches Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx, mit dem Betroffene ihre rheumatischen Schmerzen lindern können.

Natürlich wirksam und gut verträglich

Der natürliche Arzneistoff in Rubaxx mit dem Namen Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing



strengungen. Was Anwender besonders schätzen: Das Rubaxx Schmerzgel ist gut verträglich und kann somit auch bei chronischen Schmerzen angewendet werden. Das Gel wird ein- bis zweimal täglich auf den zu behandelnden Stellen aufgetragen und ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Schmerzgel
(PZN 18709526)



¹Machado, A., Foschi, C., & Marangoni, A. (2022). Editorial: Vaginal dysbiosis and biofilms. *Frontiers in Cellular and Infection Microbiology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fcimb.2022.976057> • ²de Vrese, M., Laue, C., Papazova, E., Petricevic, L., & Schrezenmeir, J. (2019). Impact of oral administration of four Lactobacillus strains on Nugent score – systematic review and meta-analysis. *Beneficial microbes*, 10(5), 483-496. <https://doi.org/10.3920/BM2018.0129>

Abbildung Betroffener nachempfunden

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

Rattengiftanschlag im Tierheim Seligenstadt!



SELIGENSTADT (RA). Giftsanschlag im Seligenstädter Tierheim. In der beschaulichen Einhardstadt hat jemand Giftköder über den Zaun des Tierheims geworfen.

Mitarbeiterin Silke (Name geändert) dachte zuerst, dass es noch Restteile vom Silvesterfeuerwerk sind und wollte es schon wegwerfen, bevor die Tiere ins Freigehege nach draußen gehen. Und dann hat sie die blauen Beutel mit dem Rattengift gesehen und traute ihren Augen nicht. Zum Glück waren die Hasen und Kaninchen da noch drinnen. Gar nicht auszudenken, wenn die ehrenamtliche Mitarbeiterin nicht da gewesen wäre! Der oder die Täter hatten demnach im Zeitraum von Mittwoch, 2. Januar bis Samstag, 4. Januar meh-

rere Klumpen des Rattengifts im Außenfreilauf des Kaninchengeheges verteilt. Nach bisherigem Ermittlungsstand kam jedoch glücklicherweise keines der Tiere zu Schaden.

Weil das Rattengift über den gesamten Auslauf verteilt herumlag, nimmt die Polizei an, dass jemand die Brocken offenbar mit Schwung über den Zaun warf. Die am nördlichen Rand von Seligenstadt gelegene Tier-Auffangstation grenzt auf der Rückseite an eine große Wiese, von wo aus die Unbekannten gekommen und wohl wieder geflüchtet sein könnten.

Hinweise nimmt die Kripo unter der Rufnummer 069/8098-1234 entgegen!

myjob.de

Die Jobsite mit dem Social Media Boost



Aktionshaus und Antiquitäten

Machen Sie Ihre Raritäten zu Bargeld!

Jetzt auch in Rodgau-Jügesheim · Eine einmalige 5-Tages-Aktion



Machen Sie Ihren Pelz zu Bargeld!
Letzte Chance zum Saisonabschluss!

Ankauf von Pelzen aller Art*
Wir zahlen bis zu 5000,- € für Ihren Pelz

***Pelzankauf nur in Verbindung mit Gold**

Montag Jan. 13 2025	Dienstag Jan. 14 2025	Mittwoch Jan. 15 2025	Donnerstag Jan. 16 2025	Freitag Jan. 17 2025
-------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---	--------------------------------------

**Bisam • Persianer • Zobel • Nerze
Fuchspelze aller Art • Nutria • Chinchilla**



Ankauf von Porzellan



Münzen & Barren (Gold & Silber)



Geweih aller Art



Zahngold



Orden/Militaria aller Art



Lederhosen

Ihre Vorteile:

- ✓ kostenlose Beratung
- ✓ kostenlose Wertschätzung
- ✓ transparente Abwicklung
- ✓ Bargeld sofort

Wir zahlen zur Zeit bis zu

90 €*

* EURO pro Gramm

Ankauf von hochwertigen Uhren wie Rolex, Breitling, Ebel Omega etc. gerne auch defekt.



