

meinsüdhessen

6C

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

24. Mai 2025

Das Leben in und um Kelsterbach und Hattersheim, Auflage 35.217

Rätselseiten

Sudoku
und
Rätsel



Seiten 6-7

Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



mein süd

hessen

auf Instagram

[www.instagram.com/
rheinmainverlag](https://www.instagram.com/rheinmainverlag)



Sprachreisen verbinden Arbeit mit Vergnügen:
morgens lernen, nachmittags an den Strand.
Mehr auf Seite 2.

Foto: DJD/Panke Sprachreisen.

Bonjour, beach!

Drei Tipps zum Buchen der perfekten Sprachreise

Bonjour, beach!

Drei Tipps zum Buchen der perfekten Sprachreise

(DJD). Trotz DeepL, Google Translate und Co. lernen viele immer noch gerne selbst eine Fremdsprache: In 2024 nahmen fast 20 Prozent mehr Menschen an Sprachreisen teil als im Jahr zuvor. Das geht aus der Marktanalyse des Fachverbands Deutscher Sprachreise-Veranstalter (FDSV) hervor. Wir zeigen, auf welche Punkte Interessierte bei der Buchung achten sollten.

1. Das passende Reiseziel wählen

Wer eine Fremdsprache wirklich lernen möchte, tut das am schnellsten und besten in dem Land, in dem die Sprache gesprochen wird. Bevor man also nach dem Reiseziel schaut, sollte einem klar sein, für welche Sprache man sich interessiert. Laut FDSV war letztes Jahr Englisch mit Abstand die beliebteste Sprache, sowohl bei Erwachsenen als auch bei Jugendlichen. In Europa bieten sich dafür Ziele in Großbritannien, Irland und Malta an. Bei Panke Sprachreisen beispielsweise geht es nach Bournemouth an die englische Südküste, nach Dublin oder Valletta. Auch für die zweit-, dritt- und vierbeliebtesten Sprachen Spanisch, Französisch und Italienisch gibt es Angebote mit Reisen nach Valencia, Nizza und Florenz.



2. Den richtigen Kurs buchen

Eine Sprachreise ist nicht wie der Pflichtunterricht in der Schule: Wie viele Unterrichtsstunden man in der Woche lernen möchte, können alle vorab wählen. Die Angebote reichen von wenigen Wochenstunden bis zu Vollzeitunterricht mit 40 oder sogar 50 Einheiten, wie unter www.panke-sprachreisen.de/sprachkurse aufgelistet ist. Wer wenig Zeit hat und schnell viel lernen möchte, sollte mehr Einheiten

Nach dem Unterricht unternehmen viele Teilnehmende gemeinsam etwas.

Foto: DJD/Panke Sprachreisen

pro Woche buchen. Für alle, die das Lernen der Fremdsprache gerne mit etwas Urlaub verbinden möchten, bieten sich weniger intensive Sprachkurse an. Und wer sich alleine wohler fühlt als in der Gruppe, kann individuelle Privatkurse mit maßgeschneiderter Betreuung buchen.

3. Auf Zertifizierungen achten

Wer freie Zeit und Geld für einen Sprachurlaub nutzt, will an dessen Ende Ergebnisse sehen. Zumindest die Kosten für den Unterricht je nach Intensität und Gesamtdauer der Reise von wenigen hundert bis zu mehreren Tausend Euro reichen können. Daher lohnt es sich, vor der Buchung zu prüfen, ob der Veranstalter in Deutschland und die Sprachschule im Ausland nach DIN EN 14804 geprüft sind, wie es bei Panke Sprachreisen der Fall ist. Die Norm stellt Anforderungen an den Unterricht, die Unterkunft und die angebotenen Freizeitaktivitäten. So müssen Teilnehmende unter anderem einen Einstufungstest machen und ihrem Niveau entsprechend zwischen Lerngruppen wechseln dürfen, der Unterricht muss kommunikativ gestaltet sein. Zudem sollten die Sprachlehrkräfte nachweislich qualifiziert sein, zum Beispiel weil sie das international anerkannte CELTA-Zertifikat haben.

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Summer Vibes Festival 2025 – Seligenstadt

Food Trucks – Live-Music – Summer Drinks – Eintritt frei – Festplatz am Mainufer – 6. bis 9. Juni

Ein buntes Festival mit abwechslungsreichem Programm und unverwechselbarem Street Food!

SELIGENSTADT (RA). In diesem Jahr darf am langen Wochenende vom 6. bis 9. Juni über das Pfingstwochenende, endlich wieder geschlemmt, entspannt und gefeiert werden.

Die Besucher dürfen sich auch in diesem Jahr auf eine abwechslungsreiche Auswahl an Ständen und internationalen Food-Trucks mit verschiedenen herzhaften und süßen Leckereien freuen. Auch das Rahmenprogramm hat es in sich: Neben einem Familien- & Kidsbereich gibt es TOP Live-Musik auf die Ohren:

Auch für Familien und Kinder ist bestens gesorgt: Unter anderem gibt es ein großes Karussell oder Klinki den Clown, der mit seiner lustigen Ballonmodellage und viel Witz für Unterhaltung sorgt.

Freitag, 6. Juni:

„Sundowner Sax Beats“ mit DJ Marco Secchi & Oliver Meadow ab 19 Uhr

Samstag, 7. Juni: Frank Albersmann ab 14 Uhr / Flashback Frenzy ab 19 Uhr

Sonntag, 8. Juni: Cashville Boys ab 15 Uhr / Neon Lights ab 19 Uhr

Montag, 9. Juni: Simon Wehner ab 13 Uhr / Eddy Top 40's ab 17 Uhr

Aufgrund von Umgestaltungen am Gelände wird das Festival auf den Mainwiesen, vom Festplatz bis zum Pulverturm, stattfinden. Hier können die Gäste direkt am Main flanieren, das vielfältige Street Food genießen, erfrischende Drinks probieren und dabei hochkarätige Live-Musik erleben. Das alles bei freiem Eintritt!

Ein besonderer Dank geht an alle Sponsoren, die uns tatkräftig unterstützen sowie an die Stadt Seligenstadt mit all Ihren Behörden.

Wir freuen uns auf ein fantastisches Summer Vibes Festival und auf Euren Besuch.

Klinik spendet 3.000 Euro für „Herzenswünsche“ der Mitarbeiter



Auf dem Bild zu sehen sind von li: Jan Voigt (GF Asklepios Klinik Langen), Willi Hartmann (1. Vorsitzender Dreieicher Weihnachtskalender e. V.), Daniel Habermann (1. Vorsitzender, Vogelschutzgruppe Eichen 1988 e.V.), Celia Mehnert (Neurologische Funktionsdiagnostik Asklepios Klinik Langen), Stephanie Rohde (Gesundheits- und Krankenpflegerin, Stat. 2A, Asklepios Klinik Langen), Felicitas Rohde-Kreutzer (Marketing- & Ehrenamtsbeauftragte Light-Up-Du bist ein Goldstück e. V.)

Foto: Asklepios

LANGEN (PM). Asklepios Klinik Langen spendet auf Wunsch der Beschäftigten je 1.000 Euro an: „Light-Up e. V. – Du bist ein Goldstück“, einen Verein, der sich für die Förderung von Menschen mit Behinderungen und Benachteiligungen einsetzt, die „Vogelschutzgruppe Eichen 1988 e. V.“, die sich die Schaffung und den Erhalt naturnaher Lebensräume zur Aufgabe gemacht hat, sowie die Initiative des Dreieicher Weihnachtskalender e.V. der sich die Stärkung des gemeinschaftlichen Engagements von Vereinen und Institutionen der Region auf die Fahnen geschrieben hat.

Seit 2017 ist die alljährliche Aktion „Herzensangelegenheiten“ in der Asklepios Klinik Langen bei den Mitarbeitern sehr beliebt. Dabei können die Klinikmitarbeiter den Namen der Organisation oder des Vereins an die Klinikleitung weiterleiten, die ihnen besonders am Herzen liegt und ihrer Meinung nach eine finanzielle Unterstützung erhalten sollten. Im Rahmen der diesjährigen Aktion überreichte die Klinikleitung jeweils einen Scheck über 1.000,- € an „Light-Up e. V.“, die „Vogelschutzgruppe Eichen 1988 e. V.“ und den „Dreieicher Weihnachtskalender e.V.“

Zur Scheckübergabe durch Klinik-Geschäftsführer Jan Voigt waren Vertreter der geförderten Institutionen sowie Mitarbeiter der Klinik vor Ort. Aufgrund der Jahr für Jahr steigenden Anzahl an Mitarbeiter-vorschlägen, war die Auswahl

für die Jury auch in diesem Jahr nicht leicht. „Wir freuen uns sehr über die rege Beteiligung unserer Mitarbeiter an der Aktion, zeigt sie doch, dass sich unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter mit der Region identifizieren und an deren Weiterentwicklung stark interessiert sind. Die größte Freude macht es aber zu sehen, wie sich die gesponsorten Organisationen über die Spende freuen“, so Jan Voigt.

Ziel von „Light-Up e.V.“ ist es, die sozialen und gesellschaftlichen Teilhabemöglichkeiten für Menschen mit Behinderungen und Benachteiligungen zu verbessern. Highlight der vielen Aktivitäten des Vereins ist jedes Jahr der „Light-Up Ball“. Ein Abend mit rotem Teppich, drei Gänge Menü, funkelnden Lichtern, festlich gedeckten Tafeln und vor allem eins: ganz viel Musik und Party für alle. Und das für Menschen, die sonst nicht in den Genuss einer so großen Feier kommen: Menschen mit körperlichen und geistigen Behinderungen.

Die Mitglieder der "Vogelschutzgruppe Eichen 1988 e.V." setzen sich bewusst für den Umwelt- und Naturschutz in der Region Nidderau und besonders im Ortsteil Eichen ein. Neben der Schaffung von Nistplätzen für viele heimische Vögel zählt auch die Schaffung von Biotopen für zahlreiche Reptilien, Amphibien, Kleinsäuger und Insekten zu deren Zielsetzung. Ein großes Anliegen der Vogelschützer aus Eichen ist zudem die Stärkung des Umweltbewusstseins in der Bevölkerung.

Der Dreieicher Weihnachtskalender e.V. geht auf eine Initiative aus dem Jahr 2002 zurück. Der Verein bietet jedes Jahr über den Dreiei-

cher Weihnachtskalender eine gemeinsame Plattform für Sponsoren und Organisatoren gemeinnütziger Projekte der Region. Hier können sich lokale Sponsoren genau das gemeinnützige Projekte für ihr Sponsoring herausuchen, dass sie für unterstützenswert halten. Für die Vereine und Initiativen bietet sich auf der anderen Seite die Möglichkeit ihre Projekte einer größeren Öffentlichkeit und potentiellen Sponsoren vorzustellen.

Über die Spende von je 1.000 € haben sich alle Vertreter der o. g. Institutionen sehr gefreut, wie die beispielhaften „O-Töne“ zeigen: „Mit der großzügigen Spende der Klinik können wir den diesjährigen „Light-Up-Ball“, der schon am 31.05. stattfindet, noch mehr zum Strahlen bringen und den Teilnehmern ein unvergessliches Erlebnis schenken“, sagt Felicitas Rohde-Kreutzer, Marketing & Ehrenamtsbeauftragte des Vereins.

