



NEUE ZEITUNG HEUSENSTAMM

Nr. 03 / 2025 · 2. Jahrgang · Samstag, 18. Januar 2025

Nachrichten aus und für Heusenstamm

Rhein Main Verlag sagt allen Kunden, Partnern und Freunden „Danke schön“ für 10.000 Euro-Spende

„Durch Ihre/Eure Unterstützung ist es dem Rhein Main Verlag wieder gelungen den Verein krebskranker und chronisch kranker Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar zu unterstützen“

Obertshausen (NZH) Die alljährliche Weihnachts-spendenaktion für den VKKD, die der Rhein Main Verlag, der zur EGRO Mediengruppe gehört jedes Jahr ins Leben ruft, war dank großer Hilfsbereitschaft der Kunden, Partner und Freunde wieder ein voller Erfolg. Von allen zu dieser Aktion geschalteten Anzeigen geht ein Anteil an den VKKD. Dieser wird dann durch Bernd Maas, Geschäftsführer und Inhaber der EGRO Mediengruppe, sowie ehrenamtliches Vorstandsmitglied des VKKD, verdoppelt und großzügig aufgerundet.

Viele Familien, die um die Gesundheit ihrer krebskranken oder chronisch kranken Kinder bangen, hat der Verein seit seiner Gründung 1987 schon begleitet, und hilft, wo er kann:

Für die erkrankten Kinder werden Psychomotorik, Musiktherapie und künstlerisches Gestalten angeboten und sie erhalten professionelle Hilfe, die Krankheit emotional besser zu verarbeiten. Er bietet zudem den Eltern und Geschwisterkindern psychosoziale und familientherapeutische Unterstützung an. Außerdem werden die Familien organisatorisch und auch finanziell entlastet. Kurzgefasst, der Verein steht betroffenen Familien mit Rat und Tat in diesen schweren Situationen zur Seite.



Im Bild (v.l.): Fritz-Georg Freiherr von Ritter (Geschäftsführer und Schatzmeister des VKKD), Bernd Maas (Vorstandsmitglied des VKKD), Angelika Hofferberth (Geschäftsleitung des Rhein Main Verlags) und Markus Rusam (Vorstandsmitglied des VKKD) bei der Spendenübergabe im Hause EGRO. (Foto: SH)

Der VKKD finanziert sich schließlich durch Spenden. Die meisten Mitarbeiter*innen sind ehrenamtlich tätig, deshalb sind Aktionen wie diese so

wichtig für den gemeinnützigen Verein. Eine Herzensangelegenheit ist dieses Engagement besonders für die Geschäftsführerin des Rhein Main Ver-

lages Angelika Hofferberth, die unser Weihnachtsprojekt jedes Jahr persönlich leitet. Mit Ihrer Spende haben auch Sie die Möglichkeit, die wich-

tige Arbeit des gemeinnützigen Vereins zu unterstützen:

Spendenkonto: Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar e.V. (VKKD); Stadt- und Kreissparkasse Darmstadt
IBAN: DE17 5085 0150 0006 0022 00
BIC: HELADEFIDAS
Volksbank Darmstadt
IBAN: DE62 5089 0000 0000 7777 06
BIC: GENODEFIVBD

An der Spende beteiligt sind:

- AB Capitalmanagement
- Aledius GmbH
- Assekuranz & Finanzmakler.de
- Autohaus M.A.X.
- B&W Kopiertechnik Service und Vertriebs GmbH
- Bauhaus Bad Vilbel
- DHC media Hess & Co. GmbH
- Druck- und Pressehaus Nauemann GmbH & Co. KG
- easy Apotheke Dieburg
- Easy Apotheke Mühltal
- Edeka Deckenbach
- Frankfurter Volksbank
- Flamme Möbel GmbH
- J. Wiest & Söhne GmbH
- Konstroffer Vermögensverwaltung GmbH & Co. KG
- LifeBalance
- Odenwälder Journal Medienhaus GmbH
- Optalio GmbH
- Optik Seitenblick GmbH
- Phoenix Ring Manufaktur
- Dental bauer GmbH
- Rechtsanwalt & Notar Marcel Schator
- REWE Michael Weisbrod oHG
- Schöner Wohnen Kuhn GmbH & Co. KG
- Sparkasse Darmstadt
- Stadt Obertshausen
- Stadt Heusenstamm
- Super Tipp Medien GmbH
- Ventar Immobilien AG
- Wollweber Rechtsanwälte
- Beates Blumeneck
- Dahler & Company
- Dahler Company Frankfurt
- Friedrich Klucke
- Egro-Direktwerbung GmbH
- Rhein-Main-Post
- MAC GmbH

ENGEL ELEKTROMOBILE
Der e-Fachhandel, Familienbetrieb seit 2009 für:
LAUTLOS DURCH RHEIN-MAIN e-Bike, e-Scooter, e-Lastenräder, e-Mobile, e-Service!

Starten Sie Energiegeladen ins neue Jahr Mit Ihrem neuen eBike! Auch Inzahlungnahme möglich
Inspektion schon gebucht? Mit Hol & Bring Service?
30% auf unseren gesamten Bestand, auch die Top-Modelle
Für Pendler, Tourer und Stadtfahrer! Unsere Winteraktionen!

e-Scooter: 20km/h mit Lithium Akku ca. 30km Reichweite Vorführfahrzeug ca. 185km Neu € 1.499,- Ang. € 999,-	Komfortabel mit Bosch System & Nabenschaltung Neu € 2.899,- Ab € 1.999,-	Doppelte Reichweite mit doppeltem Akku Auch als Herrenrahmen Neu € 5.899,- Ang. € 3.499,- Und vieles mehr!	Pfautec 3 Rad Deutsche Qualität Neu € 4.099,- Ang. € 2.999,-	Eine neue Art der Unabhängigkeit: Dreirad, Vierrad Ab € 1.799,-
---	--	---	--	--

Probefahrt 63303 Dreieich/Dr'hain, Gleisstraße 3, am REWE
Hier >>> Tel: 06103 386 9449, www.elektromobile-rhein-main.de

Ambulante Pflege

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Beratung und Anleitung
- Soziale Betreuung u. Unterstützung
- Organisation u. Dokumentation
- Hauswirtschaft

CELIUS
Intensivpflege GmbH
Friedhofstraße 90
63263 Neu-Isenburg
06102-3525 620
info@celius.de

Beilagen-Hinweis
In der heutigen Ausgabe finden Sie Beilagen folgender Firmen
(einige Beilagen finden Sie nur in Teilen der Ausgabe):
Alldrink, Edeka, LIDL, Netto, XXXLutz

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung
RheinMainVerlag

DAHLER
Ihr Immobilienmakler in Hanau und Offenbach
DAHLER Hanau / Offenbach dahler.com/hanau
T 06181 99 11 970

Zur Website:

19. JAN
2025

Beginn 16 Uhr



INFOABEND GEBURTSHILFE

Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne

Die Geburt eines Kindes ist ein natürliches und sehr persönliches Ereignis. Die geburtshilfliche Klinik der Asklepios Klinik Langen lädt Sie herzlich zum Infoabend ein. Die Oberärztinnen der Klinik präsentieren die Abläufe einer Geburt und stehen für Ihre Fragen zur Verfügung.

Information unter:
Tel.: 06103 / 912-615 07

gyn.langen@asklepios.com
www.asklepios.com/langen



Asklepios Klinik Langen, Röntgenstr. 20, 63225 Langen

Eine
Anmeldung
ist nicht
erforderlich

Stiftung „Miteinander Leben“ sucht engagierte Personen

Im Jubiläumsjahr um den Integrationspreis bewerben

Die Stiftung „Miteinander Leben“ blickt auf ihr 25-jähriges Bestehen zurück. Seit einem Vierteljahrhundert werden Projekte in den Bereichen Bildung, Erziehung, Völkerverständigung, Jugend- und Altenhilfe, Kunst und Kultur sowie Naturschutz finanziell unterstützt. Alle zwei Jahre vergibt die Stiftung zusätzlich den Integrationspreis – inzwischen bereits zum elften Mal. Dabei wird zwischen gemeinnützigen Organisationen und Einzelpersonen abgewechselt.

In diesem Jahr wird der Integrationspreis der Stiftung „Miteinander Leben“ für Einzelpersonen, die sich in steuerbegünstigten gemeinnützigen Vereinen, Organisationen oder sonstigen gemeinnützigen Einrichtungen um die Integration von ausländischen Menschen verdient gemacht haben, ausgeschrieben. Ab sofort können Personen

vorgeschlagen werden oder sich selbst bewerben. Die vorgeschlagenen Personen sollen im Kreis Offenbach wohnen und die Organisationen im Kreisgebiet tätig sein. Der Preis ist mit 2.500 Euro dotiert. Die Verleihung ist am Dienstag, 4. November 2025, geplant.

Vorschläge sind schriftlich bis zum 11. April 2025 an die Stiftung „Miteinander Leben“, Geschäftsführer Markus Härtter, Werner-Hilpert-Straße 1, 63128 Dietzenbach, zu richten. Dabei müssen Art, Umfang, Ziel und Verlauf des Engagements deutlich erkennbar sowie ausreichend erläutert und dokumentiert sein. Weitere Informationen über die Stiftung „Miteinander Leben“ und den Integrationspreis können im Internet unter www.stiftung-ml.de/integrationspreis abgerufen werden. Über die Verleihung des Preises entscheidet eine Jury.

Duales Studium oder Ausbildung?

Einblicke und Chancen beim Infotag der Finanzverwaltung am Campus Süd in Frankfurt

Frankfurt (PM) Das Studienzentrum der Finanzverwaltung und Justiz lädt alle Interessierten am Mittwoch, 22. Januar, von 16 bis 20 Uhr zum Infotag auf den Campus Süd, Theodor-Heuss-Allee 106, 60486 Frankfurt am Main ein. Eingeladen sind Schülerinnen und Schüler, Eltern, Quereinsteigerinnen und Quereinsteiger sowie alle, die sich für die vielfältigen Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten in der Hessischen Finanzverwaltung interessieren.

Der moderne Campus punktet mit seiner verkehrsgünstigen Lage nahe der Frankfurter Messe. Er ist bequem erreichbar mit dem Bus, der direkt vor der Tür hält, über den nahegelegenen Bahnhof Frankfurt West oder über die Autobahn 648.