Zinn aller Art



Bernstein



Tafelsilber aller Art

Ankauf von:

- Ringen • Ketten • Goldschmuck • Altgold • Bruchgold • Weißgold
- Zahngold (auch mit Zahn) • Silber • Silberbesteck • Nähmaschinen • Silberschmuck
- Bernstein • Münzen • Platin • Zinn • Uhren • Diamanten • Modeschmuck
- Alten Gemälden • Militaria • und vielem mehr

Kostenlose Begutachtung und Bewertung Ihres Schmuckstücks (auch vor Ort bis 100km)

Geschäftszeiten:

Mo. - Sa. 09.00 bis 16.00 Uhr

Hochstädter Str. 16 • 63110 Rodgau-Jügesheim • 06106 - 27 72 112 • 0178 - 41 47 770

Gerne übernehmen wir Ihre Spritkosten bis zu 50,- €*
*bei Verkauf

Minimalinvasiv zum Schultergelenkimplantat

Spezialist der Asklepios Klinik hält Vortrag rund um das künstliche Schultergelenk im Einhards in Seligenstadt / Individuell angepasste, minimal-invasive Eingriffe verkürzen Rehabilitation.

Seligenstadt – Millionen Menschen leiden in Deutschland unter degenerativem Gelenkverschleiß, also einer Arthrose. Betroffen hiervon ist nicht zuletzt auch das Schultergelenk. Schreitet die Arthrose voran, hilft in vielen Fällen nur noch ein künstliches Gelenk, um die Schmerzen zu besiegen. Dr. Klaus Eisenbeis, Chefarzt der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie der Asklepios Klinik Seligenstadt, berichtet im Januar bei einer Informationsveranstaltung über neueste Entwicklungen aus seinem Spezialgebiet. Im Fokus des Vortrags am Dienstag, 21. Januar, in der Einhards Eventlocation am Bahnhof in Seligenstadt stehen daher aktuelle Methoden zur individuellen opera-

tiven Behandlung der Schulterarthrose.

In Deutschland ist die Arthrose sehr weit verbreitet. Bei dieser Erkrankung handelt es sich um einen fortschreitenden Knorpelverlust, der zunehmend Gelenkschmerzen und Bewegungsbeeinträchtigungen verursacht. Im fortgeschrittenen Stadium können die Patienten häufig selbst einfachste tägliche Aufgaben nicht mehr in vollem Umfang verrichten. Zu Beginn der Arthrose schaffen konservative Therapien wie Physiotherapie noch Linderung. Schreitet die Arthrose voran, hilft in den meisten Fällen nur noch ein künstliches Gelenk, um die Schmerzen zu besiegen und die Beweglichkeit zurückzuerlangen.

Dr. Eisenbeis, Schulterspezialist an der Asklepios Klinik Seligenstadt – einem Akademischen Lehrkrankenhaus der Goethe Universität Frankfurt – berichtet in seinem

Vortrag über neueste Entwicklungen aus seinem Fachgebiet. Dabei wird Dr. Eisenbeis über Neuerungen bei der Implantationstechnik und der Nachbehandlung nach künstlichen Schultergelenken sprechen. Nach dem Vortrag steht der Referent für Fragen aus dem Publikum zur Verfügung.

"Bei den Implantaten haben sich in letzter Zeit ganz wesentliche Verbesserungen ergeben. Heutzutage kann das Implantat inzwischen fast immer durch eine muskelschonende Operation, im Bereich der Schulter zum Teil sogar über eine Gelenkspiegelung, eingebracht werden. In unserer Klinik werden solche minimalinvasiven Verfahren routinemäßig angewendet. Zudem ersetzen wir sehr selektiv und individuell ausschließlich den von der Arthrose zerstörten Gelenkabschnitt. Dies verkleinert den Eingriff, verkürzt die Rehabilitation und macht damit die Wiederaufnahme von Beruf oder Sport



Chefarzt Dr. Klaus Eisenbeis

Foto: Asklepios

rascher wieder möglich", so Dr. Eisenbeis.

Die Veranstaltung findet am 21. Januar 2025 in der Einhards Eventlocation, Eisenbahnstraße 5d in Seligenstadt statt, beginnt um 17 Uhr und wird ca. 90 Minuten dauern. Der Eintritt ist frei.




Guter
Vorsatz

20%

RABATT AUF ALLE
GLAS-TERRASSENDÄCHER

20%

RABATT AUF ALLE
GLAS-SCHIEBEELEMENTE

20%

AUF DIE
MONTAGE

20%

RABATT

AUF ALLE GLAS-TERRASSENDÄCHER
BSP. ARONA 5X3m

4.617€ 3.693€

inkl. 19% MwSt.

Schneelastzone 2 - 0,85kN/m2

Bei Vorlage der Anzeige
20% in Ihrer Aylux Filiale sichern!

*gültig bis zum 01.02.2025 nur in der Filiale
*zzgl. Montagekosten
*nicht mit anderen Aktionen kombinierbar
*Abb. ähnlich



AYLUX FRANKFURT
★★★★★ 4,8
Assar-Gabrielsson-Straße 15
63128 Dietzenbach
Tel.: 06074 - 845 65 50
E-Mail: frankfurt@aylux.de
www.aylux.de

MADE IN GERMANY



mein südhessen Die Mitmachzeitung am Wochenende! **Erste Hilfe**

Überfall, Verkehrsunfall 110
 Feuer, Erste Hilfe, Rettungsdienst 112
 Polizeistation Seligenstadt 0 61 82 / 8 93 00
 Giftnotruf 0 61 31 / 192 40
 Ärztlicher Notdienst 116 117
 Zahnärztlicher Notdienst 018 05 / 60 70 11
 Evidensia Tierarztpraxis Seligenstadt 0 61 82 / 2 10 26
 Seelsorge-Telefon 116 123
 Hilfe-Telefon Gewalt gegen Frauen 116 016
 Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch 0800 / 22 55 530
 Asklepios Klinik Seligenstadt 0 61 82 / 83-0
 Emma-Klinik Seligenstadt 0 61 82 / 96 00
 Klinikum Aschaffenburg 0 60 21 / 3 20
 Klinikum Hanau 0 61 81 / 2 96-0
 Sana Klinikum Offenbach 0 69 / 8 40 50
 Ketteler Krankenhaus Offenbach 0 69 / 8 50 50
 EVO-Störungsdienst Strom 0800 / 80 60 30 30
 ZWO-Störungsdienst Wasser 0 61 06 / 6 99 50
 Schlüsseldienst KÖS, Tag & Nacht 0178 / 4 88 80 90
 Kartenverlust: Sperr-Notruf 116 116
 Stadtverwaltung Seligenstadt 0 61 82 / 87-0

mein südhessen **NOTDIENSTE**
11. bis 17. Januar

11 ADLER-APOTHEKE NIEDER-RODEN
 Puiseauxplatz 1, Telefon 0 61 06 / 7 27 67

12 BIEBER-APOTHEKE OFFENBACH
 Von-Brentano-Str. 14, Tel. 0 69 / 89 41 49

13 SCHLOSS-APOTHEKE BABENHAUSEN
 Platanenallee 34, Telefon 0 60 73 / 72 60 80

14 RODAU-APOTHEKE RÖDERMARK
 Dieburger Str. 35, Telefon 0 60 74 / 9 85 01

15 PAULY-V.-BUTTLAR-APOTH. DUDENHOFEN
 Feldstraße 46, Tel. 0 61 06 / 6 66 88 70

16 GREIFEN-APOTHEKE HAINSTADT
 Offenbacher Landstraße 52, Telefon 46 67

17 STERN-APOTHEKE JÜGESHEIM
 Eisenbahnstraße 14, Telefon 0 61 06 / 92 61

www.rheinmainverlag.de
 Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Sudoku | Rätsel

Auflösungen
 der KW 01

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

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

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

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

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



bayrisch: verdammt!	schweiz. Spezialität	altrom. Statthalter	1	Ziergefäß	Wandbildteppich	Heidengedicht	belgisches Heilbad	Konditorwaren	englisch: Ende	Luftklappe	deutsche Vorsilbe	Stadt im Tschad	Opernhaus in Mailand	Nutztiere	Schmierstoffabfall	italienischer Artikel
Untaten zugeben											Gesangstheater					
	3			Gegner, Widersacher							rasender Beifall	Instrument				
span. Abschiedsgruß		Tasteninstrument						10	französischer Polizist	eh. pers. Kaiserin				adeliger Ritter in England		Kfz-Z. Ennepe
demoskop. Institut			Halbton unter G			Schiffstau		festes Einkommen				ein Sportpferd	Düsseld. Flaniermeile			
				starkes Fäulnisgift	fair, anständig					Brotaufstriche	verbergen			4		
alt nord. Göttin	Sinken der Börsenkurse	clever, gerissen	Meeresnymphen				9	Lippenblütler	unerzogenes Kind			jemenitische Münze				Frauenkosenamen
Verletzungsfolge					Meeresfisch			Agrikultur					russ. Männername		Gewürz	
	2		musik.: freie Tonart	Effet					französisch: Insel		spitzzüngig reden	Fürwort				
ir. Parlament		dt.-franz. TV-Sender				Geburtsstätte von Zeus			Jäger-rucksack	Signal der Sirene						
Beruf im Baufach							6	Langmut	nord. Meerries			weibl. Nagetier	italienisch: ja			
Ruinenstätte in Syrien				5	Südfrucht	Begrüßung				um-drehen	Leid, Kummer					Statue, Mannenken ...
		Hauptstadt von Albanien		im Mund zerkleinern					antikes Rechenbrett	altind. heilige Schrift			Kölner Rockband			
Geröllwüste	größte Insel Japans	Sprache in Südindien				brit. Mathematiker †		Tätigkeiten						„Bett“ bei Kindern		
unverletzt			süddt.: Brötchen	ein-fältig					Frauenkurzname		dt. Sänger (Peter)	Halbton über H				
kurze Vorrede	Teil der Grammatik	gleichzeitig							bayrisch: Rettich	stechen (ugs.)						Modetanz der 20er
					Staat in Europa (Abk.)			Stadt in Mazedonien	eigenes Tun bedauern			Tempelstadt am Nil	Figur bei Pasternak			
Stromerzeuger				8	Berg in Albanien	brennbares Gas				11	Stadt am Ural	kleine Sunda-Insel				
		Stadt am Schwarzmeer		kristalliner Schiefer				Teil-strecke	neu-indische Sprache				kurz für: an dem			
Bild von da Vinci (.... Lisa)	bayr. Kirchweih	Gehalt				Fußhebel (Mz.)	Bauwerk in Paris									
Augenschminke					Lockmittel	Gefäß, Topf (ugs.)			dt. Farbfernsehsystem			Einverständn. (Kw.)				
		nach innen		Speisefisch						Kostbarkeit						
Mischung	Comic-Figur				Figur in Wagners „Feen“			engl. Sozialpolitiker †	letzter Wortteil							
Staatsdiener						russ. Kosmonaut	dt. Autopionier †									
			US-Filmstar	Südeuropäer												
Tee-filter	Fremdwortteil: Milliarde	Vater Davids im A.T.		Ziererei						Hauch, Fluidum (franz.)	Fremdwortteil: doppelt					
Absper-rung aus Stäben					Abk.: seinerzeit	Leid zufügen										
jap. Heiligtum			Initialen von Ungerer	Abgabe (Kw.)				Lebensgefährtin Lennons								
Zierde vieler Gärten	7								Abk.: Gold							
Ureinwohner Japans																

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11

So finde ich die richtige Sportart für mich

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

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

- Was möchte ich mit dem Sport erreichen? (Gewichtsabnahme, Muskelaufbau, Ausdauer, Entspannung, soziale Interaktion)
- Bevorzuge ich Einzel- oder Team-sportarten?

- Möchte ich drinnen oder draußen trainieren?

- Habe ich gesundheitlichen Einschränkungen, die einen direkten Einfluss auf die Ausübung der Sportart haben könnten?

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



- Kampfsport: Karate, Judo, Boxen, Taekwondo
- Freizeit- und Abenteuersportarten: Klettern, Wandern, Surfen

Probieren verschiedene Sportarten aus

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

Sportarten, die du in den kommenden Monaten ausprobieren könntest:

- **Kardiovaskuläre Aktivitäten:** Laufen, Radfahren, Schwimmen, Rudern
- **Krafttraining:** Gewichtheben, CrossFit, Bodyweight-Übungen
- **Flexibilitäts- und Entspannungsübungen:** Yoga, Pilates, Tai Chi
- **Teamsportarten:** Fußball, Basketball, Volleyball oder Tennis

Berücksichtige deinen Zeitplan und deine Ressourcen

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

Sport und Vereinszugehörigkeit als sozialer Faktor

Sport kann eine großartige Möglichkeit sein, neue Leute kennenzulernen und soziale Bindungen zu stärken. Wenn du ein geselliger Mensch bist, könnten Teamsportarten oder Gruppenfitnesskurse gut zu dir passen. Andererseits, wenn du die Ruhe und den Rückzug schätzt, könnten individuelle Sportarten wie Joggen oder Yoga im eigenen Wohnzimmer besser geeignet sein. Die Auswahl ist dabei so groß, dass jeder mit etwas Zeitaufwand den geeigneten Sport für sich finden kann.

Ohne langfristige Motivation geht es nicht

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

Punkte, Prämien, PAYBACK

Jetzt bei Netto Marken-Discount punkten

Netto Marken-Discount ist jetzt Partner des größten und beliebtesten Bonusprogramms PAYBACK.

Mehr punkten, mehr sparen:

Netto-Kundinnen und Kunden können sich zahlreiche Einkaufsvorteile in den bundesweit rund 4.350 Filialen sichern. Mit rund 5.000 Artikeln verfügt Netto über die größte Lebensmittelauswahl in der Discountlandschaft. Neben den über 700 weiteren PAYBACK Partnerunternehmen ist nun auch bei Netto in den Filialen, im Netto-Onlineshop und bei Netto Reisen das Sammeln von Punkten möglich.

So funktioniert's: Punkte mit der Netto-App, der PAYBACK App oder der PAYBACK Karte sammeln und diese zum Beispiel direkt beim Bezahlen an der Kasse einlösen oder online gegen attraktive Prämien tauschen.



Sparen mit Coupons: Vor dem Einkaufen immer Coupons aktivieren und noch mehr sparen! Zum Start der Partnerschaft bieten Netto und PAYBACK Kundinnen und Kunden Coupons von bis zu 15-fachen Punkten für den Einkauf. Im Netto Online-Shop kann mit Coupons 11-fach gepunktet werden und auf netto-reisen.de gibt es bei ausgewählten Angeboten 10-fache Punkte.



Ein guter Vorsatz, der Freude bringt

Werden Sie Teil eines Bürgerbus-Teams!

Auch im neuen Jahr sind die Bürgerbusse wieder in vielen hessischen Orten unterwegs. Ein Bürgerbus sorgt dafür, dass vor allem ältere und weniger mobile Menschen weiterhin am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Der Bus bringt seine Fahrgäste stets zuverlässig ans Ziel. Ob Arztbesuche, Einkaufen im Supermarkt oder Kulturgenuss, der Einsatzzweck ist breit gefächert. Möglich wird dies, dank freiwilliger Fahrerinnen und Fahrer, die mit ihrem Engagement dafür sorgen, dass Mobilität und Nachbarschaftshilfe dort stattfinden, wo sie dringend gebraucht werden. Bürgerbusse machen das Leben ein gutes Stück leichter und stärken die Gemeinschaft. Die Fahrerinnen und Fahrer werden für ihren Einsatz mit einem Lächeln und Freude im Gesicht der Fahrgäste belohnt, kurz gesagt: Dankbarkeit erFAHREN, Freude teilen. In Hessen ist der Bürgerbus ein Gemeinschaftsprojekt

des Hessischen Verkehrsministeriums und der Landesstiftung „Miteinander in Hessen“.

Starten Sie mit einem guten Vorsatz ins neue Jahr und machen Sie bei einem Bürgerbus-Team mit! In Hessen gibt es über 100 Einsat-

sorte und alle Teams freuen sich über Verstärkung. Setzen Sie ihre wertvolle Freizeit sinnstiftend ein und ihre Vorsätze in die Tat um. Alle Informationen und den Bürgerbus in ihrer Nähe finden Sie unter www.buergerbus.info.



Steigen Sie bei uns ein!
www.buergerbus.info



Worauf beim Autokauf geachtet werden sollte



Verhandlungsgrundlage zu haben. Lesen Sie den Kaufvertrag gründlich durch und achten Sie auf alle Details, insbesondere auf Garantie- und Rückgaberechte.

Fazit

Ein Autokauf erfordert sorgfältige Planung und Überlegung. Indem Sie Ihr Budget, Ihre Bedürfnisse und die verschiedenen Fahrzeugoptionen sorgfältig abwägen, können Sie eine informierte Entscheidung treffen und das Risiko unerwarteter Probleme minimieren. Eine gründliche Inspektion, eine Probefahrt und eine detaillierte Prüfung des Kaufvertrags sind unerlässlich, um sicherzustellen, dass Ihr neues Fahrzeug Ihren Erwartungen und Anforderungen entspricht.

Foto: Andreas / Pixabay

Versicherung und Anmeldung

Vor dem Abschluss des Kaufes sollten Sie sich über die Kosten und Bedingungen der Autoversicherung informieren. Sobald Sie das Fahrzeug gekauft haben, müssen Sie es anmelden und die notwendigen Papiere bei den zuständigen Behörden einreichen.

(DRM). Der Kauf eines Autos ist eine bedeutende Investition, die sorgfältige Überlegung und Planung erfordert – nicht nur, wenn es sich um das erste Auto handelt. Deshalb gilt es bereits vor dem Kauf einige wesentliche Aspekte zu beachten.

Budget und Finanzierung

Bevor Sie sich auf die Suche nach einem Auto machen, ist es wichtig, ein realistisches Budget festzulegen. Berücksichtigen Sie nicht nur den Kaufpreis, sondern auch die laufenden Kosten wie Versicherung, Steuern, Kraftstoff und Wartung. Überlegen Sie, ob Sie das Auto bar bezahlen oder finanzieren möchten, und informieren Sie sich über die verschiedenen Finanzierungsoptionen und deren Konditionen.

Welcher Fahrzeugtyp soll es sein?

Überlegen Sie, welchen Fahrzeugtyp Sie benötigen. Fahren Sie hauptsächlich in der Stadt oder auf dem Land? Benötigen Sie viel Stauraum oder Sitzplätze für die Familie? Soll das Auto sportlich, umweltfreundlich oder besonders sicher sein? Ihre individuellen Bedürfnisse und Lebensumstände sollten maßgeblich die Wahl des Fahrzeugtyps beeinflussen.

Neuwagen oder Gebrauchtwagen

Sowohl Neuwagen als auch Gebrauchtwagen haben ihre Vor- und Nachteile. Ein Neuwagen bietet die

neuesten Technologien und kommt mit einer Garantie, ist jedoch teurer. Ein Gebrauchtwagen ist in der Anschaffung günstiger, kann jedoch höhere Wartungskosten verursachen. Bei Gebrauchtwagen ist es besonders wichtig, auf den Kilometerstand, die Anzahl der Vorbesitzer und den Wartungszustand zu achten.

Fahrzeughistorie und Inspektion

Bei Gebrauchtwagen ist es unerlässlich, die Fahrzeughistorie zu überprüfen. Ein lückenloses Serviceheft, ein unabhängiger Fahrzeugcheck und die Abfrage von Unfallberichten können helfen, böse Überraschungen zu vermeiden. Lassen Sie das Fahrzeug von einem unabhängigen Gutachter oder einer Werkstatt prüfen, um sicherzustellen, dass es sich in einem guten Zustand befindet.

Probefahrt

Eine Probefahrt ist entscheidend, um das Fahrgefühl und den Zustand des Autos zu testen. Achten Sie auf ungewöhnliche Geräusche, die Bremsen, die Lenkung und die Federung. Testen Sie das Fahrzeug deshalb in der Stadt und auch auf der Autobahn, um ein umfassendes Bild zu bekommen.

Verhandlungen und Kaufvertrag

Seien Sie bereit, über den Preis zu verhandeln. Informieren Sie sich im Vorfeld über den Marktwert des Fahrzeugs, um eine solide

21. JAN
2025

17.00 Uhr

DAS KÜNSTLICHE SCHULTERGELENK

Was gibt es Neues 2025?

Wir informieren über:

- Aktuelle Neuerungen beim minimal-invasiven Gelenkersatz an der Schulter

Referent: Chefarzt Dr. med. Klaus Eisenbeis
Eine Veranstaltung der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Chefarzt Dr. med. Klaus Eisenbeis

Veranstaltungsort: Einhards Eventlocation,
Eisenbahnstraße 5d, 63500 Seligenstadt

Wir freuen uns über Ihr Interesse



ASKLEPIOS

KLINIK SELIGENSTADT

Asklepiosstraße 1, 63500 Seligenstadt
Tel.: 0 61 82/836 22 25



Anzeigen | Markt

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

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

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

Zur Pflege der Außenanlage suchen wir **eine/n Mitarbeiter/in, gerne auch Rentner/in, auf MINIJOB-Basis** Siemes Schuhcenter
Boschring 2-6/63329 Egelsbach;
AZ: 08:00 - 09:30 Uhr, Bewerbung bitte tel. unter 02452 1571494

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

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

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, Gobelin, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort von Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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

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

Stellen

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

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

Partnersuche

Heidrun, 75 Jahre jung, hier aus d. Gegend, bin eine hübsche, ruhige Frau, ich koche für mein Leben gern und mag Ausflüge mit meinem Auto, aber auch die häusliche Gemütlichkeit. Seit kurzem bin leider verwitwet, ich suche ernsthaft pv einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen Wohnen. Lassen Sie uns bitte alles weitere telefonisch besprechen.
☎ 0151 - 62913879

ANZEIGEN

Telefon

06104 66720-40

E-Mail:

info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen

Beilagen-Hinweis

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

**Action, ALDI, Apetito LHK
Darmstadt, Edeka, Expert Klein,
Getränke Gotta, Globus, HIT, LIDL,
Marktkauf, Malteser Hausnotruf,
Mobile, Möbel Kempf, Netto,
Norma, Penny, POCO, REWE,
Rossmann, Toom Baumarkt,
XXXLutz, Zimmermann**

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

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

120 km Draht und Gitter
1900 Türen und Tore am Lager

DRAHT-WEISSBÄCKER

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG

Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Fax (06071) 5161

www.draht-weissbaecker.de

E-Mail: draht@weissbaecker.de

- Draht- und Gitterzäune
- Schiebetore · Drehkreuze
- Schranken · Türen · Pfosten
- Sicherheitszäune · Tore
- Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
- sämtliche Drahtgeflechte
- Alu-Toranlagen · Gabionen
- auch **Montagen**
- auch **Privatverkauf**

Impressum

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

Geschäftsführung: Bernd Maas · Angelika Hofferberth
Redaktion: redaktion@mein-suedhessen.de
Alle unter der Anschrift des Verlages.

Gesamtauflage: 677.014

Erscheint am Wochenende mit den Regionalausgaben Münster, Rodgau, Rödermark, Mörfelden-Walldorf, Seligenstadt, Mühlheim, Obertshausen, Rüsselsheim, Offenbach, Main-Taunus-Kreis, Heusenstamm/Dietzenbach, Neu Isenburg, Dreieich, Hattersheim/Kelsterbach, Langen/Egelsbach und Frankfurt.
Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Wir nutzen KI-Technologien zur Unterstützung bei der Bearbeitung von Routineaufgaben.

Layout, Satz, Anzeigensatz und Druck: Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen

Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen · Tel. 06104-4970-0

Anzeigen: Gesamtpreislise Nr. 37, gültig ab 14. Oktober 2023. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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

Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Bei Gewinnspielen und Preisausschreiben ist der Rechtsweg ausgeschlossen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers wieder. Zur Herstellung von mein-suedhessen wird Recycling-Papier verwendet.

Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal www.werbung-im-briefkasten.de.

mein-suedhessen nicht bekommen? Zustellhotline Montag – Freitag von 8.00 – 16.30 Uhr: 06104-4970-0

KFZ-ANKAUF

**WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG
JEDE MARKE · JEDES ALTER · JEDER ZUSTAND**



ALLES ANBIETEN · SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag – Sonntag)!

☎ **06157/8085654 o. 0176/11199111**

A.G. Automobile · Robert-Bosch-Str. 4 · 64319 Pfungstadt
a.g.automobile1@web.de · www.kfz-ankauf-24h.de

Tiere der Woche



Suzi

HTB (PM). Suzis Besitzerin ist leider verstorben und so sucht sie nun ein neues Zuhause. Sie kann überall hin vermittelt werden - sie hat immer mit anderen Hunden und auch Katzen zusammen gelebt. Suzi ist 8 Jahre alt, 35 cm groß und wiegt 15 kg (sie muss unbedingt abnehmen). Sie ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: HTB

Weitere Informationen unter Hoffungsvolle Tierblicke e.V.

www.htb-ev.de

Tel. 06068-4785493 oder 0162-2939838

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

Ektarina ist eine echt große Hündin im Neufundländer-Format, die im Juni 2023 geboren wurde. Ruhig, überlegt und souverän mag Ektarina es, stundenlang draußen zu liegen und ihren Hof zu bewachen. Kleine Hunde mag Ektarina überhaupt nicht, auch Katzen und Kleintiere sollte man nicht haben. Tiere in Not Odenwald kann sich aber gut einen großen souveränen Rüden an der Seite von Ektarina vorstellen. Ektarina braucht eine starke Führung und erfahrene Hundehalter, die auch ihr territoriales Verhalten richtig einschätzen können. Zweieinhalb Jahre hatte Ektarina ein Zuhause gefunden, dann hatten sich ihre Besitzer getrennt und keiner konnte sich mehr um die große, schwere Hündin kümmern. Voila - Seitdem ist Ektarina wieder bei Tiere in Not Odenwald! Ektarina ist mittlerweile auf eine Pflegestelle umgezogen und das berichtet ihre Pflegestelle. Ektarina kann einfach Zucker sein. Herdenschützer Typisch ist Ektarina ein sehr ruhiger Typ, der aber klar abwägt, von wem sie sich etwas sagen lässt und von wem nicht. Hat Ektarina ihre Menschen akzeptiert, ist sie der liebste Hund der Welt, schmust sehr gerne und ist zu jedem freundlich. Andere Hunde braucht Ektarina nur bedingt, mit entsprechendem Platz läuft sie aber auch super in

der gemischten Gruppe mit Rüden und Hündinnen mit. Ein Haus mit Grundstück, auf das Ektarina aufpassen darf und Menschen, die ihre Genetik zu schätzen und damit umzugehen wissen, wäre toll.

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

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

Foto: TINO



Ektarina

Tiere in Not Odenwald e.V. | Tel. 06063/939848

www.tiere-in-not-odenwald.de



Chepi

TIERHERBERGE EGELSBACH (PM). Chepi sucht seine Menschen, die ihm das vertrauen geben, entspannt die Welt zu entdecken.

- Rasse: Schäferhund Mix
- Geburtsjahr: 09.2021
- Farbe: schwarz beige
- Geschlecht: männlich
- Größe: mittelgroß
- kastriert: ja

Chepi ist kein Superheld und braucht deshalb am besten einen Ersthund, an dem er sich orientieren kann.

Zu Beginn des Spaziergangs ist Chepi noch ziemlich aufgeregt und läuft ständig um einen rum. Nach einer kurzen Zeit hat er sich eingelaufen und hat aber dafür einen ganz guten Vorwärtsdrang. Mit ein bisschen Übung und regelmäßigen Spaziergängen wird sich Chepi bestimmt etwas mehr entspannen können. Vielleicht ist auch der Besuch einer Hundeschule zu empfehlen, die die neuen Besitzer etwas unterstützt. Der große Kerl sucht standfeste Menschen, die mit ihm die Welt erobern möchten.

Foto: Marion Büttner

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

Tel. 06103-49336 | E-Mail: hunde@tierherberge-egelsbach.de



Bea

TSV SELIGENSTADT (PM). Bea sucht ein neues Zuhause mit Freigang. Bea, eine hübsche Bengal-Hauskatzen-Mix-Dame wurde im Juni 2024 geboren. Sie ist eine liebe und sehr verschmuste Katze. Sie verträgt sich gut mit anderen Katzen, spielt und kuschelt mit ihnen. Menschen begegnet sie anfangs argwöhnisch und wenn ein fremder Mensch ins Zimmer kommt, ist kann es vorkommen, dass sie erst einmal verschwunden ist. Ihre neuen Men-

schen brauchen etwas Geduld, bis sie „auftaut“. Bea ist Freigang gewohnt und sollte deshalb in eine ruhige Gegend ziehen.

Mehr Informationen zu Bea erhalten Sie beim Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. auf der Homepage: <https://tsvseligenstadt.de>; per Tel.: 06182-26626 ODER auch gerne per Mail: info@tsvseligenstadt.de

Foto: TSV

Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V.

<https://tsvseligenstadt.de> | Tel.: 06182-26626

E-Mail: info@tsvseligenstadt.de



Die Jobsite
mit dem Social Media Boost

RheinMainVerlag

Jetzt
NEU!



Mitarbeiter finden

Job suchen

Jobmailer
abonnieren

Nutzen Sie unseren Social Media Boost

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



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

Ihr Weg zu uns

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



Ein Produkt der

EGRO MEDIENGRUPPE



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