„Auch bei uns, der Vogelschutzgruppe Eichen 1988 e.V. ist die Freude groß. Wir bedanken uns sehr für die Spende, mit der wir das ein oder andere Projekt in diesem Jahr noch ein bisschen leichter umsetzen können“, so Daniel Habermann 1. Vorsitzender des Vereins.

KIND DAHEIM - Apotheke prime

Ihre Apotheker aus der Region!

Jetzt bequem mit der APP das eRezept einlösen!

KOSTENLOSE Service-Hotline

☎ 06171 9161 444

bestellung@apothekeprime.de

www.apothekeprime.de



- APP Download**
- Wir richten die App gerne vor Ort für Sie ein (kostenfrei).
 - Gesundheitskarte ans Handy halten
 - Rezept senden
 - Lieferung erhalten nach Hause – schnell und unkompliziert.

Weil es um Menschen geht

Apotheken vor Ort – überall und jederzeit

(WLM). Apotheken liegen uns so nahe wie keine andere Institution des deutschen Gesundheitssystems. Die bundesweit derzeit etwa 17.000 Apotheken sind weit mehr als nur Anlaufstellen für Rezept-einlösungen. Gerade in einer Zeit, in der von allen möglichen Seiten mehr oder minder fachkundige „Gesundheitsinformationen“ auf die Menschen einprasseln, kommt der Kompetenz der Apotheke eine überaus wichtige Rolle zu. Apothekerinnen und Apotheker sichern die wohnort- und zeitnahe Arzneimittelversorgung, sind zuverlässige Ratgeber bei Gesundheitsfragen und beraten mit pharmazeutischem Fachwissen.

Werden die Bundesbürger zum Gesundheitssystem befragt, fällt vor allem ein Ergebnis auf: 92 Prozent der Bevölkerung vertrauen der Apotheke, mehr sogar als im Vorjahr. Dies zeigt sich sehr deutlich am Kaufverhalten der Kundschaft. Betrachtet man beispielsweise den Bereich der rezeptfreien Medikamente, bevorzugen hier 67 Prozent die Apotheke vor Ort als Anlaufstelle – vordergründig verblüffend, betrachtet man den enormen Werbeaufwand, mit dem alternative Vertriebsformen die Käufer locken wollen.

Einfach und schnell zu einem Ort des Vertrauens

Eine einleuchtende Erklärung für diese deutliche Bevorzugung lokaler Apotheken gegenüber anderen Beschaffungswegen hat Patrick Heinz, Geschäftsführer der Deutschen Gesundheitshilfe DGH: „Beim Thema Gesundheit ist es einfach wichtig, unkompliziert und schnell Ansprechpartner des Vertrauens zu erreichen.“ Vermutlich spielt dies auch für viele junge Menschen eine Rolle. Denn interessanterweise entscheiden sich erstaunliche 77 Prozent der 18- bis 29-Jährigen dazu, ihre Medikamente in einer Apotheke vor Ort zu beziehen.

Lokale Apotheken im modernen Gesundheitssystem

Die moderne Apotheke vor Ort ist kaum noch vergleichbar mit ihren Vorgängern vor 10 oder 20 Jahren.



So hielt schon seit einigen Jahren die Digitalisierung Einzug mit Apotheken-Homepages und Apotheken-Bestellplattformen, dank derer sich bequem von zu Hause aus oder per App auch von unterwegs Arzneimittelbestellungen an eine Apotheke vor Ort übermitteln lassen. Die Medikamente können dann wahlweise selbst abgeholt oder durch den bewährten apothekeneigenen Botendienst direkt nach Hause geliefert werden, meist sogar am gleichen Tag. Obwohl in der breiten Bevölkerung noch recht unbekannt, punkten ortsgebundene Apotheken zunehmend mit Leistungen im Gesundheitsumfeld, die von den gesetzlichen Krankenkassen getragen werden, sogenannten pharmazeutischen Dienstleistungen oder kurz pDLs.

Pharmazeutische Dienstleistungen – zunehmend bedeutsam

Für Patrick Heinz ist dieser fast noch unbekanntes gesellschaftliche Mehrwert ein wichtiger Bestandteil zukünftiger Aufgaben: „Die Apotheke vor Ort wird noch mehr mit der Zeit gehen und so immer stärker zu einem zentralen Dreh- und Angelpunkt der Gesundheitsversorgung werden. In

diesem Umfeld spielen sogenannte pharmazeutische Dienstleistungen natürlich eine große Rolle.“ Dazu gehören zum Beispiel die Einübung von Inhalationstechniken, die Risikoerfassung bei Bluthochdruck-Patienten und – sehr wichtig – eine erweiterte Beratung zu Wirkungen und Wechselwirkungen bei der Einnahme unterschiedlicher Medikamente. Auch die Schulung bei sogenannten digitalen Gesundheitsanwendungen (DiGAs) – umgangssprachlich oft als „App auf Rezept“ bezeichnet – kann ein bedeutendes Aufgabefeld der Apotheken werden. Auf die steigende Bedeutung der DiGAs weist die Hauptgeschäftsführerin von Pharma Deutschland, Dorothee Brakmann, hin: „Für mehr als 500.000 Versicherte bieten diese digitalen Medizinprodukte bereits jetzt evidenzbasierte Therapien, unterstützen den Heilungsprozess und schließen mit ihrer ansteigenden Nutzung Versorgungslücken.“