Highlight des Tages

Ein besonderer Höhepunkt ist der Auftritt der bekannten Influencer-Zwillinge Julian & Luka bekannt aus Germany's Next Topmodel, die in einem spannenden Quiz live gegeneinander antreten. Die Besucherinnen und Besucher haben hier die Möglichkeit, attraktive Preise zu gewinnen.

Vielfältiges Programm

Der Infotag bietet ein abwechslungsreiches Programm: Praxisvorlesungen, die zeigen, wie interessant und relevant Steuern und Gesetze im Alltag sind.

Geführte Rundgänge, bei denen die modernen Studienräume und die attraktive Lernatmosphäre des Campus vorgestellt

werden.

Speed-Dating: In kurzen Gesprächen geben Dozierende und Anwärterinnen und Anwärter Einblicke in Studium und Praxis. Sie stehen für Fragen bereit und bieten wertvolle Tipps für den Einstieg.

Bewerbungstraining: Fachleute der Finanzverwaltung helfen bei der optimalen Vorbereitung auf eine Bewerbung. Alle Teilnehmenden erhalten am Ende des Trainings ein Zertifikat.

Viele Karrieremöglichkeiten

Neben der Steuerverwaltung und Justiz sind auch der Landesbetrieb Bau und Immobilien Hessen (LBIH), das Hessische Competence Center (HCC) und die Hessische Zentrale für Datenverarbeitung (HZD) mit einem Stand vertreten und stellen ihre Karriereangebote vor.

Ein Coffee-Bike bietet frische Kaffeespezialitäten, dazu gibt es eine Auswahl an Snacks. Als besonderes Extra erhalten die Besuchenden Goodie-Bags zum Mitnehmen.

Direkt vor Ort bewerben

Am Infotag können sich Besucherinnen und Besucher direkt vor Ort bewerben. Einfach die üblichen Bewerbungsunterlagen mitbringen und an einem ersten Auswahlgespräch teilnehmen.

Das Studienzentrum der Finanzverwaltung und Justiz verspricht einen spannenden und informativen Tag für alle, die mehr über Ausbildung und duale Studiengänge erfahren möchten. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen!

Närrisch feiern, vernünftig fahren

Auch in der Karnevalszeit gilt das Motto „Don't drink an drive“

(djd) Ob Karneval, Fasching oder Fastnacht: Rund um den Rosenmontag geht es in vielen Gegenden Deutschlands hoch her – mit Umzügen, Sitzungen und Bällen auf der Straße und in den Kneipen. Fast immer fließt dabei reichlich Alkohol. Wer darauf nicht verzichten will, sollte das Auto lieber gleich zuhause lassen. Sonst ist unter Umständen am Aschermittwoch nicht nur die Party vorbei, sondern auch der Führerschein weg.

Das sagt das Gesetz

„Alkohol liegt neben anderen Faktoren wie überhöhter Geschwindigkeit auf Platz 4 der häufigsten Unfallursachen“, weiß Dr. Kirsten Heitland, Bereichsleitung bei TÜV Hessen. Das Gesetz setzt deshalb ge-

naue Grenzen: „Ab einem Wert von 0,5 Promille ist das Führen eines Kraftfahrzeuges verboten. Für Fahranfänger bis zum 21. Geburtstag gilt in der Probezeit die 0,0 Promillegrenze“, so die Expertin. Bis 1,09 Promille gilt ein Verstoß als Ordnungswidrigkeit und wird mit zwei Punkten in Flensburg, 500 Euro Strafe sowie einem Monat Fahrverbot geahndet. „Ab einer Fahrt mit 1,1 Promille befinden wir uns im Bereich der Straftaten. Jedoch kann sich ein Fahrer auch bereits ab 0,3 Promille strafbar machen, wenn es zu Ausfallerscheinungen oder einem Unfall kommt“, betont Heitland. Ab 1,6 Promille oder bei mehrfachen Trunkenheitsfahrten droht außerdem die Medizinisch-Psychologische Untersuchung (MPU) – Informationen dazu gibt es unter

www.tuev-hessen.de.

Faustformel für Promillewerte

Für feierwütige Jecken bedeutet das: am besten gar nichts oder mit viel Verstand trinken. Um den Promillewert abzuschätzen, hilft eine grobe Faustformel: „Beim Konsum von 0,2 Liter Bier kann man von einer Blutalkoholkonzentration von 0,1 Promille ausgehen, 0,1 Liter Wein oder ein Pinnchen Schnaps führen ebenfalls zu 0,1 Promille“, erklärt die Expertin.

„Aber Achtung: Für eine genauere Berechnung muss das Geschlecht, das Gewicht und die Zeit des Konsums berücksichtigt werden. Im Internet gibt es dafür verschiedene Promillerechner.“

Restalkohol beachten

Doch auch wer nach der Party brav mit dem Bus nach Hause fährt, sollte am nächsten Tag möglichen Restalkohol im Blick haben. Dazu Heitland: „Innerhalb von einer Stunde bauen sich circa 0,13 Promille wieder ab. Trinkt also ein 80 Kilo schwerer Mann 0,2 Liter Bier, ist dieses in etwa einer Stunde neutralisiert. Wenn man jedoch an einem Abend sehr viel trinkt und beispielsweise 1,6 Promille erreicht, braucht es circa 13 Stunden, bis der Alkohol vollständig abgebaut ist.“

In diesem Fall reichen fünf Stunden Schlaf nicht aus, um wieder fahrtüchtig zu sein.“ Im Zweifel gilt dann immer: Nicht närrisch handeln und das Auto lieber stehen lassen.



In der „fünften Jahreszeit“ sollten nicht nur die Fahrer der Karnevalswagen nüchtern bleiben, sondern auch alle anderen Jecken, die noch ein Fahrzeug führen wollen. Foto: djd/TÜV-Hessen/Patrick Poendl



Das moderne Campus Gebäude lädt Besucherinnen und Besucher ein, sich über aktuelle Studiengänge und Ausbildungsmöglichkeiten in der Finanzverwaltung zu informieren. (Foto: SZROF)

Kreis Offenbach verlässt Kurznachrichtendienst X

Kreis Offenbach (NZH) Der Kreis Offenbach wird ab sofort keine Informationen mehr auf dem sozialen Netzwerk X veröffentlichen. Seit September 2010 nutzte die Kreisverwaltung den Kurznachrichtendienst. Seither hat sich die Plattform zur Bühne für Demokratiefeindlichkeit und rechtsextremen Propaganda entwickelt.

Informationen über den Kreis Offenbach können auf www.kreis-offenbach.de abgerufen werden. Jeden Samstag verspricht die Kreisverwaltung einen Newsletter mit den Themen der Woche. Dieser kann unter www.kreis-offenbach.de/kreis-kompakt bestellt werden. Weiterhin werden auch die Sozialen Netzwerke, Facebook und Instagram, genutzt.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Jubiläum in der Stadtverwaltung

Norbert Herdt feiert 25-Jähriges

Heusenstamm (NZH) In diesem Jahr feiert Norbert Herdt sein 25-jähriges Dienstjubiläum bei der Stadt Heusenstamm (offizielles Datum am 1. Januar). Seine Berufsausbildung zum Zentralheizungs- und Lüftungsbauer schloss er mit seinem Gesellenbrief im Jahr 1990 ab. Im Anschluss arbeitete er in seinem erlernten Beruf bei einer Fachfirma für Gas- und Wasserinstallationen in Offenbach.

Seit Juli 1999 ist Herdt beim Magistrat der Stadt Heusenstamm beschäftigt. Zunächst war er als Hausmeister im Kultur- und Sportzentrum Martinsee eingesetzt, bis er im Januar 2000 zu den Heusenstammer Stadtwerken in die Wasserversorgung wechselte; hier ist er heute noch als Fachkraft tätig. Herdts Passion ist die Feuerwehr. Von 2003 bis 2008 war er stellvertretender Wehrführer, bevor er im April 2008 Wehr-



Herzliche Gratulation zum 25-jährigen Dienstjubiläum! Norbert Herdt (Mitte mit Urkunde) mit Bürgermeister Steffen Ball (3.v.r), Erstem Stadtrat Uwe Michael Hajdu (l.) sowie Kolleginnen und Kollegen. (Foto: Regine Dinkelborg/Magistrat)

führer in Heusenstamm wurde – dieses Amt begleitete er bis März 2023. Seine ehrenamtliche Feuerwehrlaufbahn begann bereits im Jahr 1983 in der Jugendfeuerwehr. 1986 legte er die Prüfung der Leistungsspange (das höchste Abzeichen der deutschen Jugendfeuerwehr)

ab und wurde 1990 in den aktiven Dienst übernommen. Im Jahr 2000 erhielt er das Feuerwehrleistungsabzeichen in Silber und 2008 das silberne Brandschutzehrenzeichen. Im Jahr 2023 wurde er zum Ehrenwehrführer ernannt.

In einer offiziellen Feierstun-

de gratulierten Bürgermeister Steffen Ball, Erster Stadtrat Uwe Michael Hajdu, stellvertretender Personalleiter Christian Zilch, Personalratsvorsitzende Heike Gutjahr, Gleichstellungsbeauftragte Gundi Wilz sowie viele Kolleginnen und Kollegen ganz herzlich.

Gemeinschaft mit positiven Effekten

Informationsabend „Gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppe“ am Donnerstag, 23. Januar

Heusenstamm (NZH) Am Donnerstag, 23. Januar, lädt die Stadtverwaltung in Zusammenarbeit mit dem Selbsthilfebüro Offenbach zum kostenfreien Informationsabend „Gesundheitsbezogene Selbsthilfegruppe“ ein. Der Infoabend findet im Sitzungssaal des Rathauses, Im Herrngarten 1, statt; Beginn ist um 18 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Jasmin Heine, städtische Senioren- und Sozialberaterin, und Tom Schüler vom Selbsthilfebüro Offenbach haben kompetente Expertinnen und Experten eingeladen, die sich mit wirkungsvoller Selbsthilfe gut auskennen. Zu Beginn des

Infoabends gibt Schüler allgemeine Informationen über Selbsthilfegruppen und erläutert die Voraussetzungen für eine Gruppengründung sowie Unterstützungsmöglichkeiten bei der Gründung durch die jeweils regional zuständige Selbsthilfekontaktstelle.

Außerdem wird Jörg Engelhardt zu Gast sein, der bereits seit vielen Jahren einer Selbsthilfegruppe für depressive Männer in Obertshausen angehört und diese auch gegründet hat. Er berichtet von seinen Erfahrungen und steht im Anschluss gerne für Fragen von interessierten Zuhörerinnen und Zuhörern, die mit dem Gedanken spielen sich einer

Selbsthilfegruppe anzuschließen oder selbst eine zu gründen, zur Verfügung.

Erwartet wird auch Marion Sehr, Dipl. Psychologin und psychologische Psychotherapeutin aus Seligenstadt, die eine eigene Praxis betreibt und zudem „Kopf“ des Seligenstädter Bündnisses gegen Depression ist. Sie erzählt aus ihrem therapeutischen Alltag und wird die Bedeutung einer Selbsthilfegruppe im Krankheitsbild Depression beleuchten.

„Wir möchten mit dieser Veranstaltung alle interessierten Bürgerinnen und Bürger, die sich mit dem Thema Selbsthilfe auseinandersetzen, ansprechen und gute und praxisnahe

Anregungen vermitteln. Denn die möglichen Themen und Fragen, die mit der Gründung von gesundheitsbezogenen Selbsthilfegruppen zusammenhängen, sind äußerst vielfältig. Egal welcher Schwerpunkt die Gäste bewegt, wir freuen uns sehr über eine rege Teilnahme,“ sagt Heine.

Für Fragen zur Veranstaltung im Vorfeld oder im Nachgang sind Jasmin Heine von der städtischen Senioren- und allgemeinen Sozialberatung, Telefon 06104 607-1128, soziales@heusenstamm.de und Tom Schüler vom Selbsthilfebüro Offenbach, Telefon 069 824162, selbsthilfe.offenbach@paritaet-projekte.org erreichbar.

Evangelische Jugend stellt Jahresprogramm 2025 vor

Heusenstamm (NZH) Unter dem Motto „Finde heraus, was dir gut tut“ hat die Evangelische Jugend im Dekanat Dreieich-Rodgau ein vielfältiges und inspirierendes Jahresprogramm veröffentlicht. Mit spannenden Workshops, erlebnisreichen Freizeiten und kulturellen Highlights lädt das Programm Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene ein, neue Erfahrungen zu machen und wertvolle Gemeinschaft zu erleben.

Für Jugendliche, die Verantwortung übernehmen möchten (Juleica) die ideale Grundlage. Spätere Gruppenleiterinnen und Freizeitteamer können zwischen einem kostenlosen siebenteiligen Kurs an Samstagen quer durchs Jahr oder einem einwöchigen Grundkurs in den Herbstferien vom 13. bis 19. Oktober wählen.

Der kompakte Grundkurs bietet nicht nur praxisnahe Tipps und kreative Methoden, sondern auch die Möglichkeit, sich eine Woche lang in der Jugendbildungsstätte „Flensunger Hof“ in Mücke mit rund 100 anderen Jugendlichen auszutauschen, Freundschaften

zu schließen und mit frischem Wissen und inspirierenden Ideen in die eigene Gemeinde zurückzukehren. Für 245 Euro umfasst das Programm Workshops zur Leitung von Gruppen, Konfliktmanagement, rechtlichen Grundlagen, pädagogischen Kompetenzen – und verspricht neben etlichen weiteren Themen jede Menge Spaß.

Zur Verlängerung der „Juleica“ und zur Fortbildung gibt es weitere Angebote, wie den Workshop „Kochen für große Gruppen“ am ersten September-Wochenende, bei dem Teilnehmende lernen, effizient, lecker und hygienisch einwandfrei auf Freizeiten und Zeltlagern zu kochen. Zudem findet am 4. Dezember eine Canva-Schulung statt, die Fähigkeiten zur Gestaltung beeindruckender Grafiken und zur Optimierung des Social-Media-Auftritts vermittelt. Auch vier Termine zu Kinderschutz-Schulungen, ein Puppenspiel-Workshop (22. März) und ein großer Teamer-Tag am 24. Januar 2026 (!) sind im Jahresverlauf eingeplant.

Erstmalig angeboten wird ein Seelsorge-Workshop, der er-

fahrene Teamer*innen darauf vorbereitet, junge Menschen in Krisen zu begleiten und dabei auf die eigene psychische Gesundheit zu achten. Interessierte können jetzt schon ihr Interesse anmelden, ein Termin dafür wird noch bekannt gegeben.

Genuss und Vielfalt: Besondere Angebote

Ein kultureller Höhepunkt des Jahresprogramms neben verschiedenen Musikprojekten und dem Sommerfest ist das „Soulsister-Festival“ am Samstag, 8. März, in Dreieich. Anlässlich des Weltfrauentags feiern Mädchen und junge Frauen einen Tag voller Weiblichkeit, Genuss und Vielfalt. Von spannenden Momenten über kreative Workshops bis hin zu anregenden Gesprächen bietet das Festival von 16 bis 22 Uhr ein abwechslungsreiches Programm.

Abenteuer erleben: Freizeiten und Ferienspiele

Das Jahresprogramm umfasst zudem zwölf Freizeiten und Ferienspiele, Basteltage und Bibelwochen für Kinder, die vor allem in den Oster-, Sommer- und Herbstferien stattfinden. Für Jugendliche und

junge Erwachsene gibt es sechs weitere Freizeiten in den Sommerferien, darunter Abenteuer in Südfrankreich, Strandurlaub auf Sylt und entspannte Tage an der Ostsee. Egal ob Action, Erholung oder kreative Projekte – hier ist für jede und jeden etwas dabei.

Auch bei knappem Budget bleibt keiner daheim

Wichtig ist der Evangelischen Jugend, dass niemand ausgeschlossen wird, auch wenn das Budget knapp ist: „Ruf uns an, wir finden eine Lösung“, ermutigen die beiden Dekanatsjugendreferenten Stefan Seib-Melk und Carsten Preuß. Das Programmheft mit allen Details steht auf der Website des Evangelischen Dekanats Dreieich-Rodgau (www.dreieich-rodgau.ekhn.de) zum Anschauen und zum Download bereit.

Für Fragen und Anregungen sind die Dekanatsjugendreferenten unter der Telefonnummer (06074) 48461-11 oder -12 oder per E-Mail an stefan.seibmelk@ekhn.de oder carsten.preuss@ekhn.de erreichbar. Anmelden können sich Interessierte über Links / QR-Codes zu den einzelnen Angeboten.

„Finde Dein neues Lieblingsstück!“

Kleidertausch-Event am 24. Januar

Heusenstamm (NZH) Unter diesem Motto lädt der Heimat- & Geschichtsverein mit den Naturengel und den Katholischen Frauen Heusenstamm alle interessierte Bürgerinnen und Bürger aus Heusenstamm und der Region zur nächsten „Kleidertausch-Party“ am Freitag, 24. Januar, ein.

Die Veranstaltung findet von 19 bis circa 21 Uhr im Pfarrheim St. Cäcilia, Schloßstraße 8 statt.

Damit knüpfen die Organisatoren an den großen Erfolg aus dem letzten Jahr an.

Jede*r bringt schöne und gut erhaltene Kleidungsstücke mit, die er oder sie nicht mehr trägt. Im Gegenzug darf man aus der gesammelten Kleidung neue Teile wählen. Restbe-

stände können nach Ende der Veranstaltung wieder abgeholt werden oder werden von den Organisatoren gleich für das nächste Event aufbewahrt.

Dieses Mal zusätzlich mit „Faschings-Special“: „Bringt und tauscht auch Eure Faschingskostüme! Alles für die anstehende 5. Jahreszeit.“

Durch die Kleidertauschaktionen wird die Lebensdauer von Kleidungsstücken auf spaßige Art verlängert und in lockerer Atmosphäre wird das Ganze zu einem schönen Event.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Weitere Informationen & die Regeln für ein spannendes Event gibt es per Mail an info@dienaturengel.de oder auf unserer Seite www.dienaturengel.de

Wirtschaftsleben in Heusenstamm

Unternehmensbesuch bei Cacciato Schuhmacher und Schlüsseldienst

Heusenstamm (NZH) Seit Jahresbeginn hat Salvatore Cacciato (links) sein neues Ladengeschäft in der Frankfurter Straße 58 eröffnet; vorher war er viele Jahre lang mit seinem Schuh- und Schlüsseldienst im REWE Center in der Werner-von-Siemens-Straße angesiedelt. Er kümmert sich um die Pflege und Repara-

tur von Schuhen und bietet zudem Schleif- und Gravurarbeiten sowie Uhren- und Schlüsselservice an. Bürgermeister Steffen Ball (rechts) besuchte Cacciato in seinen neuen Räumlichkeiten und brachte ein extra gebackenes Brot mit Salz und Glückscent als Mitbringsel zur Eröffnung mit. (Foto: Magistrat)



Das Asklepios Pflegeportrait Rhein-Main

Stefanie Lehner - Krankenschwester und zentrale Praxisanleiterin

Obertshausen (NZO) „Wenn unsere Auszubildenden ihr Examen bestehen bin ich fast genauso stolz und glücklich wie diese jungen Menschen“. Stefanie Lehner ist Krankenschwester und Teamleitung der zentralen Praxisanleiterin der Asklepios Klinik Seligenstadt. Sie leitet ein Team von insgesamt 5 freigestellten Praxisanleitungen, die sich ausschließlich um die praktische Ausbildung von Pflegefachkräften kümmern.

Mit der Neugestaltung des Pflegeberufgesetzes im Jahre 2020 wurde der Schwerpunkt der praktischen Ausbildung deutlich verstärkt und in die Verantwortungen der Kliniken verlegt. Neben 2100 Theoriestunden, die in den Asklepios Bildungszentren durch Pflegepädagogen erbracht werden sind mindestens 2500 Stunden praktische Ausbildung vorgeschrieben. Diese werden intensiv durch Praxisanleitungen betreut, deren Zusatzqualifikation rund 460 Stunden umfasst. Jährlich



sind von den Praxisanleitungen mindestens 24 Stunden berufspädagogische Fortbildungen nachzuweisen.

Stefanie Lehner hat 1999 noch den Beruf der Krankenschwester erlernt und die Entwicklung über die Gesundheits- und Krankenpflege zur heutigen Pflegefachkraft miterlebt. Die gemeinsame Arbeit mit dem Pflegenachwuchs hat Lehner animiert, diesen Prozess nicht nur zu begleiten, sondern auch

zu gestalten. „Es macht mir einfach Spaß, anderen mein Wissen weiterzugeben und die Entwicklung und die Erfolge der Auszubildenden mitzuerleben“, beschreibt Lehner ihre Motivation. Hierfür hat sie 2002 die Weiterbildung zur Praxisanleitung absolviert.

Aber sie hat nicht nur die Verantwortung für die Auszubildenden übernommen, sondern auch als Teamleitung für die Praxisanleiterinnen. „Mit einem tollen Team, das hervorragend zusammenarbeitet lassen sich die Aufgaben sehr gut bewältigen. Gemeinsam begleiten wir die Auszubildenden in der Praxis, erarbeiten Lernaufgaben und nehmen schließlich noch gemeinsam mit den Pflegepädagogen die praktischen Prüfungen ab.“

Ergänzend hat Lehner noch eine Fortbildung zum Skills-Instructor absolviert: „Dies befähigt mich, mit Auszubildenden Lern- und Übungseinheiten in den modernen Simulationslaboren unserer Bildungszentren durchzuführen“. Auch wenn

Klinik und Ausbildung immer moderner werden, für den Pflegeberuf, wie für Ihre Auszubildenden hat Lehner einen Grundsatz: „Wir müssen mit Leib und Seele Pflegekräfte und vor allem Menschenfreunde sein“.

Aber auch sie sieht sich noch nicht am Ende Ihrer Ausbildung: „Ich würde gerne noch mehr Kompetenzen erwerben um hier auch mein Team professionell führen zu können. Das ist das Schöne an unserem Beruf, man kann sich stetig weiterentwickeln und findet neue Herausforderungen“.

Mit über 160 Standorten bundesweit bieten die Asklepios Kliniken ein umfassendes Spektrum an Versorgungsangeboten und zahlreichen Einsatzmöglichkeiten für qualifizierte Pflegekräfte an. Auch die Kliniken im Rhein-Main-Gebiet, mit den Standorten in Langen, Lich, Seligenstadt und Wiesbaden, bieten herausragende Entwicklungs- und Karrieremöglichkeiten im Pflegebereich. Frank Schmitz, Koordinator

Geburtstagskinder

18.01. Manuela Greb, 70 Jahre
19.01. Klaus Fröhlich, 80 Jahre
20.01. Margarete Schü, 90 Jahre
22.01. Joachim Glienke, 70 Jahre

Apotheken-Notdienst

- 18.01. Lauterborn Apotheke**
Richard-Wagner-Straße 93, Offenbach, Tel.: 069/842999
- 19.01. Buchrain Apotheke am Stadt Krankenhaus**
Isenburgring 42, Offenbach, Tel.: 069/98340125
- 20.01. Flora Apotheke**
Dreieichstr. 27, Obertshausen, Tel.: 06104/71650
- 21.01. Linden Apotheke**
Hegelstr. 2, Heusenstamm, Tel.: 06104/61130
- 22.01. Cäcilien Apotheke**
Frankfurter Str. 41, Heusenstamm, Tel.: 06104/3709
- 23.01. Bahnhof Apotheke**
Bahnhofstr. 21, Obertshausen; Tel.: 06104/41503
- 24.01. Apotheke am Torbau**
Frankfurter Str. 32, Heusenstamm, Tel.: 06104/924717

für Fachkräftegewinnung und -sicherung, betont: „Durch unsere Bildungszentren bietet Asklepios nicht nur eine umfassende Ausbildung, sondern auch maßgeschneiderte Fort- und Weiterbildungsangebote. So werden Pflegekräfte optimal auf die vielfältigen Herausfor-

derungen vorbereitet. Freistellungen und Kostenübernahmen unterstützen sie dabei bestmöglich.“ Weitere Informationen und Kontaktmöglichkeiten finden Interessenten auf der Homepage <https://www.asklepios.com/>

(Foto: Asklepios)

Demokratie und Dialog in der frühen Bildung

Wertvolle Hilfe für pädagogische Fachkräfte

Heusenstamm (NZH) „Gemeinsam Vielfalt Leben – Demokratie und Dialog von klein auf“ ist der Titel der neusten Publikation, die im Rahmen des Projektes „Glaube.Gemeinsam. Gestalten.“ im Evangelischen Dekanat Dreieich-Rodgau entstand. Die Broschüre richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die haupt- und ehrenamtlich in der frühkindlichen Bildung, also in Kitas, aber auch in Kinder- und Jugendgruppen, aktiv sind und sich für demokratische und diversitätsorientierte Ansätze in der frühen Bildung engagieren.

„In unseren Kindertagesstätten kommen Kinder und Erwachsene unterschiedlicher Religionen zusammen. Diese Vielfalt möchten wir für alle fruchtbarer machen. Unsere neue Broschüre bietet dafür ein tolles Handwerkszeug“, sagt die Pfarrerin für Ökumene Sandra Scholz. „Es geht darum, Menschen nicht auszuschließen, sondern sie in ihrer Vielfalt anzuerkennen und alle Kinder gleichermaßen zu stärken – sowohl in ihrer eigenen Identität als auch in ihrer Gemeinschaft miteinander“, setzt Christine Großböbger, eine der beiden Geschäftsführerinnen im Bereich Kindertagesstätten im Dekanat hinzu. Dabei gelte es aber auch, „die ei-



Früh übt sich: Die Broschüre „Gemeinsam Vielfalt leben“ dient dazu, den Lernort für Demokratie und multireligiösen Dialog in Kindertagesstätten zu stärken.

(Foto: Kunert, Dekanat Dreieich-Rodgau)

genen Dominanz- und Machtverhältnisse sehen zu lernen und anzuerkennen, dass alle Religionen gleichwertig sind und viele Gemeinsamkeiten haben“, betont Dagmar Gendera, Inhaberin der Projektstelle zur Förderung interreligiösen Dialogs „Glaube.Gemeinsam. Gestalten.“. Auf diese Weise, so fährt sie fort, „lernen auch Kinder, einander in ihrer Unterschiedlichkeit zu akzeptieren“. Mit Hilfe konkreter Ideen und Maßnahmenvorschläge wollen die Autorinnen und Autoren der Broschüre „Gemeinsam Vielfalt Leben – Demokratie und Dialog von klein auf“ einen Beitrag dazu leisten, demokrati-

sche Lernprozesse anzustoßen und Lust zu machen, verschiedene Glaubenswelten zu entdecken. Im praktischen Teil der Broschüre wird dabei ganz konkret beschrieben, wie gelungene Vielfalt für Kinder erfahrbar gemacht werden kann. Zusätzlich steht im Evangelischen Dekanat Dreieich-Rodgau eine „interreligiöse Schatzkiste“ für die Arbeit mit Kindern unentgeltlich zur Ausleihe bereit. Die Broschüre hat einen Umfang von 53 Seiten und kann kostenlos über das Evangelische Dekanat Dreieich-Rodgau bezogen werden. Ermöglicht wurde die Publikation durch die Förderung des Hessischen

Landesprogramms „Hessen aktiv für Demokratie und gegen Extremismus“. Das interreligiöse Begegnungsprojekt „Glaube. Gemeinsam. Gestalten.“ im Evangelischen Dekanat Dreieich-Rodgau fördert den Dialog unterschiedlicher Glaubensrichtungen mit dem Ziel, stereotypen Zuschreibungen entgegenzuwirken. Hierzu dienen auch Fortbildungen des pädagogischen Fachpersonals der 18 Kindertagesstätten im Dekanat, in denen rund 750 Kinder betreut werden. Unterstützt wird diese Initiative vom Landesprogramm „Hessen für Demokratie und gegen Extremismus“.

HELAU!

Bücher zum Thema Fasching, Fastnacht, Karneval

In der Stadtbücherei Heusenstamm gibt es viele Bücher, die sich mit dem Thema Fasching, Fastnacht oder Karneval beschäftigen. Es gibt Romane, die in der Karnevalszeit spielen und es gibt Sachbücher, die Tipps zum Schminken, Verkleiden, aber auch Informationen über die fünfte Jahreszeit geben.

Hier eine kleine Auswahl:
Dailey: Maskerade.
Grimes: Karneval der Toten.
Pausewang: Karneval und Karfreitag. Die Geschichte der Doris Luna.
Wouk: Nie endet der Karneval.
Zuckmeyer: Die Fastnachtsbeichte.

Hörbücher:
Der Karneval der Tiere, gelesen von Michael Quast

Sachbücher:
Aichert: Wir feiern Fasching, Fastnacht, Karneval.
Boase: Meine große Schminkwerkstatt. Schritt für Schritt: 50 tolle Tipps zum Schminken und Maskieren.
Dickinson: Spaß beim Schminken und Verkleiden.
Funky Faces: Gesichtsbemalung ohne Grenzen.
Holl: Maskiert in die tollen Tage.
Landa: Die Verkleidungskiste: Originelle Bastel- und Spielidee.
Ross: Mein lustiges Schminkbuch

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.



Russon: Schminken und lustige Kostüme.
Snazaroo: Phantastische Schminkidee.
Tanaka: Verkleiden, maskieren, schminken.
Thalheim: Lustige Masken kinderleicht. Mit Vorlagebogen.
Thalheim: Schminken für Kinder: 12 Schminkvorschläge.
Toll geschminkt von Kopf bis Fuß: Phantastische Schminkbilder
Utter-Adams: Kinderfeste. Tolle Ideen für jeden Monat.

Also, wer noch nach einer Idee zum Kostümieren, Maskieren oder Schminken braucht, sollte schnell in die Stadtbücherei Heusenstamm kommen. Natürlich können Sie auch in unsere Koch- und Ernährungsbücher schauen, wenn der „Tag danach“ gar zu schlimm geworden ist. Hier findet sich der ein oder andere nützliche Tipp gegen Augenränder oder gegen einen Kater.

Gospelchor-Workshop

Heusenstamm (NZH) Am Samstag, 25. Januar, 10-14 Uhr findet der Workshop im Familienzentrum, Leibnizstraße 57 in Heusenstamm statt.

Am Sonntag, 26. Januar, bringt man das Gelernte um 10 Uhr im Gottesdienst in der evangelischen Gustav-Adolf-Kirche, Frankfurter Straße 80 in Heusenstamm, zu Gehör. Wirklich jeder, egal welchen Alters und welcher Vorkenntnisse (oder auch gar keine Vorkenntnisse) sind sehr herzlich willkommen! Geleitet wird der Workshop von David-Christian Sixt. Er studiert an der HfMDK Frank-

furt Musik auf Lehramt für Gymnasien mit Schwerpunkt Chorleitung. Den Gospelchor der evangelischen Kirchengemeinde Heusenstamm leitet er seit 2019. Des Weiteren singt er in zahlreichen Chören und Ensembles, wie z.B. dem „Kammerchor der HfMDK Frankfurt“ und dem Projektchor „MainVokal“ und der Acapella Band „4xDelay“.

Anmeldung unter: kirchengemeinde.heusenstamm@ekhn.de. Kosten: 5 Euro pro Person (Unterstützung ist möglich, dazu bitte Pfarrerin Corinna Klodt anschreiben: Corinna-Anne.Klodt@ekhn.de).

Impressum

NEUE ZEITUNG
HEUSENSTAMM

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH, Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen, Tel. 061 04 - 66 72 04 - 0, info@rheinmainverlag.de, Geschäftsführung: Bernd Maas, Angelika Hofferberth
Erscheinungsweise: Samstag in Heusenstamm
Büro: Bieberer Str. 137, 63179 Obertshausen
Redaktion: Silke Theurer (V.i.S.d.P.)
E-Mail: redaktion@heimat-zeitungen.de
Redaktionsschluss: Dienstag, 12.00 Uhr
E-Mail Anzeigen: anzeigen@heimat-zeitungen.de
Anzeigenschluss: Dienstag, 12.00 Uhr
Layout, Anzeigensatz und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG, Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH, Obertshausen, Tel. 061 04 - 49 70 - 0

Neujahrsempfang der FDP Heusenstamm

Heusenstamm (NZH) Die FDP Heusenstamm lädt sehr herzlich ein zum Neujahrsempfang 2025 am Sonntag, 19. Januar, 11 Uhr, im kleinen Festsaal des Hinteren Schöllschens, Im Herrngarten 3.

Es sprechen Uwe Klein, Vorsitzender der FDP Fraktion im Stadtparlament, Mitglied des

Kreistages und Ernestos Varvaroussis, FDP-Direktkandidat zur Bundestagswahl im Wahlkreis 184, Vorsitzender des FDP-Kreisverbandes Offenbach Land.

Wie immer besteht Gelegenheit, beim anschließenden Umtrunk über die Themen in der Stadt und im Land zu sprechen.





FENSTER HARTMANN
Wir haben was gegen Einbrecher:
Sichere Fenster!
Sicherheits vom Profi: Keine Chance für Einbrecher!
Infos hier  fb-h.de
Sprendlinger Landstr. 71 • 63069 Offenbach a.M. • T 069 846000

KFZ-ANKAUF
WIR KAUFEN JEDES FAHRZEUG
JEDE MARKE • JEDES ALTER • JEDER ZUSTAND
PKW BUSSE GELÄNDEWAGEN WOHNMOBIL UNFALLWAGEN MOTORRAD
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

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**



Kreißsaalführungen auch sonntags

So., 19. Januar, um 16 Uhr: Oberärztinnen der Asklepios Klinik Langen informieren werdende Eltern über die Abläufe einer Geburt

Langen (PM) Diese Veranstaltung bietet zukünftigen Eltern die Gelegenheit, den Kreißsaal zu besichtigen und sich umfassend über die Abläufe einer Geburt in der Klinik und die medizinische Expertise und Betreuung im Krankenhaus zu informieren.

Natürlich kommen bei der Veranstaltung die Möglichkeiten der Schmerz lindering unter der Geburt bis hin zur PDA (rückenmarksnahe Anästhesie) oder verschiedene Damm-schutzmethoden ebenso zur Sprache wie z. B. die, zur Auswahl stehenden Gebärpositionen im Entbindungsbett, der Geburtswanne, dem Gebärseil- oder Gebärhocker. Dr. Helga Rockstroh und Claudia Priewe informieren dabei als erfahrene

Oberärztinnen der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe z.B. auch über das Vorgehen bei einem geplanten Kaiserschnitt, oder die Anwendung der sog. „Äußeren Wendung“, bei der Kinder in Beckenendlage sanft in die Schädelkapsel gedreht werden können, sodass eben kein Kaiserschnitt erfolgen muss. Bei all diesen Themen ist es unserem Team der Geburtshilfe wichtig, die werdenden Väter oder die jeweilige Vertrauensperson der werdenden Mutter schon im Vorfeld mit einzubeziehen und sie informieren gerne über die auf der Geburtstation bereitstehenden Elternzimmer. Bei der abschließenden Führung durch die Kreißsäle und die Geburtstation haben die Teilnehmenden dann die Möglichkeit, sich vor Ort selbst eine Bild von der Klinik für Geburtshilfe in Langen zu machen. (Foto: Asklepios) Weitere Information unter: www.asklepios.com/langen

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

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

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

Ich Beate 69 J., leider verwitwet, bin e. ruhige, hübsche, natürliche Frau, sauber und gepflegt, ich koche sehr gerne u. gut, beruflich habe ich lange in der mobilen Altenpflege gearbeitet. Die Einsamkeit ist nicht einfach für mich, deshalb suche ich pv einen netten Mann bis ca. 80 J., für den ich da sein darf. ☎ 0157 - 75069425

Herr Kunzmann kauft an: Pelze aller Art, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernsteinschmuck, Perücken, Puppen, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Ferngläser, Bleikristalle, Kleidung, Orden, Gobelins, Messing, Bilder, Zinn, Silberbesteck, Krüge, Teppiche, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Bücher, Möbel, Gardinen, auch Haushaltsauflösungen, kostenlose Beratung und Anfahrt sowie Werteschatzung. Zahle absolute Höchstpreise, 100% seriös und diskret, Barabwicklung vor Ort vor Mo. - So. 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104/9879935

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

Ich, Vera, 78 J., seit kurzem verwitwet, suche pv einen guten Witwer (Alter egal) hier aus der Region. Ich bin gepflegt, habe eine sehr schöne, schlank, frauliche Figur, mag die gemütliche Häuslichkeit, die Natur, bin lebensfroh, fleißig u. zärtlich und eine gute, sichere Autofahrerin. Wir könnten getrennt oder auch gern zusammen wohnen. ☎ 0151 - 62913877

Lebensversicherungen - BGH-Urteil Geldregen für Versicherte!

Wenn Sie eine Kapitallebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – denn es geht um viel Geld! In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, ohne Abzug der viel zu hohen Maklerprovisionen und Verwaltungskosten der Versicherungsgesellschaften. Das Beste dabei: Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern, selbst dann, wenn Ihnen Ihre Unterlagen nicht mehr vollständig vorliegen.

Auf Grund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versiche-

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



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

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorfser

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

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

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

Rezepttipps für den Veganuary So schmeckt's garantiert

Schon mal vom Veganuary gehört? Diese Initiative inspiriert jedes Jahr weltweit Millionen Menschen, im Januar vegan zu essen. Die vegane Küche ist alles andere als langweilig – das zeigen die folgenden Rezeptideen:

Mediterranes Ofengemüse

Zucchini, Paprika, Karotten und Champignons klein schneiden, mit der Gemüse Würzmischung von WIBERG marinieren und im Ofen garen – so entsteht mediterraner Genuss.

Quetschkartoffeln

Oder probieren Sie Quetschkartoffeln: Gekochte Kartoffeln zerdrücken, im Ofen backen und mit der WIBERG Kartoffel Würzmischung, bestehend aus Kümmel, Knoblauch und leichter Kräuternote, verfeinern. Ein geschmackliches Highlight!

Noch ein Tipp: Die vegane Burger & Sandwich Sauce ist der perfekte Dip. Mit WIBERG Gewürzmischungen und Saucen wird die vegane Küche zu einem vielseitigen Genuss für jeden Geschmack.

Entdecken Sie die WIBERG Produkte im Onlineshop: wow-shop.wiberg.eu/de-DE. Mit dem Code Veganuary gibt es sogar bis 15. Februar 15% Rabatt auf alle Produkte.



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

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

Familie Strauss kauft
Pelze und Nerze aller Art, Alt- und Bruchgold, Goldschmuck, Zahngold, Altgold, Leder- und Krokotaschen, Figuren, Eisenbahnen, Gold- und Silbermünzen, Silber, Krüge, Zinn, Bernsteinschmuck, Porzellan, Schallplatten, Nähmaschinen, Taschenuhren, Möbel, Haushaltsauflösungen. Kostenlose Besichtigung und kostenlose Anfahrt sowie Werteschatzung. Zahle Höchstpreise, Bar und vor Ort. 100% seriös, 100% zuverlässig. Von 8-21 Uhr ☎ 069-66059493

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

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

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

Suche altes Deutsches Motorrad oder Moped Auch defekt und Teile. Zahle bar bei Abholung ☎ 01522 8598919

Pflege und Betreuung Daheim, da kann ich Ihnen helfen! Seit 7 Jahren kümmere ich mich um ältere Menschen Ich koche, putze, helfe beim An- und Auskleiden und verrichte sonstige Aufgaben im Haushalt zuverlässig. ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

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

Planung ist die halbe (Camper-)Miete

ADAC erklärt, worauf es beim Wohnmobil mieten ankommt

Frankfurt (NZO) Am Jahresanfang beginnen viele mit der Urlaubsplanung, denn frühzeitiges Buchen schont den Geldbeutel. Auch Campingfans, die in der Hauptsaison verreisen wollen und kein eigenes Fahrzeug besitzen, sollten rechtzeitig ein Mietfahrzeug buchen. Der ADAC erklärt, was es zu beachten gilt.

Wer in der Hauptsaison verreisen möchte, sollte das Wohnmobil mindestens sechs Monate im Voraus buchen – das schont den Geldbeutel und erhöht die Chancen, dass das gewünschte Fahrzeug verfügbar ist. Bei kurzfristigen Buchungen muss mit bis zu 15% höheren Mietpreisen gerechnet werden, wohingegen Frühbucher von Rabatten profitieren. Eine frühzeitige Reservierung ist auch bei Campingplätzen in beliebten Regionen zu empfehlen. Eine umfassende Übersicht und die Möglichkeit zur Buchung gibt's auf pincamp.de, dem Campingportal des ADAC. Tipp: Sollen auf der Reise viele

Kilometer zurückgelegt werden, bieten sich häufig Tarife mit höherer Tagesmiete ohne Kilometerbegrenzung an. Bei kürzeren Routen kann es günstiger sein, kilometergenau abzurechnen. Es lohnt sich, beide Optionen zu vergleichen! Abhängig von den individuellen Bedürfnissen wird das Fahrzeugmodell ausgewählt. Während sich Camper Vans für Alleinreisende, Paare oder kleine Familien eignen und Flexibilität bieten, zeichnen sich Wohnmobile durch mehr Platz und erhöhten Komfort aus. Folgende Fragen unterstützen bei der Entscheidungsfindung: Für wie viele Personen muss der Innenraum Platz bieten? Sind Haustiere dabei? Ist ein häufiges Wechseln der Stellplätze vorgesehen? Gibt es größere Gegenstände, wie Fahrräder und Surfbretter, die Stauraum benötigen?

Sofern nicht bereits vorhanden, sollte Zubehör wie Campingmöbel, Geschirr, Ersatzsicherungen und Wasserschlauch angemietet werden. Um eine Überladung zu ver-

meiden, müssen die Achslasten und das zulässige Gesamtgewicht berücksichtigt werden. Letzteres spielt auch hinsichtlich der benötigten Fahrerlaubnis eine Rolle. „Wohnmobile mit bis zu 3,5 Tonnen dürfen mit dem Führerschein Klasse B gefahren werden, ab 3,5 bis 7,5 Tonnen wird die Klasse C1 benötigt“, erklärt Andrea Schumacher-Fichtner, Leiterin Unternehmenskommunikation und Tourismus beim ADAC Hessen-Thüringen. „Wer ohne die notwendige Fahrerlaubnis fährt, macht sich strafbar.“ Besondere Vorschriften gelten bei Gespannen sowie für Inhaber älterer Führerscheine. Eine Übersicht hat der ADAC hier zusammengestellt. Bei längeren Strecken kann es sinnvoll sein, einen zusätzlichen Fahrer anzumelden.

Für Wohnmobilreisen im Ausland, zum Beispiel in den USA, Kanada und Australien, genügt meist ein Führerschein der Klasse B. Allerdings gibt es häufig weitere Vorschriften, wie ein gewisses Mindestalter des Fahrers. Auch sollte geprüft

werden, ob ein internationaler Führerschein benötigt wird. Wie bei allen Verträgen gilt: Sorgfältig lesen und das Kleingedruckte beachten! Formulierungen wie „zusätzliche Reinigungskosten“ oder „Instandsetzung“ sollten kritisch hinterfragt werden, da hierdurch zusätzliche Kosten bei der Rückgabe entstehen können. Bei Anbietern mit kleineren Fahrzeugflotten kann die Aufnahme einer Bereitstellungsgarantie sinnvoll sein. Wird das Wohnmobil bei einer Privatperson angemietet, muss im Fahrzeugschein der Vermerk „Selbstfahrervermietfahrzeug“ eingetragen sein. Der Mietvertrag sollte Informationen über regionale Einschränkungen des Versicherungsschutzes, (Rück-) Zahlung und Höhe der Kautions sowie zum Selbstbeteiligungsanteil im Schadensfall enthalten.

Tipp: Bei Buchung über bestimmte Anbieter, wie GoTravelHome, ist ein Null-Selbstbehalt-Ausschluss für alle versicherten Schäden im Mietpreis enthalten.

Lebenswert zu jeder Zeit

Malteser Hilfsdienst begleitet Menschen am Lebensende

Heusenstamm/Obertshausen (NZH) Ein Fotoalbum ansehen und Erinnerungen erzählen oder gemeinsam im Park sitzen scheint keine große Sache zu sein. Für die Betroffenen, die das Team LebensWERT des Malteser Hilfsdienst e.V. begleitet aber schon, denn diese Menschen sind am Ende ihres Lebens. Ein Vorbereitungskurs "Sterbende begleiten lernen" 2025 bereitet Ehrenamtliche auf diese besondere Aufgabe vor.

Am 22. Januar um 19 Uhr findet dazu ein Informationsabend in der Dienststelle der Malteser in Obertshausen (Bieberer Str. 131) statt.

Haupt- und Ehrenamtliche Mitarbeiter stellen die Arbeit des Dienstes vor.

Petra Wenig-Wefers (auf dem Bild rechts) und Filipa Sickmüller (zweite von rechts) sind die Koordinatorinnen für Erwachsene-



Das hauptamtliche Team freut sich über weitere ehrenamtliche Mitarbeiter. Von links nach rechts: Alexander Rudolf (Leitung), Anita Lotz (Trauerkoordinatorin), Daniela Göbel (Koordination Kinderhospizdienst), Filipa Sickmüller und Petra Wenig-Wefers (Beide Koordinatorinnen im Erwachsenenospizdienst) vorn: Therapiebegleithund Willi. (Foto: privat)

nen Betroffene und stimmen überein." Wir brauchen unterschiedliche Menschen für die Begleitung. Frauen und Männer, Berufstätige sowie Rentner und Menschen mit unterschiedlicher Herkunft und Muttersprachen."

Der Kurs bereitet die Ehrenamtlichen darauf vor in der Häuslichkeit, im Pflegeheim und im Krankenhaus zu begleiten.

Weiterhin können sich Interessierte auch für die Begleitung von lebensverkürzt erkrankten Kindern und ihren Familien qualifizieren, da der Dienst in Stadt und Kreis Offenbach auf diesem Gebiet tätig ist.

Wer sich für eine Mitarbeit interessiert, kann sich unverbindlich zum Informationsabend anmelden per E-Mail an lebenswert.offenbach@malteser.org oder telefonisch unter 06104/6695810 anmelden.

Fürsorge –
bei uns stets im Programm

Ihr Bestattungshaus
in Heusenstamm

06104 / 25 45

www.pietaet-sattler.de

PIETÄT SÄTTLER
S. Kirchner Bestattungen
Heusenstamm

Kath. Kirchen Heusenstamm

Samstag, 18. Januar

17.15 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

17.30 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

18.15 Uhr: Vorabendmesse Kirche Maria Himmelskron

Sonntag, 19. Januar

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, 21. Januar

9.00 Uhr: Hl. Messe Kirche St. Cäcilia

Mittwoch, 22. Januar

7.00 Uhr: Ökumenische Morgenmeditation Kirche St. Cäcilia

16.00 Uhr: Rosenkranzgebet Marienkapelle

17.30 Uhr: Rosenkranzgebet Kirche Mariä Opferung

18.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Mariä Opferung

Donnerstag, 23. Januar

8.30 Uhr: Gebetskreis Maria Kö-

nigin des Friedens Kirche Maria Himmelskron

9.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron

15.00 Uhr: Hl. Messe und an-schl. Seniorennachmittag Kirche Mariä Opferung

Freitag, 24. Januar

12.00 Uhr: Eucharistische Anbetung Kirche Maria Himmelskron

18.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron

Samstag, 25. Januar

17.15 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

17.30 Uhr: Rosenkranzgebet und Beichtgelegenheit Kirche Maria Himmelskron

18.15 Uhr: Vorabendmesse Kirche Maria Himmelskron

Sonntag, 26. Januar

9.30 Uhr: Hl. Messe Kirche St. Cäcilia

11.00 Uhr: Hl. Messe Kirche Maria Himmelskron

18.30 Uhr: Hl. Messe Kirche Mariä Opferung

Heusenstamm-Rembrücken

Ev. Kirchengemeinde Heusenstamm

Sonntag, 19. Januar

10.00 Uhr: Gottesdienst mit Pfarrerin Susanne Winkler

Montag, 20. Januar

15.00 Uhr: Gottesdienst mit Abendmahl im Seniorenzentrum Herderstr.85 mit Pfarrerin

Susanne Winkler

Dienstag, 21. Januar

12.00 Uhr: Mittagsgebet in der ev. Kirche

14.15 Uhr: Gottesdienst Tagespflege Dreiklang mit Pfarrerin Susanne Winkler



Letzter „Lichtblick“ Ende Januar

Heusenstamm (NZH) In der bekannten „Lichtblick“-Reihe gibt es die letzte Veranstaltung der aktuellen Serie. In die Pfarrkirche St. Cäcilia in Heusenstamm wird für Donnerstag, 30. Januar, um 19.30 Uhr eingeladen. Eine halbe Stunde bietet Gelegenheit, inzuhalten und aufzuatmen, Hoffnung und Stärkung von Gott her zu erfahren. Der Kirchenraum ist farbig angestrahlt. Es gibt Live-Musik und Impuls-Texte aus der Bibel. Die Künstlerin Edith Hemberger

hat Bibel-Aquarelle vorbereitet, die projiziert werden. Den Abschluss der immer wieder gut besuchten Veranstaltung bildet ein Segensgebet. Der „Lichtblick“ ist eine Zusammenarbeit mit dem Förderverein Balthasar-Neumann-Heusenstamm. Die Bilder können im Original betrachtet und die Motive am Ausgang der Kirche als Postkarte erworben werden. Der Eintritt ist frei.

(Foto: Förderverein Balthasar-Neumann-Heusenstamm e.V.)

www.rheinmainverlag.de

Ihre
Onlinezeitung

RheinMainVerlag

VERBRAUCHERTIPPS

Anzeige

Design auf den Punkt gebracht – „Red Dot Award“ für innovatives Wassersystem

(epr) Gilt der Oscar als höchste Anerkennung unter den Filmschaffenden, so ist der „Red Dot Award“ das Pendant in puncto Design. Die Premiummarke BLANCO hat die begehrte Trophäe gleich für drei Neuheiten, die für den Wasserplatz in der Küche entwickelt wurden, erhalten. Vor allem das Wassersystem „BLANCO CHOICE.All“ mit der in vier eleganten Farben erhältlichen Armatur „BLANCO ICONA“ besticht auf der ganzen Linie: Per Dreh- und Fingertipp liefert „BLANCO ICONA“ gefiltertes Wasser – gekühlt in still, medium-sprudelnd oder voll sprudelnd sowie auf Knopfdruck auch kochend heißes Wasser. Ein LED-Ring dient der optischen Kontrolle der Wasserart. Mehr über den hochwertig ausgestatteten Küchenwasserplatz gibt es unter www.homeplaza.de/blanco

Designprämiert mit dem „Red Dot Award“: Das Wassersystem „BLANCO CHOICE.All“ mit der in vier eleganten Farben erhältlichen Armatur „BLANCO ICONA“ begeistert auf der ganzen Linie.



Foto: epr/BLANCO

Schaut aus wie ein normaler Pool. Dabei ist der TeichMeister-Naturpool schonend für den Menschen, nachhaltig zum Schutz von Ressourcen und sparsam für den Geldbeutel.



Foto: epr/Balena GmbH – TeichMeister Partnerverbund

Der feine Unterschied – Wie ein Naturpool Bedenken über privates Badevergnügen im eigenen Garten abtauchen lässt

(epr) Erfrischende Oase, Fitnessbereich und Hingucker: Ein Pool im eigenen Garten trumpft stets mit unschlagbaren Argumenten auf. Dennoch halten sich Bedenken bezüglich hoher Betriebskosten, Pflegeaufwand, Nachhaltigkeit und fast täglichem Kontakt mit Chlor hartnäckig, sodass sich viele Gartenbesitzer vor der Entscheidung für ihr privates Badevergnügen scheuen. Wie einfach diese Bedenken über Bord geworfen werden können, zeigen die Naturpools des TeichMeister-Partnerverbundes. Optisch ist ein Naturpool nicht von einem herkömmlichen Schwimmbecken zu unterscheiden. Den feinen Unterschied macht die Aufbereitung des Wassers. Während dafür üblicherweise Chlor zum Einsatz kommt, zeigt sich eine biologische Filteranlage im Naturpool als schonende Lösung. Für noch mehr bedenkenlosen Badespaß sollte eine Poolabdeckung nicht vergessen werden, denn sie bietet Sicherheit, minimiert den Pflegeaufwand und beugt Wasserverdunstung vor. Mehr unter www.gardenplaza.de/teichmeister

All-in-one Balkonkraftwerk-Lösung – Innovativer Speicher für Balkonkraftwerke macht Energie flexibel nutzbar und spart bares Geld

(epr) Der Installation kleiner Balkonkraftwerke in Mietwohnungen steht seit Juli 2024 nichts mehr im Weg. Ein positiver Trend, der im Alltag jedoch einen Makel besitzt: Wenn die Sonne am Mittag ihren Höhepunkt erreicht, ist häufig leider niemand zu Hause, um den umgewandelten Strom auch direkt verbrauchen zu können. Die Lösung bietet nun Ademax mit der innovativen RUNHOOD F2400, einer 3 IN 1 Balkonkraftwerk Powerstation für genehmigungsfreie Balkonkraftwerke, in seinem Onlineshop. Als bidirektionaler Wechselrichter funktionieren sowohl Laden als auch Einspeisen unkompliziert nur mit einer herkömmlichen Steckdose. Im Vorfeld sind daher keine aufwändigen Installationen notwendig. Die Speicherkapazität beträgt 2.400 Wh und lässt sich mit bis zu sieben Erweiterungsmodulen auf 19.200 Wh aufstocken. Übrigens lässt sich das Gerät auch komfortabel transportieren und z. B. beim Camping als praktische Powerstation nutzen. Mehr unter <https://ademax-strom.de>

Die innovative Powerstation mit bidirektionalem (800 W bis 2.400 W) Wechselrichter wird einfach in die Steckdose gesteckt. Somit funktionieren Laden sowie Einspeisen ganz unkompliziert über eine Steckdose und lassen sich über eine App zusätzlich individuell regulieren.



Foto: epr/Ademax

Mit einem Solarcarport von Solarterrassen & Carportwerk bietet sich eine innovative und stilvolle Lösung, um sich die Kraft der Sonne zu Nutze zu machen.



Foto: epr/Solarterrassen & Carportwerk GmbH

Die Zukunft unter Dach und Fach – Mit Solarcarport Strom produzieren und dauerhaft Kosten reduzieren

(epr) In Zeiten, in denen Klimawandel und Strompreiserhöhungen den Alltag mitbestimmen, gewinnt die Sonne als alternative Energiequelle an Bedeutung. Mit einem Solarcarport von Solarterrassen & Carportwerk lässt sich nicht nur ein Beitrag zur Energiewende leisten, sondern auch noch in mehrfacher Hinsicht profitieren. Die designstarken Carports sind mit Premium-Solarglasmodulen ausgestattet, die das Sonnenlicht in Strom für das eigene Hausnetz umwandeln. Stromüberschuss kann gespeichert oder an den örtlichen Betreiber verkauft werden. Der durchschnittliche Strombedarf eines 4-Personen-Haushalts lässt sich bereits bei einer Carport-Grundfläche von 36 m² decken. Doppelt effizient gestaltet sich ein Solarcarport für Besitzer von Elektrofahrzeugen: Die Sonnenkraft lässt sich auch in die Ladestation für das E-Auto einspeisen und abrufen. Ob nun große oder kleine Fläche, Doppelcarport oder angeschlossener Geräteraum – die Experten von Solarterrassen & Carportwerk beraten bei der individuell passenden Ausführung sowie zur möglichen staatlichen Förderung. Mehr unter www.solarcarporte.de

Ganz schön aufgeräumt –

Von der Natur inspirierte Badmöbel verbinden Funktionalität mit ästhetischem Design

(epr) Innovative Möbel von Villeroy & Boch sorgen für Ordnung im Bad! So umfasst z. B. die Kollektion Subway 3.0 Badmöbel in unterschiedlichen Größen mit Auszügen bis zu 51,6 cm Tiefe und praktischen Einteilungselementen sowie optionaler Beleuchtung. Ein Highlight ist das 1,70 m hohe Spiegelregal, das über seitliche Ablageflächen und eine Hängevorrichtung verfügt. Auch die puristische Serie Collaro kann mit unterschiedlichsten Waschtisch-Serien von Villeroy & Boch kombiniert werden. Vier neue, Natur-inspirierte Möbeloberflächen eröffnen einzigartige Designwelten: Während White Oak mit Eichen-Maserung für Ton-in-Ton-Inszenierungen mit anderen zarten Farbnuancen geeignet ist, setzt tiefschwarzes Black Oak markante Akzente. Wärme und Gemütlichkeit verspricht das neue Mattdekor Wine Red – Soft Green dagegen wirkt sanft, zurückhaltend und entspannend. Mehr unter www.homeplaza.de/villeroy-boch

Luftig-leichtes White Oak ist eine der vier neuen Trendoberflächen für die Badkollektionen Subway 3.0 und Collaro.

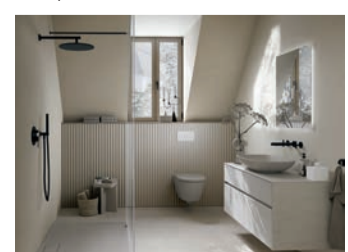


Foto: epr/Villeroy & Boch



Voglauser Naturholzmöbel sind perfekt für alle, die sich ein Stück Alpenfeeling in ihr Esszimmer holen wollen.



Fotos: epr/Voglauser

Quality time mit alpinem Flair – Mit Naturholzmöbeln aus Österreich wird das Esszimmer zur Genusszone

(epr) Am Esstisch kommen alle zusammen, hier findet Familie statt. Naturholzmöbel von Voglauser verstärken das Gemeinschaftsgefühl und setzen das Ambiente in einen alpinen Kontext. Materialien wie Naturhölzer, pigmentiertes Glas, Alpengranit, Loden und Leder erinnern an den letzten Urlaub in den Bergen und sorgen für gute Laune – schon beim Frühstück! Der Tisch aus Wildeiche, Stühle mit anschießendem Textilbezug, Beimöbel mit Glasfronten in eisiger Gletscher-Optik: Mit designstarken Möbellinien wie Vtektura kann man natürliche Archaik und Ursprünglichkeit mit modernem Wohnen prima vereinen. Dazu tragen nicht nur die raffinierten Materialkombinationen bei, sondern auch eine puristische Formensprache. Mehr unter www.homeplaza.de/voglauser



Gemeinsam sind wir stark: Bei einem romantischen Kurzurlaub gibt es immer wieder die ganz besonderen Momente. Foto: djd/www.urlaubsbox.com/Yaroslav Astakhov - AdobeStock

Ein romantischer Kurzurlaub kann an viele unterschiedliche Ziele führen Foto: djd/www.urlaubsbox.com/Tijana - stock.adobe.com

Momente der Freude zelebrieren

Mit einem romantischen Kurzurlaub können Paare ungemütlichen Zeiten trotzen

(djd). Dass wir aktuell in herausfordernden Zeiten leben, wird kaum jemand ernsthaft bestreiten. Umso wichtiger ist es, sich im Alltag immer wieder auf das Positive zu konzentrieren und die kleinen Momente der Freude zu zelebrieren und zu genießen.

Das erhöht die Zufriedenheit und lässt uns die positiven Aspekte des Lebens bewusster

wahrnehmen. Vor allem Paare wissen, dass gemeinsam und mit vereinten Kräften auch schwierige Phasen leichter bewältigt werden können. Eine liebevolle Partnerschaft, die Halt geben soll, muss allerdings immer wieder gepflegt werden – beispielsweise bei einer romantischen Auszeit vom Alltag.

Der Valentinstag am 14. Februar etwa ist eine Gelegenheit, dem Partner oder der Partnerin einen solchen Kurzurlaub zu schenken.

Bei einer Auszeit die Liebe pflegen oder neu entfachen

Wenn das Reiseziel für einen Romantikurlaub in Deutschland oder den Nachbarländern liegt, ist die Anreise bequem und es bleibt mehr kostbare Zeit für Zweisamkeit. Eine solche Romantikauszeit kann eine gute Idee sein für Paare, die sich gerade erst kennengelernt haben und nun mehr voneinander erfahren möchten. Aber sie eignet sich auch für Paare, die ihrer Beziehung eine stärkende

Auffrischung verpassen möchten. Bei innigen Stunden voller Zweisamkeit in charmanten Romantikhotels finden die beiden Menschen rasch Erholung und tanken neue Energie für den gemeinsamen Alltag.

Auf zu einem verträumten und entspannten Romantikurlaub

Inspirationen für eine romantische Auszeit gibt es etwa auf dem Portal www.urlaubsbox.com. Dort steht eine große Auswahl an Gutscheinen be-

reit. Wie wäre es beispielsweise mit einem verträumten Romantik-Wochenende in einem exklusiven Kuschelresort oder Luxushotel mit Candle-Light-Dinner, anregenden Massagen und vielen weiteren Beauty- und Wellnessangeboten?

Wer dagegen ein „Hotel mit Geschichte“ bucht, darf sich auf Übernachtungen in traumhaften Schlosshotels, Herrenhäusern und Gutshäusern freuen. Vor allem Liebhaber historischer Details werden das

Ambiente zu schätzen wissen. Auch kulinarische Genüsse kommen dabei nicht zu kurz: Die Restaurants der Hotels sind bekannt für bodenständige Schmankerl sowie internationale Delikatessen. Alle Gutscheine sind drei Jahre gültig.

Die buchbaren Hotels befinden sich in vielen reizvollen deutschen Regionen. Aber auch das benachbarte europäische Ausland ist mit Österreich, der Tschechischen Republik und Italien vertreten.

Schluss mit Blähungen, Völlegefühl, Magenkrämpfen Endlich Essen wieder genießen

Gut essen? Gerne! Aber bitte mit Genuss! Nur leider machen Blähungen, Völlegefühl und Magenkrämpfe manch gesellige Runde zur mühsam ertragenen Qual. Damit Genuss in Zukunft genießbar bleibt, hält die Natur eine Lösung bereit:

EINZIGARTIG KOMBINIERT FÜR SCHNELLE LINDERUNG

Bei Blähungen, Völlegefühl und Magenkrämpfen bringen GASTEO Magen-Tropfen mit sechs



Endlich wieder essen mit Genuss

wertvollen, bitterstoffhaltigen und beruhigenden Heilpflanzen schnelle Linderung. Bitterstoffe, in Wermut-, Benediktenkraut

oder Angelikawurzel enthalten, regen schon im Mund die Produktion von Verdauungssäften an.^{1,2} Die anderen drei Heilpflanzen, Gän-

sefingerkraut, Süßholzwurzel und Kamillenblüten, entspannen und nehmen den Druck aus dem Bauchbereich.

PRAKTISCH AUCH FÜR UNTERWEGS

GASTEO Magen-Tropfen im Dosierfläschchen sind eine einzigartig kombinierte erste Magenhilfe – auch für unterwegs. Nach erstem Gebrauch halten sie noch ganze zwölf Monate. Damit jederzeit und überall Essen ein Genuss bleibt.

Blähungen? Völlegefühl? Magenkrämpfe?
GASTEO®
hilft Deiner Verdauung über den Berg



Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!



PZN 10738439, AVP 10,89 €

1. Liszt et al. (2017) PNAS; 114(30), E6260-E6269; 2. Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunnattstraße 20, 76532 Baden-Baden

Wer sich jünger fühlt, sieht das Gürtelrose-Risiko oft nicht

55 Prozent der chronisch Erkrankten ist ihr erhöhtes Risiko nicht bewusst

(djd). Jede zweite Person im Alter zwischen 50 bis 60 Jahren fühlt sich jünger als sie tatsächlich ist, das ergab eine Umfrage anlässlich der „Fokuswoche Gürtelrose 2025“. Aufgrund der eigenen Alterswahrnehmung unterschätzen diese Menschen häufig ihr Gürtelrose-Risiko. Dabei erkrankt etwa jede dritte Person im Laufe des Lebens an der Nervenerkrankung. Der Erreger ruht nach einer – meist in der Kindheit – durchgemachten Windpockenerkrankung ein

Leben lang im Körper, kann nach Jahren ausbrechen und eine Gürtelrose auslösen. Neben dem Hautausschlag leiden Betroffene oftmals an starken Nervenschmerzen, die als Komplikation bei etwa 30 Prozent der Erkrankten monate- oder sogar jahrelang anhalten können („Post-Zoster-Neuralgie“). Das Risiko für eine Gürtelrose wird unter anderem durch ein nachlassendes Immunsystem im Alter und zusätzlich durch chronische Krankheiten erhöht.

Jede zweite Person fühlt sich jünger

52 Prozent der Befragten fühlen sich jünger als sie sind – aufgrund dieser positiven Sicht auf das Altern wissen 53 Prozent nichts über Gürtelrose und ihre altersbedingten Risiken. Nur 44 Prozent haben grundlegende Kenntnisse, wobei diese Zahl seit 2023 leicht gestiegen ist. Besonders gesunde und berufstätige Personen unterschätzen ihr Risiko: Eine

von drei gesunden befragten Personen macht sich keine Sorgen über sein Gürtelrose-Risiko.

Chronische Krankheiten erhöhen das Risiko zusätzlich

Personen mit chronischen Krankheiten haben ein um etwa 30 Prozent höheres Gürtelrose-Risiko als gesunde Menschen. In der Umfrage gaben 41 Prozent an, mit einer chronischen Krankheit zu leben.

Von diesen sind sich 55 Prozent nicht bewusst, dass diese das Gürtelrose-Risiko erhöht. Besonders gering ist das Risikobewusstsein bei Personen mit Lungen- oder Herzerkrankung: Etwa jeder Zweite ist sich des erhöhten Risikos nicht bewusst.

Bewusstsein schärfen

Die Umfrageergebnisse verdeutlichen den hohen Bedarf an Aufklärung – insbesondere bei Personen mit erhöhtem Risiko. Ziel der Fokuswoche

Gürtelrose ist es, das Bewusstsein für diese weitverbreitete, aber oft unterschätzte Erkrankung zu schärfen. Gerade ab einem Lebensalter von 50 aufwärts ist Vorsorge besonders wichtig, um die Lebensqualität möglichst lange zu erhalten. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt eine Gürtelrose-Impfung für alle Personen ab 60 Jahren sowie bereits ab 50 Jahren für Menschen mit einer Grunderkrankung wie zum Beispiel Diabetes, Asthma, COPD, Rheuma oder Krebs.



Viele Menschen zwischen 50 und 60 Jahren fühlen sich jünger, als sie tatsächlich sind. Aufgrund der eigenen Alterswahrnehmung unterschätzen diese Personen häufig ihr Gürtelrose-Risiko. Foto: djd/GSK/Shutterstock/Ground Picture



Hautausschlag kann ein äußerliches Symptom der Gürtelrose sein. Schlimmer sind für viele Betroffene die oft lang anhaltenden Schmerzen, die durch die Entzündung der Nerven verursacht werden. Foto: djd/GSK/Shutterstock/aslysun

Gesundheit

ANZEIGE

Verstopfung – was tun?

Unser Darm ist ein wahres Wunderwerk: Bis zum 75. Lebensjahr verarbeitet er mehr als 30 Tonnen Nahrung und ermöglicht so die Aufnahme lebenswichtiger Bestandteile wie Vitamine, Enzyme und Spurenelemente. Trotz seiner Leistungsfähigkeit ist der Darm jedoch auch hochsensibel. Bei Stress, einer ballaststoffarmen Ernährung oder mit zunehmendem Alter nimmt die Darmaktivität ab und der Transport der Nahrung im Darm gerät ins Stocken. Doch Forscher haben mit Kijimea Regularis PLUS jetzt ein Produkt entwickelt, das Hoffnung schenkt.

Kijimea Regularis PLUS enthält Methylcellulose und Psyllium, welches die normale Funktion des Darms unterstützt, hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten¹. Denn es quillt im Darm auf und dehnt die Darmmuskulatur so sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich² – planbar und zuverlässig. Außerdem enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für Ihren Darm.

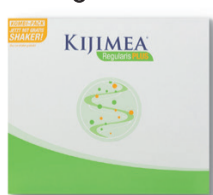
Kijimea Regularis PLUS lässt sich kinderleicht in den Alltag integrieren: ein- bis dreimal täglich einen Löffel des einzigartigen Granulats in ein Glas Wasser einrühren und trinken.³ Noch besser gelingt die Zubereitung im Shaker.



Für Ihre Apotheke:

Kijimea Regularis PLUS
(PZN 18598802)

www.kijimea.de



KIJIMEA
AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

^{1,3}Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • ²Das enthaltene Psyllium hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten.

Volkserkrankung Schwindelbeschwerden

Was helfen kann, wenn sich alles dreht



Schwindelbeschwerden sind eine echte Volkserkrankung. Wir erklären, wodurch Schwindel entsteht und wie natürliche Arzneitropfen namens Taumea (rezeptfrei, Apotheke) helfen können.

Wie entstehen Schwindelbeschwerden?

Chronische Schwindelbeschwerden entstehen häufig durch eine Störung im Nervensystem. Dadurch wird die Übertragung von Gleichgewichtsinformationen an unser Gehirn beeinträchtigt – Schwindelbeschwerden sind die Folge. Wichtig: Bei akuten, plötzlichen Schwindelbeschwerden sollte ein Arzt die Ursache abklären.

Natürliche Hilfe bei Schwindelbeschwerden

Wissenschaftler entwickelten einen speziellen Dual-Komplex, der bei Schwindelbeschwerden helfen kann. Dieser Dual-Komplex ist im natürlichen Arzneimittel Taumea enthalten. Er setzt sich zusammen aus den beiden Arzneistoffen Anamirta cocculus und Gelsemium sempervirens. Gemäß dem Arzneimittelbild kann Anamirta cocculus das Schwindelgefühl lindern. Gelsemium sempervirens kann Begleitsymptome wie Kopfschmerzen mildern. Die Arzneitropfen Taumea sind zudem gut verträglich, Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.

Exklusiver Tipp für Sie

Jetzt Taumea auf pureSGP.de bestellen und bis zu 13% sparen!



*gilt beim Kauf von mehreren Packungen

Abbildung Betroffenen nachempfunden

TAUMEA. Wirkstoffe: Anamirta cocculus Dil. D4, Gelsemium sempervirens Dil. D5. TAUMEA wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Besserung der Beschwerden bei Schwindel. www.taumea.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing