

# mein süd hessen

16

Die Mitmachzeitung  
am Wochenende!

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)

1. März 2025

Das Leben in und um Dietzenbach/Dreieich, Auflage 23.139

**DAHLER**

Ihr Immobilienmakler in  
Hanau und Offenbach

DAHLER Hanau / Offenbach [dahler.com/hanau](http://dahler.com/hanau)  
T 06181 99 11 970



Zur Website:



**SCHULE BILDUNGS-  
BERUF MESSE 2025  
STUDIUM RODGAU**

*gestalte deine Zukunft*

Sa. 08. März 2025  
10:00 - 15:00 Uhr  
Wiesbadener Straße

[www.bildungsmesse-rodgau.de](http://www.bildungsmesse-rodgau.de)

powered by  
STADT RODGAU RODGAU ZUKUNFT STADTWERKE RODGAU



Mehr auf Seite 2.

Foto: pexels/alina-rossoshanska

## Das heilige Jahr 2025

**myjob.de**  
Die Jobsite  
mit dem Social Media Boost



*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](mailto:info@celius.de)



# Das heilige Jahr 2025

(DRM). Das Jahr 2025 wird für die katholische Kirche und Millionen von Gläubigen weltweit ein besonderes Ereignis sein: das Heilige Jahr. Unter dem Leitwort „Pilger der Hoffnung“ lädt Papst Franziskus dazu ein, gemeinsam auf eine spirituelle Reise zu gehen. Dieses Heilige Jahr ist ein sogenanntes ordentliches Jubeljahr, welches alle 25 Jahre gefeiert wird und Rom zu einem zentralen Pilgerziel macht.

## Bedeutung des Heiligen Jahres

Die Tradition des Heiligen Jahres geht auf das Jahr 1300 zurück, als Papst Bonifaz VIII. ein besonderes Pilgerjahr für die Bürger Roms ausrief. Damals war noch nicht von einem „Heiligen Jahr“ oder „Jubeljahr“ die Rede, doch der Gedanke eines besonderen Zeitraums der Umkehr und Besinnung war geboren. Ursprünglich sollte dieses Ereignis nur alle 100 Jahre stattfinden, doch schon bald wurde der Rhythmus auf 50 und später auf 33 Jahre angepasst – als Anlehnung an das Lebensalter Jesu Christi. Schließlich legte Papst Paul II. im Jahr 1470 den festen Turnus von 25 Jahren fest, der bis heute gilt.

Zusätzlich zu den regulären Heiligen Jahren gibt es außerordentliche Jubeljahre, die ein Papst nach besonderem Anlass ausrufen kann. So rief Papst Franziskus zuletzt 2015/2016 das Jahr der Barmherzigkeit aus, um die Bedeutung von Mitgefühl und Vergebung in den Mittelpunkt zu stellen.

## Die Heilige Pforte und die vier Patriarchalbasiliken

Ein zentrales Symbol des Heiligen Jahres ist die Heilige Pforte des Petersdoms, die traditionell in der



Foto: pexels/peter-de-vink

Heiligen Nacht am 24. Dezember 2024 feierlich geöffnet wird. Diese besondere Tür, die nur während eines Jubeljahres zugänglich ist, symbolisiert den Weg zu Christus und die Einladung zur spirituellen Erneuerung. Neben dem Petersdom besitzen auch drei weitere große Kirchen Roms Heilige Pforten:

1. Santa Maria Maggiore

2. Sankt Paul vor den Mauern  
3. Lateranbasilika (San Giovanni in Laterano)

Pilger, die durch diese Pforten schreiten und sich mit einem reinen Herzen auf ihre Glaubensreise begeben, können den besonderen Ablass des Heiligen Jahres erhalten.

## Pilgerströme und die Vorbereitungen in Rom

Für das Heilige Jahr 2025 rechnet Rom mit einer gewaltigen Anzahl an Besuchern. Erwartet werden rund 45 Millionen Pilger und Touristen, die die Stadt und ihre heiligen Stätten besuchen. Schon das vergangene Jubeljahr 2000 brachte etwa 25 Millionen Menschen nach Rom, weshalb die Stadt umfassende Vorbereitungen trifft. Dazu gehören infrastrukturelle Maßnahmen, verbesserte Verkehrsverbindungen sowie eine verstärkte Organisation von Gottesdiensten und Veranstaltungen.

## Ein Jahr der Hoffnung und Erneuerung

Das Heilige Jahr 2025 steht ganz im Zeichen der Hoffnung und der spirituellen Reise. Es ist eine Einladung an Gläubige aus aller Welt, nach Rom zu pilgern, die Heiligen Pforten zu durchschreiten und sich auf eine tiefere Verbindung mit dem Glauben einzulassen. Durch seine lange Tradition und seine Bedeutung als Zeit der Versöhnung und Neuausrichtung bleibt das Jubeljahr ein zentrales Ereignis in der katholischen Kirche – ein Moment des Aufbruchs und der Gemeinschaft für Millionen von Menschen.

Die Kirche Santa Maria Maggiore in Rom steht als herausragendes Beispiel für die frühchristliche Basilika. Erbaut im 5. Jahrhundert, gehört sie zu den vier päpstlichen Basiliken der Stadt. Besonders beeindruckend sind die Mosaiken, die das Innere der Kirche schmücken und Szenen aus dem Alten Testament darstellen. Diese Kunstwerke zeugen von der langen Geschichte und der religiösen Bedeutung der Kirche. Ihre architektonische Gestaltung und die Fülle an historischen Kunstwerken machen Santa Maria Maggiore zu einem wichtigen Anlaufpunkt für Kulturinteressierte und Gläubige gleichermaßen.

Foto: pexels/saya-omar

# 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

Gestalte  
deine  
Zukunft

## SCHULE BILDUNGS- BERUF MESSE 2025 STUDIUM RODGAU

Sa. 08. März 2025

10:00 - 15:00 Uhr

Wiesbadener Straße

www.bildungsmesse-rodgau.de

powered by  
STADT RODGAU

# Genuss mit Wirkung (Teil 1)

Wie bestimmte Lebensmittel die Laune heben

Jeder kennt diese Momente, in denen man sich müde, angespannt oder einfach nur niedergeschlagen fühlt. Die gute Nachricht: Es gibt zahlreiche Lebensmittel und Getränke, die nicht nur den Körper, sondern auch die Seele nähren. Diese sogenannten „Mood-Foods“ können uns helfen, die Stimmung zu heben, Stress abzubauen und insgesamt positiver zu denken.

## Schokolade als Glücksmacher

Schokolade ist zweifellos eines der beliebtesten Lebensmittel, wenn es darum geht, sich besser zu fühlen. Der Grund dafür liegt in ihrer Zusammensetzung. Insbesondere dunkle Schokolade enthält viele gesunde Fette und Kakao, der die Produktion von Endorphinen anregt. Diese Hormone werden oft als Glückshormone bezeichnet, weil sie das Wohlbefinden steigern können. Zudem findet man in Schokolade die Aminosäure Tryptophan, die der Körper in das Glückshormon Serotonin umwandelt.

Doch Vorsicht: Nicht jede Schokolade wirkt gleich. Um von den positiven Effekten zu profitieren, sollte die Schokolade einen Kakaoanteil von mindestens 70 Prozent haben. Der Verzehr von großen Mengen Milkschokolade führt oft zu einem schnellen Anstieg des Blutzuckerspiegels, gefolgt von einem ebenso schnellen Abfall – was letztlich zu einer Verschlechterung der Stimmung führen kann.

## Der Klassiker: Die Banane

Die Banane ist nicht nur ein praktischer Snack für unterwegs, sondern auch ein natürlicher Stimmungsmacher. Sie enthält hohe Mengen an Vitamin B6, das unter anderem für die Produktion von Serotonin im Gehirn zuständig ist. Eine Studie der Universität von Oxford zeigt, dass Menschen, die regelmäßig Bananen konsumieren, weniger anfällig für Stimmungsschwankungen sind.

Neben Vitamin B6 sind auch Kalium und Magnesium in Bananen enthalten. Diese Mineralstoffe sind wichtig für die Nervenfunk-



Foto: Mirko Stuedter / Pixabay

tion und können helfen, Stress abzubauen. Ein weiterer Vorteil der Banane ist, dass sie leicht verdaulich ist und schnell Energie liefert. Vielleicht erklärt das ihre Beliebtheit bei Sportlern.

## Fische – das goldene Nahrungsmittel für die Psyche

Fische, insbesondere fettreiche Arten wie Lachs, Hering oder Makrele, sind reich an Omega-3-Fettsäuren. Diese Fette sind essenziell für die Gesundheit des Gehirns. Studien belegen, dass Menschen mit einer Ernährung reich an Omega-3-Fettsäuren ein geringeres Risiko haben, an Depressionen zu erkranken. Omega-3-Fettsäuren unterstützen die Funktion der Zellmembranen von Nervenzellen und fördern die Bildung von Neurotransmittern – Botenstoffen, die für die Kommunikation zwischen Nervenzellen verantwortlich sind.

Die regelmäßige Aufnahme von Omega-3-reichen Fischarten kann zudem die Stimmung stabilisieren und das Risiko für Anzeichen von Angstzuständen und Depressionen allgemein senken. Es lohnt sich also, Fisch mindestens zweimal pro Woche in den Speiseplan zu integrieren.

## Die geheime Power von Gewürzen

Gewürze, die wir oft im Gewürzregal vernachlässigen, haben erstaunliche Wirkungen auf unser Wohlbefinden. Beispielsweise hat Kurkuma, ein Hauptbestandteil des Currypulvers, entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften, die den Körper vor

ist ein einfaches Getränk, das man zu Hause zubereiten kann und das ebenso beruhigend wie wohltuend ist.

## Grüner Tee: Ein Wundermittel für den Geist

Grüner Tee ist bekannt für seine gesundheitlichen Vorteile, aber auch seine positiven Auswirkungen auf die Stimmung sind bemerkenswert. Er ist reich an L-Theanin, einer Aminosäure, die nachweislich die Alphawellen im Gehirn stärkt, wodurch wir entspannter und wachsender werden.

Darüber hinaus enthält grüner Tee Catechine – kraftvolle Antioxidantien, die nicht nur dem Körper guttun, sondern auch das Gehirn schützen. Studien haben gezeigt, dass der regelmäßige Konsum von grünem Tee das Risiko für depressive Symptome senken kann. Es ist ein perfektes Getränk für den Start in den Tag oder zur Entspannung am Nachmittag.

**WIR SUCHEN SCHÜLER ALS**

**ZEITUNGszusteller**

**(m/w/d)**

**Tel.: 06104 - 49 70 90**

**E-Mail: [zusteller@egro-direktwerbung.de](mailto:zusteller@egro-direktwerbung.de)**

**Dringend in Dreieich-Sprendlingen**

**So besserst Du, Dein Taschengeld auf.**

Scanne hier und schreib uns über WhatsApp!!!

**EGRO**  
Direktwerbung GmbH

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe  
Verlage · Zustellorganisationen · Agenturen

# Künstliche Intelligenz

(DRM). In der Ära der digitalen Revolution hat die Künstliche Intelligenz (KI) eine Schlüsselrolle übernommen, die unser tägliches Leben, die Wirtschaft und die Gesellschaft tiefgreifend prägt. Die Entwicklungen im Bereich der KI versprechen eine Zukunft voller Innovationen, Effizienzsteigerungen und neuartiger Möglichkeiten. Die Debatte über die Auswirkungen von KI auf verschiedene Lebensbereiche ist intensiver denn je, und es ist von entscheidender Bedeutung, einen ausgewogenen Blick auf die Chancen und Gefahren dieser Technologie zu werfen. Kann unsere Gesellschaft mit stetigem Wachstum mithalten? Dass bei einem Artikel über Künstliche Intelligenz eine von KI erstellte Textpassage nicht fehlen darf, ist mittlerweile fast genauso Usus, wie die Tatsache, dass Programme wie ChatGBT mittlerweile ihren fast schon natürlichen Weg in Schulen, Universitäten oder den Arbeitsalltag gefunden haben.

Und trotzdem verblüfft es immer wieder, wie weit fortgeschritten Künstliche Intelligenz mittlerweile in Bezug auf simple Textproduktion ist. Wer aber ist Urheber eines solchen Textes, sind wirklich alle verwendeten Informationen fachlich fundiert und gibt es bei regelmäßiger auch Nachteile, über die in der breiten Öffentlichkeit nicht informiert wird? Fragen über Fragen, für die es bislang kaum Antworten gibt. Es scheint fast so, als könne unsere Gesellschaft nicht mit dem schnellen Wachstum Schritt halten, das durch den Einsatz von KI vorangetrieben wird. Künstliche Intelligenz (KI) hat sich zu einem zentralen Bestandteil vieler Branchen entwickelt und revolutioniert zahlreiche Bereiche. Dazu zählen u. a.:

**Medizin:** KI unterstützt bei Diagnosen, indem sie medizinische Daten analysiert und Muster erkennt, die Ärzten möglicherweise entgehen. Sie hilft auch bei der Entwick-

lung neuer Medikamente und personalisierten Behandlungsplänen. **Finanzen:** KI-Systeme analysieren Markttrends, bewerten Risiken und helfen bei der automatisierten Vermögensverwaltung. Dies führt zu effizienteren und präziseren Finanzentscheidungen.

**Verkehr:** Autonome Fahrzeuge nutzen KI, um sicher zu navigieren und Unfälle zu vermeiden. **Kundenservice:** Chatbots und virtuelle Assistenten verbessern den Kundenservice, indem sie Anfragen schnell und rund um die Uhr beantworten.

**Produktion:** In der Fertigung optimieren KI-Systeme Produktionsprozesse, verbessern die Qualitätskontrolle und verringern Ausfallzeiten durch vorausschauende Wartung.

Künstliche Intelligenz bietet immense Möglichkeiten, bringt jedoch auch erhebliche Herausforderungen und Gefahren mit sich. Dies könnte im Zweifelsfall zu einem Verlust menschlicher Fähig-

keiten und Entscheidungsfindungen führen. Deshalb ist es schon jetzt essenziell, ethische Richtlinien und Regulierung zu entwickeln, um Vorteile zu maximieren und die Risiken zu minimieren.

## Gesundheit

## ANZEIGE

Thema Nervenschmerzen

# Rücken, Nacken, Kopf

Nervenschmerzen sind vielfältig

**Wiederkehrende Rückenschmerzen? Nackenschmerzen, die bis in den Kopf ziehen? Sogar Migräne? Diese Beschwerden machen den Alltag von Millionen Menschen zur Qual. Vielen unbekannt: Das sind häufig Symptome von Nervenschmerzen – und hier gibt es wirksame Hilfe! Dorisol Tabletten (rezeptfrei, Apotheke) wirken mit einem speziellen Wirkkomplex diesen Schmerzen entgegen.**



Langes Sitzen oder Stress führen oft zu verspannten Muskeln, die auf die Nerven drücken und diese reizen oder schädigen können. Eine häufige Folge: belastende Rücken- oder Nackenschmerzen. Diese können sogar bis in den Kopf ausstrahlen und dort Kopfschmerzen oder sogar Migräne verursachen. Was die wenigsten wissen: Dahinter stecken oft Nervenschmerzen.

### Verspannungen lösen, Schmerzen lindern

Dorisol vereint bewährte Wirkstoffe und kann so wirksame Hilfe speziell bei Nervenschmerzen in Rücken, Nacken und Kopf bieten. Cimicifuga racemosa

Für Ihre Apotheke:

**Dorisol**  
(PZN 16792925)



[www.dorisol.de](http://www.dorisol.de)

DORISOL. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Trit. D2, Spigelia anthelmia Trit. D2, Iris versicolor Trit. D2, Cyclamen purpurascens Trit. D3 und Cimicifuga racemosa Trit. D2. Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen), Kopfschmerzen, Migräne. [www.dorisol.de](http://www.dorisol.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

# Intimbereich in Balance

Warum die Bakterien in der Scheide für Frauen so entscheidend sind

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 nachweisen, dass bei ihnen die Scheide durch eine zu geringe Vielzahl und Vielfalt an Laktobazillen bevölkert wird.<sup>1</sup>

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

### Experten empfehlen, auf diese 3 Qualitätskriterien zu achten:

1. Eine hohe Anzahl 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.<sup>3</sup>



**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.

<sup>1</sup>Machado, 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> • <sup>2</sup>de 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> • <sup>3</sup>Vitamin B2 trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute bei.

**KIJIMEA**  
AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

ROSEN-MONTAG 03. MÄRZ  
 FASCHINGS-DIENSTAG 04. MÄRZ  
 MITTWOCH 05. MÄRZ  
 DONNERSTAG 06. MÄRZ  
 FREITAG 07. MÄRZ

**AKTIONSFINALE**  
**SAMSTAG**  
**08. MÄRZ**

Gültig bis 08.03.2025

# POLSTER-TAUSCH-WOCHEN

NUR NOCH BIS SA. 08. MÄRZ 2025

BIS ZU **3500€**

POLSTER-TAUSCH-PRÄMIE für Ihr altes Polstermöbelstück sichern\*

ALT gegen NEU

## INKLUSIVE

» GRATIS ABBAU UND MITNAHME AM LIEFERTAG

» KOSTENLOSE UND UMWELTGERECHTE ENTSORGUNG

Ihres alten Polstermöbels ab 1.500 € Einkaufswert

## GROSSES FASCHINGS-SHOPPING

BEI

Möbel **Kempff**

**AUFGEPASST!!!**

EINKAUF-COUPONS MIT NÄRRISCHEN PREISEN FINDEN SIE IN DER PROSPEKTBEILAGE

## MULDENLÜFTER GESCHENKT<sup>3)</sup>

**BORA Miele SIEMENS AEG**

Erhalten Sie jetzt beim Kauf Ihrer neuen, frei geplanten Küche einen Muldenlüfter der Marke BORA, MIELE, SIEMENS oder AEG **im Wert von bis zu 3.499.-€ geschenkt!**<sup>3)</sup>

**AKTION verlängert bis 08.03.!**

BIS ZU **50%**

RABATT AUF FREI GEPLANTE KÜCHEN

+ ab **0%**

KÜCHEN FINANZIERUNG BIS ZU 36 MONATE<sup>2)</sup>



**AEG**

AEG KOCHFELD MIT SAPHIRMATTE-OBERFLÄCHE

MULDENLÜFTER XCD6847AS SAPHIER MATT Im Wert von

**2499.-<sup>3)</sup>**

<sup>3)</sup>Nur in Kombination mit einer frei geplanten Küche ab Wert 8.000,- Euro. Art.Nr. 01122620-00



**Miele**

MULDENLÜFTER TWOLNONE Im Wert von

**2999.-<sup>3)</sup>**

<sup>3)</sup>Nur in Kombination mit einer frei geplanten Küche ab Wert 9.000,- Euro. Art.Nr. 07884028-00



**SIEMENS**

MULDENLÜFTER ED877HQ26E Im Wert von

**2999.-<sup>3)</sup>**

<sup>3)</sup>Nur in Kombination mit einer frei geplanten Küche ab Wert 9.000,- Euro. Art.Nr. 04064844-00



**BORA**

BORA M PURE Im Wert von

**3499.-<sup>3)</sup>**

<sup>3)</sup>Nur in Kombination mit einer frei geplanten Küche ab Wert 10.000,- Euro Art.Nr. 24190249-00

# RESTAURANT-NEUERÖFFNUNG NACH UMBAU

IN ASCHAFFENBURG

**HEINRICHS**  
 by Möbel Kempff

In Erinnerung an unseren Firmengründer Heinrich Kempf bekommt unser Café und Restaurant in Aschaffenburg einen neuen Namen: Willkommen im HEINRICHS by Möbel Kempff!

Unser Restaurant ist seit jeher ein besonderer Ort, wo unsere Kunden Ihren Einkaufsbummel mit einem Mittagessen oder bei Kaffee und Kuchen abrunden konnten. Nun erstrahlt es im modernen Stil und ist noch gemütlicher. Wir bieten Ihnen Kuchenspezialitäten aus unserer Bäckerei, eine abwechslungsreiche Salat-Bar und Speisen nach Hausmannsart modern interpretiert. Nach dem Tod unseres Firmengründers Heinrich Kempf im vergangenen Jahr, möchten wir sein Andenken auf besondere Weise ehren. Weshalb das Restaurant im Zuge der Modernisierung einen neuen Namen bekommt. Wir freuen uns, Ihnen das neue Konzept HEINRICHS by Möbel Kempf vorzustellen.

HAUSEIGENE BÄCKEREI • KAFFEE-SPEZIALITÄTEN • FRÜHSTÜCK  
 • SÜSSES • SALAT-BAR • GETRÄNKE • FRISCHE, REGIONALE PRODUKTE • FRISCH-GEKOCHT NACH HAUSMANNSART  
 - MODERN INTERPRETIERT

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!



Verkauf solange der Vorrat reicht. Modell-, Farb- u. Maßabweichungen sowie Preisrückstellungen sind vorbehalten. Alle Betten ohne Rahmen, Auflagen & Deko. Alle Maße sind Ca.-Maße. Alle reduzierten Vorzugspreise sind Barzahlungsbilligkeitspreise gültig bei Teilnahme an unserem Stammkunden-Programm der Kempff-Mobile PremiumCard. \*Rabatt und Tausch-Prämie gerechnet auf unsere Hauslistenpreise des jeweiligen Herstellers bzw. unverbindliche Hersteller-Preisempfehlung und nur auf frei geplante Küchen. Gültig nur bei Neuaufträgen, ausgenommen Fundgrubenartikel, bereits reduzierte Ware, Top-Artikel und alle Angebote aus unserer aktuellen Werbung oder Anzeigen, sowie Artikel der Hersteller Self, Miele, Gaggenau, Team 7, Leicht, Liebherr, Quooker, Bora, Flexa, Livin, Musterring, Erpo, Stressless, JOOP!, B-Collection, Creation by Rolf Benz, Schöner Wohnen, Leonardo Bad, Bücher u. Elektrokleingeräte sowie Gartenmöbelbestellware. Nicht mit anderen Rabatt-Aktionen kombinierbar. Streichpreis für Boutique- und Fachsortimentsartikel entspricht dem günstigsten Gesamtpreis der letzten 30 Tage. inkl. Barzahlungsrabatt. Bei Inanspruchnahme keine weiteren Konditionen möglich. Weitere Infos in unseren Einrichtungshäusern oder unter [www.moebel-kempff.de](http://www.moebel-kempff.de). HR Promotion Kempff, Aschaffenburg/Nilkheim. <sup>2)</sup> 0% effektiver Jahreszins mit mind. 15% Anzahlung und einer Laufzeit mit bis zu 60 Monaten. Nur gültig in Verbindung mit der Kempff-Mobile PremiumCard oder bei Beantragung der PremiumCard. Übliche Bonität vorausgesetzt. Für den Abschluss fällt eine einmalige Gebühr in Höhe von 0,25% pro Monat Laufzeit auf die Finanzierungssumme an. Auch längere Laufzeiten gegen geringen Zins möglich. Finanzierung über TARGOBANK AG, Fritz-Vornfelde-Str. 2-4, 40547 Düsseldorf.

ROSEN-MONTAG 03. MÄRZ

Glas Sekt/O-Soft

GRATIS SEKT

GRATIS

GRATIS ZUR ERÖFFNUNG!

GRATIS Sekt nur am 03.03.2025. Ausschank Sekt ab 16 Jahren. Abb. ähnlich.

ROSEN-MONTAG 03. MÄRZ + FASCHINGS-DIENSTAG 04. MÄRZ

1 Kreppl + 1 Tasse Kaffee Crema

GRATIS

Kreppl gefüllt mit Mehrfrucht. Abb. ähnlich.

## ERÖFFNUNGS-COUPONS

GÜLTIG VON MO. 03.03. BIS SA. 08.03.2025 Coupon bitte ausschneiden.

**Frühstück**  
 Frühstück enthält zwei helle Brötchen, zwei Stück Butter, ein Frischkäse, vier Scheiben Aufschnitt nach Wahl, ein Schälchen Konfitüre oder Honig, ein Glas 0,1 L Fruchtsaft & eine Tasse Kaffee Crema.  
 1 Coupon pro Person. Gültig 03.03. - 08.03.25 **4,99 €**

**Schweinefilet-Spieß**  
 von der regionalen Metzgerei Häuser an Pfefferrahmsauce mit Butterspätzle.  
 1 Coupon pro Person. Gültig 03.03. - 08.03.25 **8,90 €**

**Kaffee und Kuchen**  
 Eine Tasse Kaffee Crema, dazu ein Stück Hefe- oder Rührkuchen.  
 1 Coupon pro Person. Gültig 03.03. - 08.03.25 **1,99 €**

Möbel Kempff GmbH & Co. KG  
 Niedernberger Straße 8  
 63741 Aschaffenburg-Nilkheim  
 Telefon: 0 60 21/49 03-0

Möbel Kempff GmbH  
 Zeller Gewerbezentrum 21  
 64732 Bad König-Zell  
 Telefon: 0 60 63/9 50-0

### ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo - Fr: 10.00 - 19.00 Uhr • Sa 10.00 - 18.00 Uhr

[www.moebel-kempff.de](http://www.moebel-kempff.de) • e-mail: [info@moebel-kempff.de](mailto:info@moebel-kempff.de)

Folgen Sie uns!

509AA

# Beim Sport die Blutzuckerwerte im Griff haben

Optimal trainieren: Worauf Menschen mit Diabetes achten sollten

**(DJD-K).** Laufen, Fußball, Fitness: Sport macht Spaß und ist gesund. Gerade Letzteres gilt auch und besonders für Menschen mit Diabetes Typ 1. Regelmäßiges Training trägt dazu bei, Folgeerkrankungen wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Nervenstörungen oder diabetischen Fuß zu verhindern. Allerdings stellt Sport Betroffene auch vor Herausforderungen und birgt Risiken, wie Thomas Nowakowski aus Bautzen weiß: „Während des Trainings oder bis zu 24 Stunden danach kann es zu stark abfallenden Blutzuckerwerten kommen. Das ist besonders heikel in der Nacht“, so der 40-Jährige. Trotz seines Typ-1-Diabetes ist Sport ein wichtiger Bestandteil seines Lebens und er steckt sich hohe Trainingsziele.

### Erfahrungen eines Betroffenen

Glücklicherweise sind selbst Triathlons oder andere herausfordernde Wettkämpfe für Betroffene meist

gut möglich. Bestes Beispiel dafür ist Tennis-Star Alexander Zverev, der seit seiner Kindheit an Diabetes leidet. Auch ehrgeizige Freizeitsportler können viel erreichen. Voraussetzung ist, die Blutzuckerwerte rund um die Uhr unter Kontrolle zu haben. Hilfreich sind dabei Systeme zur kontinuierlichen Glukosemessung (CGM). „Das System warnt vor Hoch- oder Niedrigzucker durch Signaltöne oder Vibration“, so Nowakowski. „Mit der Zeit lernt man so seinen Körper sehr gut kennen und kann die Werte in Verbindung mit Art und Dauer der Anstrengung richtig einschätzen.“ Der sportbegeisterte Mann trägt das Eversense E3 CGM System. Die Besonderheit ist hier, dass der Sensor unter die Haut implantiert wird. Nach dem Einsetzen durch einen geschulten Arzt hält er bis zu 180 Tage. Ein regelmäßiges Selbsteinsetzen des Sensors entfällt. Der abnehmbare Smart Transmitter über dem Sensor, der die Werte an

die Smartphone-App sendet und Vibrationsalarme abgibt, sorgt für Flexibilität und Tragekomfort.

### Frühzeitige Warnung vor Unterzuckerung

„Durch die Möglichkeit, den Transmitter immer wieder mit einem frischen Pflaster auf den Arm zu setzen, sind Schwitzen, Schwimmen oder Schmutz kein Problem mehr. Und auch ein Verlieren des Sensors gehört der Vergangenheit an“, erklärt Nowakowski. Unter [www.diabetes.ascensia.de](http://www.diabetes.ascensia.de) finden Interessierte ein Kontaktformular sowie Anmeldeoptionen für Live-Webinare. Generell ist es für Sportler mit Diabetes Typ 1 wichtig, bei Aktivitäten richtig ausgerüstet zu sein: „Das CGM sollte immer einsatzbereit sein. Das hat mir etwa beim Sachsentrail 2020 geholfen: Unterzuckerwarnung, obwohl ich mich gut fühlte. Nach fünf Minuten Essenspause ging es weiter. Ohne



Aufgepasst: Mit der richtigen Vorbereitung und Kontrolle der Blutzuckerwerte ist Sport für Menschen mit Diabetes Typ 1 kein Problem.

Foto: djd-k/www.diabetes.ascensia.de

CGM wäre es später aufgefallen und die Pause wäre länger ausgefallen oder ich hätte das Rennen abbrechen müssen.“ Daher sollte man auch immer etwas parat haben, um Unterzuckerungen entgegenzuwirken, wie Traubenzucker, Gummibärchen oder Orangensaft.

## Sudoku | Rätsel

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

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

### Auflösungen der KW 08

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

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

Alle E-Paper, Nachrichten und Anzeigen  
Einfach scannen und mehr lesen  
auf [www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)





# Schienenkreuzfahrt Schweiz

## 7-tägige Rundreise



© Rhätische Bahn / Andrea Badrutt



© Gornergratbahn

inkl.  
Bahnfahrt ab  
Deutschland  
von Ihrem Wunschbahnhof

Erleben Sie die beeindruckende Bergwelt der Schweiz im Rahmen einer individuellen Rundreise per Bahn. Auf den Strecken weltberühmter Panoramazüge genießen Sie atemberaubende Ausblicke auf unberührte Bergwelten. Entdecken Sie einzigartige Urlaubsorte wie Zermatt, St. Moritz und Lugano.

Nach der Anreise per Bahn beginnen Sie Ihren Urlaub in St. Moritz. Richtung Lugano fahren Sie auf der Bahnlinie des Bernina Express, die zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt. Mit der Centovallibahn reisen Sie von Locarno vorbei an wunderschönen Weinanbaugebieten ins italienische Domodossola. Per Postbus überqueren Sie den Simplon-Pass, bevor es mit der Matterhorn Gotthard Bahn weiter Richtung Zermatt geht. Dort nimmt Sie der Glacier Express mit auf die eindrucksvolle Bahnfahrt nach Chur. Am Tag der Rückreise rundet ein Aufenthalt in Zürich Ihre Schienenkreuzfahrt ab.

**Leistungen:** An- und Abreise per Bahn nach St. Moritz/Chur und ab Chur, 6 Hotel-Übernachtungen inkl. Frühstück: 2x Raum St. Moritz, 1x Lugano (bis 30.04. und ab 29.10.: 1x Chur, 2x Lugano), 2x bei Zermatt und 1x Chur, Bahnfahrten nach Tirano, Locarno – Domodossola, Brig – Zermatt, Zermatt – Chur und alle weiteren Transfers, Sitzplatzreservierungen ICE, Bernina Express Bus und Glacier Express\*, Museumseintritte, ermäßigter Fahrpreis Gornergratbahn, regiomaris-Ausflugstipps, Reisepreissicherungsschein.

**Anreise:** sonntags 04.05. bis 19.10.2025  
mittwochs bis 30.04. und 29.10. bis 19.11.2025

jeweils nach Verfügbarkeit \*Preisnachlass bei Fahrt in Regelzügen ohne Glacier Express 50 € p.P.

**Preise:** 1549 € pro Person im Doppelzimmer  
1949 € im Einzelzimmer

**Infos und Buchungen:** [www.regiomaris.de](http://www.regiomaris.de) und Tel. 040 / 50 690 700



Veranstalter:  
regiomaris GmbH  
Liebermannstraße 46, 22605 Hamburg

[www.rheinmainverlag.de](http://www.rheinmainverlag.de)

**Rhein Main Verlag**

**SCHULE BILDUNGS- BERUF MESSE 2025 STUDIUM RODGAU**

**Sa. 08. März 2025**  
**10:00 - 15:00 Uhr**  
Wiesbadener Straße

[www.bildungsmesse-rodgau.de](http://www.bildungsmesse-rodgau.de)

powered by  
STADT RODGAU, ECOLOGIA ZUKUNFT BILD ET, STADTWERKE RODGAU

[www.krebsranke-kinder-darmstadt.de](http://www.krebsranke-kinder-darmstadt.de)

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

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

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

**Noch Termine frei !!!**

**Wir führen aus:**

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

**GAWE-BAU**

Auf der Beune 9  
64839 Münster



TEL. 06071 / 391991

[www.gawe-strassenbau.de](http://www.gawe-strassenbau.de)

500 qm PFLASTERAUSSTELLUNG

## Kreislaufwirtschaft im BAUHAUS Stadtgarten fördern: BAUHAUS führt Pfandsystem für Mehrweg-Pflanzentrays ein

**MANNHEIM (PM).** Als Mitbegründer der Euro Plant Tray Genossenschaft führt BAUHAUS bundesweit ab Ende Februar 2025 Mehrweg-Pflanzentrays in der Pflanzenlogistik der BAUHAUS Stadtgärten ein. Die branchenweite genossenschaftlich strukturierte Initiative Euro Plant Tray fördert die Vermeidung von Kunststoff durch Transportverpackungen für Pflanzen im Mehrwegsystem. So können alleine in den deutschen BAUHAUS Stadtgärten pro Jahr aktuell bis zu 50 Tonnen Abfall aus Einweg-Kunststoffen eingespart werden. Für einen Pfandbetrag von 3,57 Euro können Kunden künftig die Pflanzentrays ausleihen und später entweder wieder bei BAUHAUS oder einem anderen Anbieter der Initiative im Umlaufverfahren - ähnlich wie bei Pfandflaschen - zurückgeben.



Gemeinsam mit Branchenpartnern aus ganz Europa setzt sich BAUHAUS dafür ein, Mehrwegsysteme zu fördern und Kunststoffabfälle zu reduzieren. Die Genossenschaft Euro Plant Tray ermöglicht mit den mehrfach verwendbaren Transportbehältnissen für Pflanzen, sogenannten Mehrweg-Pflanzentrays,

nun eine branchenweit einheitliche Lösung im Gartenbereich. BAUHAUS Kunden haben durch das Pfandsystem die Möglichkeit, die Pflanzentrays in allen BAUHAUS Fachcentren und darüber hinaus in vielen weiteren Märkten aus der Garten- und DIY-Branche zurückzugeben. Die Trays sind auf eine

Lebensdauer von bis zu zehn Jahren ausgelegt und überstehen mehr als 100 Transportumläufe.

### Nicht nur für die Umwelt ein Gewinn

Die Mehrweg-Pflanzentrays bieten neben der Nachhaltigkeit auch

praktische Vorteile für die BAUHAUS Mitarbeitende und Kunden. Sie sind deutlich stabiler als die Einweg-Pflanzentrays und bieten durch die abgerundeten Handgriffe und Kanten ein einfaches und sicheres Handling. Die Wasserreserve sorgt außerdem für den Erhalt der Pflanzenqualität während des Transports und bei der Präsentation. Die Pflanzentrays können in nahezu allen BAUHAUS Fachcentren mit eigenem Stadtgarten für einen Pfandbetrag von 3 Euro netto zzgl. 19 Prozent MwSt. = 3,57 Euro brutto ausgeliehen und zurückgegeben werden.

„Wir freuen uns, gemeinsam mit der Initiative Euro Plant Tray Mehrweg-Pflanzentrays anzubieten. Diese nachhaltige Lösung bringt wertvolle Vorteile mit sich: Unsere Kunden profitieren von einer umweltfreundlicheren Alternative, die den Kunststoffabfall erheblich reduziert und gleichzeitig die Qualität und Stabilität der Trays gewährleistet. Für BAUHAUS bedeutet dies nicht nur eine Reduktion der Kosten durch wiederverwendbare Materialien, sondern auch ein weiterer Schritt in Richtung Kreislaufwirtschaft. Wir sind stolz darauf, mit diesem Engagement einen wichtigen Beitrag zur Ressourcenschonung und zum Umweltschutz zu leisten“, sagt Helmut Rödiger, Bereichsleiter Einkauf Garten bei BAUHAUS.

## Oase der Stabilität

-ANZEIGE-

### Privatanleger können sich an Anleihe einer Schweizer Investmentgruppe beteiligen

(djd-p). Die Schweiz präsentiert sich als eine wirtschaftliche Oase der Stabilität und Unabhängigkeit. Mit niedriger Inflationsrate und sehr soliden ökonomischen Kennzahlen zählt das Nachbarland zu den Staaten mit den besten wirtschaftlichen Indikatoren in Europa. Der Schweizer Franken gilt als eine der stärksten Währungen weltweit und bietet Anlegern ein hohes Maß an Sicherheit. Diese Faktoren machen die Schweiz nicht nur zum attraktiven Standort für Investitionen, sondern auch zum sicheren Hafen für festverzinsliche Anleihen.

Die Swiss Merchant Group AG (SMG) etwa ist eine Investmentgruppe mit Sitz in der Schweiz. Mit über zehn Jahren Erfahrung bietet sie Dienstleistungen im



Bereich der Emissionen von Anleihen und Obligationen an. Die SMG hält ein Portfolio von privaten Direktinvestitionen und festverzinslichen Instrumenten, sie unterstützt zudem Firmen bei der Strukturierung und dem Aufbau von Schuldtiteln wie Unternehmensanleihen. Sie konzentriert sich bei ihrer Anlagestrategie auf Unternehmen etwa aus dem Immobilienbereich, der Holz- und Forstwirtschaft, Bergbauwirtschaft sowie der Energiespeicher. Die

entsprechenden Firmen besitzen starke Wettbewerbsvorteile und das Potenzial, über einen längeren Zeitraum überdurchschnittliche und steigerungsfähige Renditen zu erzielen. Die SMG hat in den letzten Jahren auch eigene Bonds emittiert und diese bei Fälligkeit zurückbezahlt. Am 1.12.2024 wurde eine neue Schweizer Franken Obligation mit fünfjähriger Laufzeit und achtprozentigem Coupon begeben, der halbjährlich ausgezahlt wird. Die Schuldverschreibung (ISIN: CH1393678722, WKN: A3L5FF) kann von qualifizierten Anlegern direkt bei der Deutschen Hauptzahlstelle Bank Quirin Privatbank in Bremen mit einem verbundenen Orderauftrag der Hausbank des Anlegers bezogen werden.

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

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

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

**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

**Lagerfläche ca 50m² in Seligenstadt Nordring ab sofort zu Vermieten** Zugang über Treppe und Rampe, Strom vorhanden Miete 390€ mtl ☎ 0171 971 6006

**Suche Reihenhäuser / Wohnung - Ohne Makler.** ☎ 0 60 81 - 9 58 99 47

**Frau Milli kauft:** Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 07:30-21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 59772692

## 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**

## 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**

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

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen,** ☎ 03944 - 36160, [www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de) Fa.

## Stellen

**Wir suchen einen zuverlässigen Fahrer im Rahmen einer Nebentätigkeit mit einem Personenbeförderungsschein.** Sie haben ein professionelles, höfliches Auftreten und sind flexibel für halb- oder ganztägige Einsätze, überwiegend in Deutschland (nicht täglich). Ein Fahrzeug wird gestellt. Zudem sind Sie zeitlich flexibel und wohnen idealerweise im Süden von Frankfurt. Interesse? Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung unter **Mobil: +49 152 547 845 92**

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

**Pflegehelferin sucht neue Betreuungsstelle in Privathaushalt!** Ich betreue seit vielen Jahren Nonstop pflegebedürftige Menschen. Verichte alle Pflege und Hausaltspflichten selbstständig. Nur Langfristig mit Wohnmöglichkeit! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

## Partnersuche

**Sybille, 77 Jahre jung,** hier aus d. Gegend, bin eine bescheidene, ruhige Frau, bin guter Figur, ich koche für mein Leben gern und mag Ausflüge mit meinem Auto, aber auch die häusliche Gemütlichkeit. Nach dem Trauerjahr suche ich pv jetzt einen sympathischen Mann (Alter egal). Wir könnten getrennt oder auch zusammen wohnen ☎ 0151 - 62913874

**Angela, 62 J., 161 groß,** bin eine bescheidene, aber sehr hübsche Frau, mit schlanker Figur u. vollem Busen. Ich koche gern u. gut, bin fleißig in Haus u. Garten, wäre umzugsbereit. Würde dich gerne schon am Wochenende treffen. Lassen uns doch einfach mal telefonieren pv ☎ 0157 - 75069425

*Goldhaus Obertshausen*

### ANKAUF VON:

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

**Seit 20 Jahren ihr Experte vor Ort!**

**H. Honig | Heusenstammer Str. 3**  
63179 Obertshausen

**Mo-Fr: 10 - 13 Uhr | 15 - 18 Uhr**  
Tel. 0 61 04 9 53 13 15 oder  
[www.goldhaus-obertshausen.de](http://www.goldhaus-obertshausen.de)

**Frau Danna sucht:** Kaufe Pelze, Alt-, Bruch-, Zahngold, Goldschmuck, Suche Lampen, Perücken, Puppen, Bernstein, Haushaltsauflösungen, Bleikristalle, Bilder, Modeschmuck, Silber, Leder- und Krokotaschen, Schallplatten, Schreib- und Nähmaschinen, Figuren, Gobelins, Teppiche, Porzellan, Krüge, Zinn, Möbel, Küchen, Gardinen, Tischdecken, Uhren. Kostenl. Beratung. Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle Höchstpreise. 100% diskret, Barabwicklung vor Ort. Mo.-So. 7.30-21 Uhr. ☎ 069 - 34875842

**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](http://www.draht-weissbaecker.de)

E-Mail: [draht@weissbaecker.de](mailto: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](mailto:info@rheinmainverlag.de)  
**Geschäftsführung:** Bernd Maas - Angelika Hofferberth  
**Redaktion:** [redaktion@mein-suedhessen.de](mailto:redaktion@mein-suedhessen.de)  
Alle unter der Anschrift des Verlages.  
**Gesamtauflage:** 672.689

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.

**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](http://www.werbung-im-briefkasten.de).**

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

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

ALDI, Alldrink, Bauhaus, Douglas, Easy Apotheke, Edeka, Esser Apotheke, Expert Klein, Globus, HIT, JYSK, LIDL, Marktkauf, Mobile, Möbel Kempf, Möbel Roller, Netto, Norma, Penny, POCO, Polster Aktuell, REWE, Rossmann, Toom Baumarkt, XXXLutz, Zimmermann

## ANZEIGEN

Tel. 06104 66720-40

E-Mail:

[info@rheinmainverlag.de](mailto:info@rheinmainverlag.de)

Rhein Main Verlags GmbH

Bieberer Straße 137, 63179 Obertshausen

## 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**



## Button und Bubbles

**TSV SELIGENSTADT (PM).** Zwei Rex-Kaninchen wollen zusammen bleiben. Die zwei zierlichen Kaninchen Button und Bubbles kamen vor kurzem gemeinsam ins Tierheim, sie sind knapp 5 Jahre alt. Die beiden verstehen sich sehr gut. Deshalb möchten sie gerne gemeinsam wieder ausziehen.

Die kleine Bubbles lässt sich streicheln, Button ist dem Menschen gegenüber etwas zurückhalten-

der. Winterfell ist vorhanden, allerdings sollten Rexkaninchen immer die Möglichkeit haben, bei Regen ausreichend Unterschlupf zu finden.

Mehr Informationen zu den beiden Hübschen 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](mailto:info@tsvseligenstadt.de)

Fotos: TSV

**Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V.**  
<https://tsvseligenstadt.de> | Tel.: 06182-26626  
 E-Mail: [info@tsvseligenstadt.de](mailto:info@tsvseligenstadt.de)



Amy

**HTB (PM).** Amy ist noch recht unsicher – sie steht den Menschen noch skeptisch gegenüber. Aber man kann sie schon mit Leckerlies überzeugen. Sie orientiert sich sehr an den anderen beiden

Hunden – daher wäre ruhiges Zuhause bei einem Zweithund toll. Amy ist 2 Jahre alt, 25 cm groß und wiegt 5,5 kg. Sie ist geimpft, gechipt und kastriert.

Foto: HTB

**Weitere Informationen unter Hoffnungsvolle Tierblicke e.V.**  
[www.htb-ev.de](http://www.htb-ev.de) | Tel. 06068-4785493 oder 0162-2939838



Missy

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

Missy wurde als Junghund von Tiere in Not Odenwald vermittelt. Missy lebte jahrelang auf einem Weingut und durfte dort aufpassen, war aber natürlich auch der Familie angeschlossen und genoss nachts ihr warmes Körbchen im Haus. Leider verstand sich Missy zuletzt nicht mehr mit dem anderen vorhandenen Hund, sie stritten sich um geklautes Futter. Das territoriale Verhalten verstärkte sich natürlich in den letzten Jahren in ihrem Zuhause, ist aber abstellbar. Im Tierheim zeigt sich Missy wenig territorial

und läuft tagsüber mit Maulkorb in der Hofgruppe. Missy ist mit uns allen nur nett und sehr verschmüsst. Missy hat feste Gassigänger, mit denen sie mehrmals die Woche geht. Wir wünschen uns endlich ein endgültiges Zuhause für Missy.

Wenn Sie einmal MISSY kennenlernen möchten, können Sie sich an das TINO-Büro unter 06063/939848 wenden oder sich vorab auf [www.tiere-in-not-odenwald.de](http://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

**Tiere in Not Odenwald e.V. | Tel. 06063/939848**  
[www.tiere-in-not-odenwald.de](http://www.tiere-in-not-odenwald.de)

*„Der Hund ist ein Begleiter,  
 der uns daran erinnert,  
 jeden Augenblick  
 zu genießen.“*

Marla  
 Lennard



Foto: pixabay

# Asklepios Kliniken im DigitalRadar unter den TOP 5 fortschrittlichsten Kliniken in Hessen

- Klinik erreicht einen Score von 59 Punkten und liegt damit deutlich über dem Bundesdurchschnitt von 42 Punkten
- Die Digitalisierung der Klinik erreicht mit EMRAM-Stufe 5 den dritthöchsten Reifegrad
- Asklepios Klinik Langen ist digitaler Vorreiter innerhalb der Asklepios-Gruppe

**LANGEN (PM).** Die Asklepios Klinik Langen gehört bei der Digitalisierung zu den fünf fortschrittlichsten Kliniken in Hessen. Das geht aus dem aktuellen DigitalRadar im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit hervor. Die Asklepios Klinik Langen erreicht einen Wert von 59 und liegt damit deutlich über dem Bundesdurchschnitt von 42 Punkten.

„Das gute Abschneiden im DigitalRadar ist eine tolle Bestätigung unserer Bemühungen, die Digitalisierung im Gesundheitswesen voranzutreiben.

Wir haben es im Schulterschluss mit der IT in unserer Klinik geschafft, Prozesse konsequent und lückenlos über alle Fachabteilungen und Funktionen im ganzen Haus zu digitalisieren. Parallel haben wir ein digitales Mindset geschaffen, um damit alle Berufsgruppen für das digitale Denken und die Transformation der Prozesse zu gewinnen und mitzunehmen“, sagt Jan Voigt, Regionalgeschäftsführer der Asklepios-Kliniken-Gruppe.

Mit dem DigitalRadar lässt sich gleichzeitig die Einstufung nach dem international eingesetzten Electronic Medical Record Adoption Model prognostizieren. Die Asklepios Klinik Langen erreicht im Reifegradmodell eine prognostizierte EMRAM-Stufe von 5. Die EMRAM-Stufen reichen von 0 bis 7, wobei 0 die



niedrigste und 7 die höchste Stufe darstellt. „Innerhalb des Asklepios-Konzerns ist Langen in vielen Bereichen der Digitalisierung Pionier bei Asklepios. Von hieraus rollen sich die erfolgreichen Digitalisierungsprojekte des Konzerns dann auf die ganze Gruppe aus, so dass unser Abschneiden im DigitalRadar gleichzeitig die Zielmarke für alle Kliniken der Asklepios-Gruppe markiert“, ergänzt Philipp Apel, Geschäftsführer der Asklepios Service IT.

Im Rahmen des Krankenhauszukunftsgesetzes (KHZG) und der Asklepios Digitalstrategie hat die Langener Klinik zahlreiche Initiativen umgesetzt: Von einer online Terminvergabe über die Digitalisierung der Patientenakte auf allen Krankenhausstationen inklusive dem ECMO-

Zentrum, der Einbindung von Medizintechnik, externen ambulanten Partnerpraxen für Pathologie, Laboratoriumsmedizin, der digitalen Voranmeldung von Patient:innen, die mit Rettungswagen in die Klinik eingeliefert werden, bis hin vollautomatisierten Medikamentenversorgung der Krankenhauspatient:innen oder der Einbindung von KI-Unterstützung bei bestimmten Krankheitsbildern (CDSS).

Langen ist, neben der Asklepios Klinik St. Georg (Hamburg), zudem Pionier bei der Einführung des digitalen Asklepios Patientenportals. Das Patientenportal wird Patient:innen stark in den Behandlungsprozess einbinden. Über das Portal können Patient:innen unter anderem auf ihre medizinischen Dokumente wie

Arztbriefe, Laborwerte und Befunde zugreifen. Patient:innen können ihre medizinischen Unterlagen einsehen, haben Zugriff auf persönliche Gesundheitsdaten und können ihre Klinikaufenthalte und Termine online verwalten.

Im Rahmen des KHZG stellen Bund und Länder bis zu 4,3 Milliarden Euro für die digitale Infrastruktur der Krankenhäuser bereit. Das Gesetz sieht zudem eine „Analyse und Bewertung des allgemeinen Digitalisierungsstandes in deutschen Krankenhäusern sowie der Auswirkungen des Zukunftsfonds auf den Digitalisierungsgrad, die Patientenversorgung und die regionalen Versorgungsstrukturen“ vor. Diese Analyse erfolgt durch den DigitalRadar, dessen Ergebnisse nun zum zweiten Mal vorliegen. Die erste Erhebung fand im Jahr 2021 statt. Insgesamt nehmen am DigitalRadar 1600 Kliniken teil und damit rund 90 Prozent aller Krankenhäuser in Deutschland. Autor des DigitalRadars Krankenhaus ist ein Konsortium aus dem Institut für angewandte Versorgungsforschung (inav), der Fachgesellschaft HIMSS, der Krankenhausberatung Lohfert & Lohfert, dem Leibniz-Institut für Wirtschaftsforschung (RWI), der Universität St. Gallen sowie der Wissenschaftlerin Prof. Dr. med. Sylvia Thun von der Berliner Charité.

Foto: Asklepios

**Möbel Kempf**

ZUSÄTZLICH AKTIONSFINALE

**POLSTER-TAUSCH-WOCHEN**

NUR NOCH BIS SA. 8. MÄRZ 2025

BIS ZU **3500€**

POLSTER-TAUSCH-PRÄMIE für Ihr altes Polstermöbelstück sichern\*

ALT gegen NEU

**INKLUSIVE**

- » GRATIS ABBAU UND MITNAHME AM LIEFERTAG
- » KOSTENLOSE UND UMWELTGERECHTE ENTSORGUNG

Ihres alten Polstermöbels ab 1.500 € Einkaufspreis

Beachten Sie unsere **TOP-ANGEBOTE innenliegend!**

~~2459,-~~ **999,-**

**-59% sparen**

**AKTIONS-PREIS**

BALAU Polstergarnitur

GROSSE FARBSWAHL ZUM INDIVIDUELLEN PREIS

**RESTAURANT-NEUERÖFFNUNG NACH UMBAU IN ASCHAFFENBURG**

**HEINRICHS**  
by Möbel Kempf

**ERÖFFNUNGSTAGE**

ROSEN-MONTAG	FASCHINGS-DIENSTAG
<b>03.</b>	<b>04.</b>
MÄRZ	MÄRZ

**VIELE ERÖFFNUNGS-ANGEBOTE VOR ORT**

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