Stabile Apotheken – wichtig für eine gesunde Gesellschaft

Wie lässt sich das immense Vertrauen der Bevölkerung in die Vor-Ort Apotheke darüber hinaus erklären? Zum Einen ist es wohl deren stän-

dige Erreichbarkeit. Denn bei Akutproblemen wie Halsschmerzen, Durchfall, Husten oder Erbrechen kann kein Versandhandel schnelle Hilfe leisten. Sehr wohl gelingt dies aber dem Bereitschaftsdienst der Apotheken, auch mitten in der Nacht oder an Sonn- und Feiertagen. Zum Zweiten die Sicherheit insbesondere durch das Fachwissen des Apothekenpersonals. Ein solcher gelebter Verbraucherschutz wird immer drängender, je ungemindert sich die teilweise dubiosen Heil- und Wirkversprechen und der Zugang zu ungeprüften, manchmal sogar gesundheitsschädlichen Stoffen über das Internet verbreiten. Folgerichtig warnt Patrick Heinz und betont: „Die Gesundheit ist ein zu hohes Gut, als dass man leichtfertig und ungeprüft Informationen im Netz Glauben schenken sollte. Einer der großen Vorteile der Apotheken ist ja, dass dort im Bereich der Selbstmedikation seriös informiert, auf mögliche Wechselwirkungen hingewiesen und gegebenenfalls eben auch ein Arztbesuch empfohlen wird.“ Ohne Frage sind und bleiben lokale Apotheken als jederzeit erreichbare, bürger-nahe Anlaufstelle für ein modernes Gesundheitswesen unverzichtbar.



Der neue Podcast:

www.apothekeprime.de/
podcast



Marc Schrott

Apotheker

Muskelkater

Früher hat man das Lactat (Salz der Milchsäure) dem Muskelkater zugeordnet. Lactat ist eine Energiereserve und zusätzlich hat es eine Signalfunktion in dem Blutsystem. Es wirkt sich positiv auf entzündliche Probleme aus. Beim Muskelkater entstehen kleine Verletzungen in den Muskelbündeln. Dabei entstehen auch kleine Hämatome. Als Folge verdickt sich auch das Fasziennetz. Heute wissen wir, dass über dem kompletten Körper ein 2-4-schichtiges Fasziennetz gespannt ist, dass auch einen Anteil am Muskelkater hat. Zwischen den Schichten befindet sich Hyaluron als Schmiermittel. Dieses Hyaluron verhält sich wie Joghurt. Mit der Bewegung wird es flüssig und

dann können die Schichten wieder besser aufeinander gleiten. In der Therapie bedeutet das, dass die sensiblen und schmerzempfindlichen Faszien besser oberflächlich, zart und mit mäßigem Druck ausgerollt werden sollten. Während Muskeln zur Entspannung starken Druck brauchen. Faszien brauchen vielfältige Bewegung in alle Richtungen. Dehnungen sind sehr sinnvoll. Empfehlenswert ist es das Gewebe leicht auszumassieren. Unterstützen können Arnica Extrakte, Beinwell, Kyttä-Salbe und bei Hämatomen, hochdosierte Heparin Salbe, um die Blutungen ausfließen zu lassen.

E-Rezepte aus der Region am gleichen Tag geliefert bekommen: Ein-

fach apothekeprime als App heruntergeladen, Gesundheitskarte an das Handy halten und wir kümmern uns umgehend um die Belieferung! Bleib daheim mit Apotheke prime. Bei Rückfragen erreichen Sie uns unter 06171 9161 444.

Ihr
Marc Schrott

Fachapotheker für
Allgemeinpharmazie

Central Apotheke

Inhaber:
Apotheker Marc Schrott e.K.
Bahnstraße 51
61449 Steinbach



Medizin

ANZEIGE

Mysterium Reizdarm: Mythen, Fakten und aktuelle Erkenntnisse

Unsere Gesundheits-Experten erklären, was Reizdarm-Betroffene jetzt wissen sollten

Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen. Viele Deutsche leiden gelegentlich an einem oder mehreren dieser Symptome. Treten diese Darmbeschwerden jedoch immer wieder auf, handelt es sich meist um ein Reizdarmsyndrom. Doch was ist das Reizdarmsyndrom eigentlich genau? Und kann man den gängigsten Reizdarm-Mythen Glauben schenken? Darm-Experten haben den Faktencheck gemacht!

Mythos 1: Reizdarm ist eine Erkrankung des 21. Jahrhunderts.

Beim Reizdarmsyndrom handelt es sich keineswegs um eine neue Zivilisationskrankheit oder gar eine Modeerscheinung. Schon Hippokrates, oft als „Vater der modernen Medizin“ bezeichnet, beschrieb bereits vor über 2000 Jahren einen Patienten mit Abdominalbeschwerden, verändertem Stuhlverhalten, Blähungen und Stuhl drang – kurz: mit

typischen Reizdarmsymptomen. Die Ursache jedoch blieb für ihn rätselhaft.

Mythos 2: Reizdarm – alles nur Einbildung?

Auch wenn Darm und Psyche eng zusammenhängen, ist der Reizdarm keine Einbildung. Die immer wieder auftretenden Symptome beruhen auf krankhaften Veränderungen im Körper. Die Beschwerden an sich mögen für Außenstehende nicht dramatisch wirken, verringern die Lebensqualität Betroffener jedoch beträchtlich – insbesondere, wenn sie wiederkehrend und in den ungünstigsten Momenten auftreten.

Mythos 3: Die Ursache von Reizdarm ist ungeklärt.

Wissenschaftler nehmen heute an, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache chronischer Darmbeschwerden ist. Schon kleinste Schädigungen reichen aus, um Erreger und



Schadstoffe in die Darmwand eindringen zu lassen. In der Folge wird das enterische Nervensystem gereizt, es kommt zu wiederkehrendem Durchfall, oft gepaart mit Bauchschmerzen, Blähungen, teilweise Verstopfung.¹

Doch was kann Reizdarm-Betroffenen wirklich helfen?

Viele Menschen, die immer wieder an Darmbeschwerden leiden, entscheiden sich für die Einnahme von Präparaten, die

kurzfristig Linderung verschaffen, z. B. gegen Durchfall. Das Problem: Ein Reizdarm äußert sich in unterschiedlichen Symptomen. Betroffene können an einem Tag an Bauchschmerzen oder Blähungen leiden, am nächsten an Durchfall. Daher greifen Präparate, die auf einzelne Symptome abzielen, zu kurz.

Hoffnung kommt nun aus der Wissenschaft. Ein Münchner Forscherteam wollte einen Weg

finden, Reizdarm-Betroffenen zu helfen: Gemeinsam mit einem italienischen Wissenschaftler begaben sie sich vor mehr als 10 Jahren auf die Suche nach einer Lösung. Im Laufe der Zeit stießen sie auf einen ganz speziellen Bakterienstamm namens *B. bifidum* MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Die Idee der Forscher: Könnte sich unter diesem „Pflaster“ die Darmbarriere regenerieren – und könnten in der Folge auch die Darmbeschwerden abklingen?

Um ihre Theorie auf die Probe zu stellen, führten sie zwei Goldstandard-Studien durch, in denen sie die Wirksamkeit des Bakterienstamms *B. bifidum* MIMBb75 sowohl in lebender als auch in hitzeinaktivierter Form testeten. Die Ergebnisse waren bemerkenswert: In beiden Studien konnte die Wirksamkeit bei Reizdarmbeschwerden

eindrucksvoll unter Beweis gestellt werden.^{2,3}

Angespornt durch diese Ergebnisse entwickelten die Forscher das Produkt Kijimea Reizdarm PRO, das den Bakterienstamm *B. bifidum* MIMBb75 in hitzeinaktivierter Form enthält. Der Erfolg spricht Bände: Mittlerweile ist Kijimea Reizdarm PRO das meistverkaufte Medizinprodukt gegen Reizdarmbeschwerden in vielen europäischen Ländern.⁴

Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich, kann aber auch ganz bequem direkt beim Hersteller unter www.kijimea.de erworben werden.



¹Wood JD. Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. *J Clin Gastroenterol*. 2007;41 Suppl 1:S7-S19. doi:10.1097/MCG.0b013e31802f1331. • ²Guglielmetti S, Mora D, Gschwendner M, Popp K. Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – a double-blind, placebo-controlled study. *Alimentary pharmacology & therapeutics*. 2011;33(10):1123-1132. doi:10.1111/j.1365-2036.2011.04633.x. • ³Andresen V, Gschwendner M, Layer P. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *Lancet Gastroenterol Hepatol*. 2020;5(7):658-666. doi:10.1016/S2488-1253(20)30056-X. • ⁴Insight Health, MAT 01/24, u.a. DE, AT, ES, IT.

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.

„Wie gesund die damalige Ernährung aus heutiger Sicht war“

Leiter Andreas Gut spricht über die Besonderheiten des Alamannenmuseums

(DJD-K). Im südwestdeutschen Ellwangen befindet sich eines der bedeutendsten archäologischen Museen, das sich dem Leben der Alamannen widmet. Leiter Andreas Gut gibt einen Einblick.



Herr Gut, was fasziniert Sie am Alamannenmuseum?

Andreas Gut: Das Alamannenmuseum widmet sich den archäologischen Funden von Lauchheim, die ab 1986 in 20 Jahren ausgegraben wurden. Das ist ein Schatz, von dem viele Archäologen träumen.

Ist das Museum deswegen so bedeutend?

Gut: Nirgends sonst kann man einen ausgegrabenen Friedhof dieser Zeit [ca. 5. bis 8. Jh., Anm. d. Red.] zusammen mit dem ausgegrabenen Dorf in der Nachbarschaft präsentieren.

Nachbau einer alamannischen Webhütte mit Webstuhl

Foto: djd-k/Stadt Ellwangen/Alamannenmuseum



Haben Sie mal etwas wie bei den Alamannen gemacht?

Gut: Ich lege öfter „Hand an“. Beim Kochen verblüfft mich, wie gesund die damalige Ernährung aus heutiger Sicht war.

Leiter Andreas Gut hat das Museum 2001 gegründet.

Foto: djd-k/Stadt Ellwangen

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 20

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

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

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



1. JUNI | 13:00 UHR

STADION AM BIEBERER BERG



**PARIS
MUSKETEERS**

AT

**FRANKFURT
GALAXY**

SALUTE THE TROOPS

**JETZT TICKETS SICHERN
FRANKFURT-GALAXY.EU**

 **FRANKFURT
GALAXY**



Pflasterparadiese für Mensch und Natur

Welche drei Punkte beim Kauf von nachhaltigen Pflastersteinen zu beachten sind



Sieht aus wie normales Pflaster, lässt aber Wasser hindurch: eine nachhaltige Zufahrt.

Foto: DJD/Arena Pflasterstein/BenediktWalther



Kurz gefasst:

Wasserdurchlässige Pflastersteine sind gut für Mensch und Natur. Auf drei Punkte sollten Interessierte beim Kauf achten.

1. Damit Pflastersteine als wasserdurchlässig gelten, müssen auf einem Hektar innerhalb einer Sekunde mindestens 270 Liter Regenwasser versickern. Experten empfehlen mehr. Die Versickerungsleistung der Pflastersteine von Arena ist sogar nach 18 Jahren noch viermal höher ist als die Norm es erfordert.
2. Die Fugen sollten sich flexibel gestalten lassen. Besonders interessant sind Vegetationsfugen, wie sie mit den Pflastersteinen von Arena möglich sind.
3. Das Pflaster sollte sich individuell gestalten lassen. Wer sich unsicher ist, welche Möglichkeit und Farbe am besten passt, findet unter www.arena-pflastersteine.de verschiedene Anwendungsbeispiele.

schmäcker sind verschieden. Die gekauften nachhaltigen Pflastersteine sollten demnach einfach an die eigenen Vorstellungen anzupassen sein. Wer sich noch unsicher ist, welche Möglichkeit und Farbe am besten zum Eigenheim passt, findet unter www.arena-pflastersteine.de verschiedene An-

wendungsbeispiele zur Inspiration - von linear verlegten Flächen ohne Bepflanzung innerhalb moderner Architektur bis zu geschwungenen Variationen mit unregelmäßigen Vegetationsfugen. Auch Mischformen lassen sich mit den organisch geformten Pflastersteinen realisieren.

(DJD). Wer die Terrasse, Zufahrt zur Garage oder Wege im Garten befestigen möchte, kann aus verschiedensten Belägen wählen. Eine für Mensch und Natur vorteilhafte Möglichkeit sind wasserdurchlässige Pflastersteine: Das versickernde Regenwasser erhöht den Grundwasserspiegel, reduziert die Gefahr von Überschwemmungen und spart dank der gesplitteten Abwassergebühr bares Geld. Auf drei Punkte sollten Interessierte vor dem Kauf achten.

1. Versickerungsleistung

Damit Pflastersteine als wasserdurchlässig gelten, müssen sie einen von der Forschungsgesellschaft für Straßen- und Verkehrswesen (FGSV) vorgegebenen Wert erreichen: 270 Liter/s x ha. Das bedeutet, dass auf einer Fläche von einem Hektar innerhalb einer Sekunde mindestens 270 Liter Regenwasser versickern können müssen. Da die Versickerungsleistung in der Regel mit der Zeit abnimmt, empfehlen Experten, bereits beim Kauf auf eine höhere Versickerungsleistung zu achten, wie sie beispielsweise die nachhaltigen Pflastersteine von Arena aufweisen. Gutachten haben deren hohe Versickerungsleistung

bestätigt, die sogar nach 18 Jahren noch viermal höher ist als die Norm es erfordert.

2. (Vegetations-)Fugen

Um eine höhere Versickerungsleistung zu gewährleisten, sind die Fugen zwischen nachhaltigen Pflastersteinen in der Regel etwas breiter als die zwischen herkömmlichen Pflastersteinen. Spezielle Abstandshalter helfen, die jeweils gewünschte Fugengröße einzuhalten. Wie die Fugen gefüllt werden, sollten Käufer individuell entscheiden können. Besonders interessant sind Vegetationsfugen, wie sie mit den Pflastersteinen von Arena möglich sind. Sie bieten Platz für verschiedenste Pflanzen - vom einfachen Rasen über Blumen bis hin zu kleinen Stauden. Ein dichtes Pflanzenwachstum erhöht die Festigkeit der Fugen und trägt zur Biodiversität im eigenen Zuhause bei. Wichtig: Auch bei Vegetationsfugen sollten technisch ausgefeilte Abstandsnocken zur Stabilität beitragen.

3. Flexible Gestaltung

Egal, ob es um Kleidung, Essen oder Pflastersteine geht: Ge-

WIR SUCHEN SCHÜLER ALS

ZEITUNGszusteller

(m/w/d)

Tel.: 06104 - 49 70 90

E-Mail: zusteller@egro-direktwerbung.de

So besserst Du, Dein Taschengeld auf.

Zeitungszusteller in Hofheim gesucht

Scanne hier und schreib uns über WhatsApp!!!

EGRO
Direktwerbung GmbH

Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage, Zustellorganisationen, Agenturen

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

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

Frau Milli kauft: Pelze, Nerze aller Art, Kleidung, Schreib- und Nähmaschinen, Bilder, Porzellan, Bleikristall, Uhren, Teppiche, Brücken, Krüge, Münzen, Bernstein, Silber aller Art, Silberbesteck, Alt- und Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Modeschmuck, Leder- und Krokotaschen, Antiquitäten, Messing, Gardinen, Möbel, Schallplatten, Orden, Ferngläser, Puppen, Briefmarken, Kompl. Nachlässe aus Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Wertschätzung. Zahle bar vor Ort. Täglich: 7:30 - 21 Uhr, auch am Wochenende. ☎ 069 - 59772692

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

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

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

Herr Eiffler kauft an Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, 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 Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06105 / 9 67 60 55

AM DIENSTLEISTUNGEN



Verlegen von Fußboden



Tapezieren



Streichen



01573 7302860



milangacesa@gmail.com

Josef der Sammler kauft Pelze, Zinn, Silberbesteck, Uhren, Abendgarderobe, Münzen, Schuhe, Hosen und Jacken, Lampen, Puppen, Teppiche, Figuren, Antiquitäten, Porzellan, Militaria, Modeschmuck, Bernstein, Haushaltsauflösung, Zahngold und Goldschmuck. Zahle bar und fair vor Ort, von Mo-So 8.30 - 19.30 Uhr. ☎ 06103-7039789

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

Stellen

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

Ich suche eine neue rund um Betreuungsstelle in einem Privathaushalt! Bin erfahren in der 24h Betreuung von älteren Menschen. Ich habe sehr viel Einfühlungsvermögen für schwer kranke Menschen. Ich rauche nicht. Ich koche sehr gerne und liebe auch die deutsche Küche. Gerne Langfristig! Bitte nur seriöse Anfragen! ☎ 0621 - 18060334, 01579 - 2452024

Partnersuche

Ich bin Christel, 69 J., attraktiv und junggeblieben, lege viel Wert auf ein gemütliches Zuhause und eine gute Küche. Ich bin leider oft sehr einsam, da ich verwitwet bin. Ich sehne mich pv nach einem lieben Mann. Darf ich Sie zu mir auf Kaffee und Kuchen einladen? Tel. 0157 - 75069425

Einsame Witwe - Anneliese, 78 J. - sehr hübsch, mit schöner weibl. Figur, ich mag Kochen, Backen u. Handarbeiten. Habe Auto u. Führerschein, aber leider bin ich ganz allein. Mir fehlt die tägliche Ansprache, ich wünsche mir wieder sehr e. guten Mann an meiner Seite, Alter Nebensache, wir könnten getrennt oder am liebsten zusammen wohnen. pv Tel. 0160 - 7047289

Goldhaus Obertshausen

ANKAUF VON:

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

Neue Räumlichkeiten!

H. Honig | Bahnhofstraße 58
63179 Obertshausen

Mo-Fr: 10 - 13 Uhr | 15 - 18 Uhr

Tel. 0 6104 9 53 13 15 oder

www.goldhaus-obertshausen.de

Beilagen-Hinweis

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

ALDI, Alldrink, Douglas, Edeka, Expert Klein, Getränke Gotta, Globus, HIT, JYSK, Kölle Zoo, LIDL, Marktkauf, Media Markt Saturn, Möbel Kempf, Möbel Roller, Netto, Norma, REWE, Penny, POCO, Schäfer Dein Bäcker, Thomas Philipps, toom Baumarkt, XXXLutz, Zimmermann

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

Herr Zeiß kauft an Pelze aller Art, Alt u. Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck, Münzen, Briefmarken, Uhren, Perlen, Modeschmuck, Bernstein-schmuck, 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 Wertschätzung. Zahle absolute Höchstpreise! 100% seriös und diskret! +++Barabwicklung vor Ort+++ Mo. - So.: 8.00 - 20.00 Uhr ☎ 06104 / 6 70 79 40

ANZEIGEN

Telefon 06104 66720-40

E-Mail: info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH • Bieberer Straße 137 • 63179 Obertshausen

Impressum

Herausgeber: Rhein Main Verlags GmbH
Anschrift: Bieberer Straße 137 - 63179 Obertshausen
06104 66720-40 - info@rheinmainverlag.de
Geschäftsführung: Bernd Maas - Angelika Hofferberth
Redaktion: redaktion@mein-suedhessen.de
Alle unter der Anschrift des Verlages.
Gesamtauflage: 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.

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

Layout, Satz, Anzeigensatz und Druck: Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 - 63571 Gelnhausen
Vertrieb: EGRO Direktwerbung GmbH
Obertshausen - Tel. 06104-4970-0
Anzeigen: Gesamtpreisliste Nr. 37, gültig ab 14. Oktober 2023. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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

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



Holly

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

Holly wurde im März 2023 geboren und sucht ein Zuhause bei Menschen, die ihr das Leben zeigen. Das berichten ihre Gassigänger über Holly: Holly braucht etwas Zeit, die Person am anderen Ende der Leine einzuschätzen. Beim Erstkontakt ist Holly schüchtern, wenn man ihr Zeit gibt, beginnt sie langsam Vertrauen aufzubauen. Holly geht gerne spazieren - auch längere Strecken. Holly geht vorne, schaut aber permanent zurück, ob der Mensch noch da ist und freut sich dabei über eine positive Rückmeldung. Richtungsänderungen geht Holly völlig problemlos mit. Die größte Freude macht man Holly, wenn man mit ihr zusammen rennt (selbst dabei schaut sie ständig zurück), länger

stehen bleiben mag sie nicht. Holly ist dann nervös und läuft um einen herum, hinsetzen ist dann eher die Ausnahme. Übliche Kommandos wie „Sitz“, „Platz“, oder ähnliches kennt Holly noch nicht. Für ein echtes Training war Holly dazu bisher noch zu nervös. Holly mag keine Menschenansammlungen, nur durchlaufen ist aber kein Problem. Beim Stehenbleiben in Menschenmengen hält Holly anfangs tapfer durch, nach einer Weile zeigt sie aber deutlich, dass es ihr zu viel wird. Holly ist ein Hund, der gut kommuniziert, wenn es ihr etwas „zu viel“ wird. Nach irgendwem oder irgendwas zu schnappen ist Holly völlig fremd. Wenn Holly mal Ihr Zuhause gefunden hat und Ihren Menschen vertraut, wird sich die Nervosität/Unsicherheit bestimmt schnell legen und sie wird dann recht schnell Kommandos lernen. Holly könnte ein richtiges „Schmusemonster“ werden. Wenn Sie einmal HOLLY kennenlernen möchten, können Sie sich an das TINO-Büro unter 06063/939848 wenden oder sich vorab auf www.tiere-in-not-odenwald.de informieren. Wir bitten um Ihr Verständnis, dass aufgrund der derzeitigen Situation ein Kennenlernen nur nach einer telefonischen Absprache erfolgt.

Foto: TINO

Tiere in Not Odenwald e.V. | Tel. 06063/939848
www.tiere-in-not-odenwald.de



Galibo

HTB (PM). Galibo ist sehr lieb, anhänglich, neugierig und verträglich. Manchmal hat er auch was vom Beagle und ist etwas dickköpfig, aber auf sehr sympathische Art. Er liebt es, ausgeführt

zu werden und sein Alter merkt man ihm gar nicht an. Er ist geimpft, gechipt und kastriert. Galibo ist 10 Jahre alt, ist 40 cm groß und wiegt 13 kg.

Foto: HTB

Weitere Informationen unter **Hoffungsvolle Tierblicke e.V.**
www.htb-ev.de | Tel. 06068-4785493 oder 0162-2939838



Carina und Heidi

TSV SELIGENSTADT (PM). Carina und Heidi haben sich gefunden. Carina – ein weißes Stallkaninchen - wurde vor dem Schlachten gerettet und beim TSV abgegeben. Sie war bereits einmal vermittelt, nach dem Tod ihres Partnertieres kam Carina zurück. Carina ist super lieb und handzahn, nimmt Leckerchen aus der Hand und lässt sich gerne streicheln. Auf der Wiese kommt sie von sich aus und sucht den Kontakt zu den Menschen. Carina wiegt ca. 5 kg und ist daher eher gemütlich, benötigt aber ein aus-

reichend großes Gehege. Die gut ein Jahr alte Heidi hat ein ganz ähnliches Schicksal wie Carina, mit der sie sich sehr angefreundet hat. Auch die hübsche graue Heidi ist mit ihren 4,5 kg kein Zwergkaninchen und benötigt dementsprechend etwas mehr Platz. Heidi ist dem Menschen gegenüber zurückhaltend, versteht sich aber prächtig mit ihrer Freundin Carina. Deshalb wäre es sehr schön, wenn die beiden zusammen ausziehen können.

Foto: TSV

Tierschutzverein Seligenstadt u.U. e.V. | <https://tsvseligenstadt.de>
Tel.: 06182-26626 | E-Mail: info@tsvseligenstadt.de

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

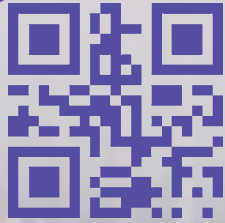
DRAHT WEISSBÄCKER

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**

Dein Traumjob finden!

Egal wo. Egal wann.



REWE startet nächste Runde von Scheine für Vereine Gemeinsam für mehr Inklusion im Sport sammeln!

(djd-p) Die beliebte Aktion „Scheine für Vereine“ von REWE geht in die sechste Runde: Seit dem 19. Mai unterstützt REWE gemeinsam mit den Kundinnen und Kunden wieder Amateur-Sportvereine, um den Breitensport in Deutschland zu stärken. Pro 15 € Einkaufswert gibt's 1 Vereinschein gratis im Markt und bei Bestellungen über den Onlineshop.* Wer mitsammelt, unterstützt Amateursportvereine bei ihrer Arbeit mit tollen Gratisprämien – insgesamt stehen über 130 davon zur Auswahl. Neben Trikots, Yoga Sets oder Rudergeräten befinden sich darunter dieses Jahr auch noch mehr inklusive Prämien wie zum Beispiel



© Foto: djd/REWE Markt

sammelnzubringen und durch gemeinsame Ziele die Gemeinschaft und den Zusammenhalt zu stärken. Diese verbindende Kraft des Sports steht erneut unter dem Motto „Sport vereint“ – dabei unterstützen die beiden Weltmeister Niko Kappel und Thomas Müller. Alle

Infos zur Aktion gibt es auf rewe.de/scheinefürvereine

Dunkelbrillen, Akustikbälle oder Bewegungstaschen. Denn gemeinsam mit der Aktion Mensch macht REWE sich wieder stark für mehr Inklusion im Sport. Diese Förderung liegt REWE besonders am Herzen, denn das sportliche Umfeld eignet sich sehr gut, um Menschen mit ihren individuellen Stärken zu-

Infos zur Aktion gibt es auf rewe.de/scheinefürvereine

* Ausgabe der Vereinscheine bis 22.06.2025, nur solange der Vorrat reicht, nur in teilnehmenden Märkten sowie bei Bestellung über den REWE Onlineshop (Liefer- oder Abholservice). Zuordnung der Vereinscheine bis 06.07.2025, Sportvereinregistrierung und Prämienbestellung bis 20.07.2025. Eine neue Registrierung der Sportvereine ist zur Teilnahme erforderlich. Veranstalter ist die REWE Markt GmbH.

Bewässerung & Pflanzenpracht!



Wenn's gut werden muss.



129,-
89,-

Piardino Hanfpalme
Trachycarpus fortunei
Topfgröße 36 cm, aktuelle Wuchshöhe 160 – 180 cm, pflegeleichte Palme für nFänger, als Kübel-pflanze geeignet, hohe Frostverträglichkeit, Urlaubsfeeling, immergrün
78772573



79,99
49,-

Piardino Hanfpalme
Trachycarpus fortunei
Topfgröße 30 cm, hübsch in Kübel, pflegeleicht, ideal an einem sonnigen und windgeschützten Platz, winterhart bis -15 grad
78675113



19,95
15,-

Neptun Schlauch-Set
25 m, verlängerbarer Schlauch dank Kupplungen, umfangreiches Zubehör, inkl. Spritze, Hahnstück und Kupplungen und Wandschlauchhalter aus Kunststoff
16180340



89,-
69,-

Neptun Schlauchwagen-Set 'Explorer Modell 2021'
Stabile Metalltrommel zur Aufbewahrung des Gartenschlauchs, inkl. 30 m Schlauch und Impulsbrause mit 4 Sprühmustern, höhenverstellbarer Griff
27883547



72,79
59,-

Gardena Schlauchwagen 'AquaRoll M Metall'
Schlauchkapazität 60 m, standsicher, wartungsfrei, widerstandsfähig und langlebig dank Schlauchtrommel aus Metall, flexible Bewässerungslösung für jede Gartengröße, ideal geeignet für den Einsatz rund um Haus und Garten, ein innovativer Frostschutz schützt den Schlauchwagen vor Beschädigungen durch Frost oder Schnee, Aufbewahrung und Transport sind zuverlässig trocken dank integriertem Nachtropfstopp
26424332

Alle Angebote nur gültig vom 24.5. – 7.6.2025 in den Fachzentren Bad Vilbel, Hanau und Frankfurt, solange der Vorrat reicht.



61118 Bad Vilbel, Zeppelinstraße 25
60386 Frankfurt, Hanauer Landstraße 517 – 543
63457 Hanau, Edisonstraße 3

BAUHAUS GmbH & Co. KG Hessen, Sitz: Albert-Einstein-Straße 1, 34277 Fulda/Brück
BAUHAUS GmbH & Co. KG Rhein-Main-Neckar, Sitz: Bohnenbergerstraße 17, 68219 Mannheim

Folgen Sie uns auf:

