

mein südhessen

12

Die Mitmachzeitung
am Wochenende!

www.rheinmainverlag.de

27. September 2025

Das Leben in und um Langen/Egelsbach, Auflage 15.658

mein südhessen
auf Facebook

[www.facebook.com/
rheinmainverlag](http://www.facebook.com/rheinmainverlag)



Tiere der Woche

Tiere suchen
ein neues
Zuhause.



Grafik: Freepik

Seite 11

Alle E-Paper, Nachrichten
und Anzeigen

Einfach scannen und mehr lesen
auf www.rheinmainverlag.de



MYJOB.de

Pssst ...
Hier gibt es die
passenden

JOBS



EGRO

Direktwerbung GmbH

WIR
SUCHEN
ZUSTELLER (m/w/d)
(Ab 13 Jahren)

Mehr Informationen:

☎ 06104 4970-90

✉ zusteller@egro-direktwerbung.de



Rund um Karlstadt zeigt sich das Fränkische Weinland besonders idyllisch, im Vordergrund ist die Lebensader der Region, der Main, zu sehen.
Mehr auf Seite 2.

Foto: DJD/Stadt Karlstadt/Atelier ZUEDEM

Wanderglück mit Main und Wein
In Karlstadt zeigt sich das Fränkische Weinland
von einer sehr idyllischen Seite

Goldhaus
Obertshausen

ANKAUF VON:

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

Seit 20 Jahren
Ihr Experte vor Ort!

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

GLOBUS
BAUMARKT

als Beilage
in Teilen
dieser Ausgabe!

Wanderglück mit Main und Wein

In Karlstadt zeigt sich das Fränkische Weinland von einer sehr idyllischen Seite

(DJD). Die abwechslungsreiche Landschaft des Fränkischen Weinlands ist ein ideales Ziel für naturliebende Wanderinnen und Wanderer. Nördlich von Würzburg, im idyllischen Karlstadt, zeigt sich die Region von ihrer ursprünglichsten Seite. Die Wanderwege entlang des Mains und durch die umliegenden Weinberge und Wälder bieten reizvolle Touren – vom gemütlichen Spaziergang bis zur Tagestour dank kombinierbarer, gut ausgeschilderter Routen. Eine Wanderkarte ist für knapp sieben Euro bei der Tourist-Info erhältlich. Weitere Infos zu Sehenswürdigkeiten und Unterkünften gibt es unter www.karlstadt.de. Nach der Wanderung laden fränkische Spezialitäten wie Schäufele, Bratwurst oder eine Häckerplatte zur Einkehr ein – ein Glas Frankenwein gehört dazu. Im Sommer und Herbst locken außerdem zahlreiche Weinfeste. Hier sind fünf Wander Tipps im Überblick:

1. Stadtrundgang Karlstadt

Die historische Altstadt von Karlstadt sollte man bei einem Rundgang durch die malerischen Straßen und Gassen erkunden. Dabei gibt es mittelalterliche Häuser mit ihren Fachwerkfassaden aus der Renaissance zu entdecken. Zu den Highlights gehören die romanisch-gotische Stadtpfarrkirche, das Historische Rathaus und die Tore und Türme der Stadtbefestigung. 40 Infotafeln an historischen Gebäuden halten Wissenswertes über die Geschichte der Bauwerke



Panoramablick auf Karlstadt am Main, das malerische Städtchen gilt als eine Perle des Fränkischen Weinlandes.

Foto: DJD/Stadt Karlstadt

bereit und können zu einer Stadtführung kombiniert werden.

2. terrorif und Wanderwege in Stetten

Die Weinlage Stettener Stein ist über eine kurze Wanderung von etwa fünf Kilometern zu erreichen. 130 Meter über dem Main befindet sich hier der Aussichtspunkt „terrorif“. Der Panoramablick reicht bis Würzburg und weit in den Spessart hinein. Im Stadtteil Stetten gibt es mehrere ausgeschilderte Wanderwege.

3. Jüdische Spuren im Stadtteil Laudenbach

Auf einem Rundgang lässt sich die jüdische Geschichte in Laudenbach

entdecken. Die Audioführung erzählt anhand einer Kurzgeschichte vom Alltag und den religiösen Ritualen der jüdischen Familie Berney. In einem Flyer sind alle sieben Stationen in einer Karte verzeichnet.

4. Rundgang Mühlbach

Im fast 800 Jahre alten Stadtteil Mühlbach gibt es einen virtuellen Rundgang mit 16 Stationen an den markantesten und geschichtsträchtigsten Punkten im Dorf. Auf Tafeln mit Kurzinformaten sowie über QR-Codes erfährt man mehr Wissenswertes.

5. Edelweiß

Der Aussichtspunkt „Edelweiß“ auf der 300 Meter hohen Felswand inmitten des Naturschutzgebiets Grainberg-Kalbenstein-Saupurzel gibt einen weiten Ausblick über Karlstadt hinaus ins Maintal.



Von den Wanderwegen rund um Karlstadt geht der Blick immer wieder weit ins Maintal.

Foto: DJD/Stadt Karlstadt/Atelier ZUEDEM



In Karlstadt kann man auch nach dem Wandern mit einem Glas goldenen Frankenwein anstoßen.

Foto: DJD/Stadt Karlstadt/Atelier ZUEDEM

Hier beißt der Gourmet an

Karpfen- und Wildwochen haben Suchtpotenzial

(DJJ). Wenn der Herbst Einzug hält, beginnt in Frankens Mehrregion eine der schmackhaftesten Zeiten des Jahres. Mit dem Aischgründer Karpfen g.g.A. landet ab September eine Delikatesse auf dem Teller, die weit über die Region hinaus geschätzt wird. Während der Aischgründer Karpfenschmeckerwochen im September und Oktober präsentieren Gasthäuser kreativ-moderne und klassische Karpfengerichte und im Karpfenmuseum in Neustadt an der Aisch erfahren Interessierte Wissenswertes über die Fische und ihre Zucht.

Direkt im Anschluss starten die Wildbretwochen: Den gesamten November servieren Gastwirte im Landkreis Neustadt an der Aisch-Bad Windsheim Klassiker wie Reh- oder Wildschweinbraten und ausgefallene Kreationen wie Wildessenz mit Mangoldröllchen mit Fleisch aus heimischen Revieren.



Der Aischgründer Spiegelkarpfen ist eine regionale Delikatesse.

Foto: DJJ/Landratsamt Neustadt a.d.Aisch-Bad Windsheim/Andreas Riedel

FES

**05.10.2025,
11.00-17.00 Uhr**

Miteinander.
Für eine lebenswerte
Zukunft.

**EINLADUNG
zum
Fessie-Fest**

In der Weidenbornstraße 40 in 60389 Frankfurt geht es wieder hoch her für die Kleinen: Spaß und Spiel, Probefahren mit Müllautos und persönliche Treffen mit Fessie stehen an. Gegen den kleinen Hunger/Durst ist ebenso bestens vorgesorgt.

fessie.de **Die Rhein-Main-Macher**

Magnesium als starker Unterstützer für das Wohlbefinden

Gut versorgt – damit Muskeln, Herz und Nerven im Gleichgewicht bleiben

(DJD). Eigentlich steht ein aktiver Tag bevor: Termine, Sport, ein Abend mit Freunden und Familie. Doch der Körper macht nicht mit – Müdigkeit, Muskelkrämpfe und Verspannungen bremsen den Elan. Solche Beschwerden können Hinweise darauf sein, dass dem Körper wichtige Nährstoffe fehlen. So ist das unkontrollierte Zusammenziehen des Muskels ein typisches Symptom für ein Magnesiumdefizit. Denn als Gegenpart von Kalzium, das für die Muskelanspannung zuständig ist, sorgt Magnesium für die Entspannung. Und der Mineralstoff hat viele weitere Aufgaben. Er ist an etwa 600 Prozessen im Körper beteiligt.

Wichtig bei Migräne und Diabetes

Heute weiß man zum Beispiel, dass ein niedriger Magnesiumspiegel zu kardiovaskulären Problemen führen kann. Herzstolpern, Herzsrasen oder unregelmäßiger Herzschlag



Gesundes Herz, starke Muskeln und jede Menge Energie – mit der richtigen Nährstoffversorgung kann jeder zu seinem Wohlbefinden beitragen.

Foto: DJD/Magnesium Diasporal/
Fabrice Michaudéau

sind mögliche Folgen. Auch bei Migränepatienten wird oft ein niedriger Magnesiumstatus festgestellt. Der Mineralstoff ist zudem ein wesentlicher Bestandteil der Knochen und spielt eine Schlüsselrolle im Stoffwechsel. All dies zeigt, wie wichtig eine gute Versorgung ist. Die ideale tägliche Menge hängt von verschiedenen Faktoren ab. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt allgemein eine Zufuhr von 300 bis 350 mg am Tag. Doch es gibt Situationen, in de-

nen man mehr braucht. Beispielsweise in der Schwangerschaft kann eine erhöhte Aufnahme wichtig sein. Aber auch bei Diabetes sollte man darauf achten, gut versorgt zu sein, da ein Magnesiummangel das Diabetes-Risiko etwas erhöhen kann. Tipps zur Deckung des

Bedarfs sowie einen individuellen Bedarfsrechner gibt es auch unter www.diasporal.com.

Den Magnesiumbedarf decken

Da der Körper Magnesium nicht selbst herstellen kann, muss es über die Nahrung zugeführt werden. Gute Lieferanten sind unter anderem Kerne und Samen, Getreideprodukte, Mangold, Brokkoli, Erbsen, Fisch und Meeresfrüchte. Doch im stressigen Alltag ist es oft nicht leicht, die optimale Menge aufzunehmen. Dann können Arzneimittel aus der Apotheke wie das Magnesium-Diasporal 300 mg Trinkgranulat gezielt und effektiv unterstützen, einen Mangel vorzubeugen. Denn laut der Nationalen Verzehrsstudie 2008 erreichen circa 25 Prozent der Deutschen nicht die empfohlenen Mengen. Dabei gilt: Wer seinen Magnesiumbedarf im Blick behält, legt eine wichtige Grundlage für mehr Wohlbefinden und Energie im Alltag.

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



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

- Psychosoziale Beratung
- Psychomotorik
- Musiktherapie

WWW.KREBSKRANKE-KINDER-DARMSTADT.DE

MOBILE[®]
DER WOHN•SPASS

TOP ANGEBOTE - in unserem Prospekt innenliegend!

PREISSCHLAGER

WIR LIEBEN NIEDRIGE PREISE!



Wir lieben
niedrige Preise!
HAVE A LOOK
Jetzt Online entdecken



FARBWAHL
ZUM INDIVIDUELLEN PREIS

Der riesige Mitnahmemarkt in Egelsbach von **Kempff**

Alle reduzierten Vorzugspreise sind Barzahlungsabholpreise bei Teilnahme an unserem Stammkunden-Programm. Alle Artikel ohne Deko.

ANZEIGE

Dank der 24-Stunden-Pflege Ihre Lieben können zu Hause bleiben

Zu Hause ist es immer noch am schönsten – gerade im Alter bietet das gewohnte Umfeld Sicherheit und Behaglichkeit. Nehmen körperliche oder kognitive Einschränkungen zu, braucht es verlässliche Betreuungskräfte. Die 24-Stunden-Pflege bietet ein Konzept, das Pflegebedürftige nicht entwurzelt, sondern ihre gewohnte Lebensweise in ihrer Häuslichkeit aufrechterhält. Unterstützung bei der Nahrungsaufnahme, der Mobilität sowie bei der Körperpflege und eine abwechslungsreiche Alltagsgestaltung – all das leisten die Betreuungskräfte.



lungen informieren wir Familien ausführlich über die Finanzierungsmöglichkeiten und unterstützen sie dabei, eine passende Betreuungskraft zu finden. So ermöglichen wir pflegebedürftigen Menschen ein würdevolles und selbstbestimmtes Leben im eigenen Zuhause. Ihre persönlichen Ansprechpartner:innen vor Ort stehen Ihnen jederzeit für eine kostenfreie und unverbindliche Beratung zur Verfügung, um alle Details zur 24-Stunden-Pflege mit Ihnen zu besprechen.

Wie können Familien eine 24-Stunden-Pflege finanzieren?

Zur Finanzierung stehen verschiedene Unterstützungen wie das Entlastungsbudget, das Pflegegeld und steuerliche Vorteile zur Verfügung. Als erfahrene Vermittlungsagentur mit über 100.000 erfolgreichen Vermitt-

Jetzt unverbindlich anfragen!

Pflegehelden Franchise GmbH

www.pflegehelden.de

Telefonnummer:

04821 – 65 99 042



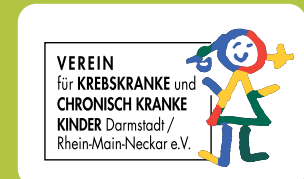
pflegehelden
Zuhause. Sicher. Gepflegt.

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.“



Gesundheit

ANZEIGE

+++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++ NEU +++

Schlaf-Hype aus den USA

Experten erklären, was dahintersteckt und wie ein innovatives „Schlaf-Magnesium“ den deutschen Markt revolutioniert!

Mega-Trend aus den USA: Immer mehr Amerikaner verzichten auf chemische Hilfen und setzen stattdessen auf einen Mineralstoff, der den Körper während der Nacht bei seiner Erholung unterstützen soll: Magnesium! Auch in Deutschland steigt die Nachfrage nach Magnesiumpräparaten rasant. Kein Wunder: Viele Probleme im Schlaf stehen mit Magnesium in Verbindung.



Die Gründe für eine schlechte Nacht sind unterschiedlich: Muskelkrämpfe, psychischer Druck oder erschöpftes Nervensystem durch zu viel Stress. Eines können sie jedoch gemeinsam haben: Eine unzureichende Versorgung mit Magnesium kann ein Mitauslöser sein.

terstützt die normale Funktion von Muskeln und Nerven.^{1,2} Besonders Menschen, die nachts unter Muskelkrämpfen oder innerer Unruhe leiden, sollten auf eine ausreichende Zufuhr achten.

Auch Alltagsorgen und Beziehungsprobleme, die den Kopf nachts beschäftigen und uns psychisch belasten, stehen mit einem Magnesiummangel in Verbindung. Denn Magnesium trägt auch zu einer normalen psychischen Funktion bei.³

Mittlerweile setzen daher immer mehr Menschen auf das Mineral Magnesium, das eine wichtige Rolle für die Muskeln und Regenerationsprozesse im Körper spielt – auch in der Nacht.

Magnesium als essenzieller Unterstützer

Magnesium ist an über 300 Vorgängen im Körper beteiligt und un-

Neu von der Expertenmarke Baldriparan

Baldriparan gehört seit über 70 Jahren zu den führenden Marken in deutschen Apotheken. Nun gibt es einen innovativen Premium-Magnesium-Komplex von Baldriparan, der sich genau aus der Kombination Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid zusammensetzt: Baldriparan Magnesium PLUS. **Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.⁴**

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan Magnesium PLUS
(PZN 19927389)
www.baldriparan.de



Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel. • ¹Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei. • ²Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei. • ³Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei. • ⁴Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Im Fall der Fälle den gewohnten Lebensstandard halten

Die wichtigsten Fragen und Antworten zur Berufsunfähigkeitsversicherung



Wenn man eine Berufsunfähigkeitsversicherung abschließt, sollte die vereinbarte Rente ausreichend hoch und bedarfsgerecht kalkuliert sein, um seinen Lebensstandard zu halten.

Foto: djd-k/uniVersa/Westend61/Joseffson

(DJD-K). Jeder vierte Beschäftigte in Deutschland kann aufgrund gesundheitlicher Probleme irgendwann nur noch eingeschränkt oder überhaupt nicht mehr arbeiten. Psychische Erkrankungen sind die mit Abstand häufigste Ursache, sie können Men-

schen in jedem Alter und in jedem Beruf treffen. Eine Berufsunfähigkeitsversicherung (BU) kann dazu beitragen, im Falle der Fälle den gewohnten Lebensstandard zu halten.

Wie hoch sollte die BU-Rente sein?

"Diese Frage kann nur individuell beantwortet werden", erklärt Stefan Taschner von der Universa Lebensversicherung. Welches Versorgungsziel habe ich? Wie viel Einkommen brauche ich pro Monat, wenn ich nicht mehr arbeiten kann? Welche gesetzlichen, betrieblichen oder privaten Versorgungsansprüche habe ich bereits? Wichtig ist auch, bei der Bedarfsermittlung die Sparbeiträge für die Altersvorsorge nicht zu vergessen und anfallende Steuern und Sozialabgaben zu berücksichtigen.

Wie lange sollte der Vertrag laufen?

Am besten bis zur gesetzlichen Regelaltersgrenze beziehungsweise bis man vor hat, in den Ruhestand

zu gehen. Neuere Tarife bieten eine Verlängerungsoption ohne erneute Gesundheitsprüfung, falls der Gesetzgeber die Regelaltersgrenze anheben sollte.

Welche Leistungen sind wichtig?

Ein guter Vertrag beinhaltet rückwirkende Leistungen, wenn der Beruf aus gesundheitlichen Gründen zu mehr als 50 Prozent nicht mehr ausgeübt werden kann. "Zudem sollte auf eine abstrakte Verweisung auf andere Berufe verzichtet werden und es sollten für Teilzeitbeschäftigung vorteilhafte Regelungen enthalten sein", rät Stefan Taschner. Manche Tarife würden auch eine Sofortleistung bei schweren Krankheiten oder eine Rentenzahlung bei längerer Arbeitsunfähigkeit erbringen.

Kann der Schutz angepasst werden?

Bei einer BU-Absicherung ist es sinnvoll, dass die Rente an veränderte Lebensumstände wie Heirat,

Geburt von Kindern, Eigenheimwerb, Wechsel in die Selbstständigkeit oder ein gestiegenes Einkommen ohne erneute Gesundheitsprüfung angepasst werden kann, Infos: www.universa.de/sbu.

Welche Besonderheiten gibt es?

Wer in einem medizinischen Beruf arbeitet, sollte darauf achten, dass eine Infektionsklausel enthalten ist. Für Beamte ist ein Schutz bei Dienstunfähigkeit (DU) mit einer "echten DU-Klausel" wichtig. Sie garantiert, dass eine Entlassung oder Versetzung in den Ruhestand wegen DU als Nachweis genügt.

Wann beginnen?

Möglichst frühzeitig, da sich der Beitrag unter anderem nach dem Eintrittsalter richtet und damit in jungen Jahren günstiger ist. "Zudem ist man dann meist noch gesünder und bekommt leichter einen Vertrag ohne Einschränkungen", so Taschner.

Sudoku | Rätsel

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

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

Auflösungen der KW 38

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

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

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



80 JAHRE

XXX Lutz

55 JAHRE JUBILÄUM
XXX LUTZ
IN WIESBADEN

30 JAHRE JUBILÄUM
XXX LUTZ
IN DREIEICH

20 JAHRE JUBILÄUM
XXX LUTZ
IN ESCHBORN

Nur bis

Samstag

04.
Oktober

MEGA Tage

XXXL Aktion

25% AUF FAST ALLE



1) + S)



Gutschein nur gültig in unseren Filialen, nur bis 04.10.2025!

XXX Lutz

Gutschein

250 €



2) + S)

XXXL Dankeschön
für Ihre Treue!

bei Kauf ab 1.000 €

Gutschein nur gültig in unseren Filialen, nur bis 04.10.2025!

XXX Lutz

Gutschein

500 €



2) + S)

XXXL Dankeschön
für Ihre Treue!

bei Kauf ab 2.000 €

Gutschein nur gültig in unseren Filialen, nur bis 04.10.2025!

XXX Lutz

Gutschein

1.000 €



XXXL Dankeschön
für Ihre Treue!

bei Kauf
ab 4.000 €

Gutschein nur gültig in unseren Filialen, nur bis 04.10.2025!

Auf viele Artikel. Ausgenommen: siehe S) sowie in dieser Werbung angebotene Ware

IN ALLEN ABTEILUNGEN

EXKLUSIV FÜR FREUNDSCHAFTSKARTEN-INHABERINNEN UND -INHABER

ILDE40-5-f Für Druckfehler keine Haftung. Artikel im Online Shop immer zum Freundschaftskartenpreis - unabhängig jeglicher Rabattaktionen. Marktplatz-Verkäufer/Drittanbieter sind von allen Aktionen ausgenommen. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. 1) Exklusiv für Freundschaftskarteninhaberinnen und -inhaber. Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Artikel, die in die Tasche passen, aus den Abteilungen Haushaltswaren & Accessoires, Gardinen, Leuchten, Heimtextilien sowie für die Baby-Exklusivmarken Jimmy Lee, My Baby Lou, Avelia und Patinio. Ausgenommen: siehe S). Keine weiteren Konditionen möglich. Gültig bis 04.10.2025. Einkaufstasche „XXXL Shopping Bag“, ca. 53 x 40 x 22 cm (83500010) für 1,- € erhältlich. 2) Gültig bei Neuaufträgen auf gekennzeichnete Artikel der Abteilungen Möbel, Küchen, Matratzen, Teppiche und Babyzimmer. Ausgenommen: siehe S). Für Freundschaftskarteninhaber: Sowohl anwendbar. Kombination mit dem 35% Freundschaftskartenpreis möglich, darüber hinaus keine weiteren Konditionen möglich. Gutschein gilt nur in unseren Filialen. Pro Einkauf und Kunde nur ein Gutschein einlösbar. Gültig bis mindestens 04.10.2025. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: Artikel in dieser Werbung, in der Ausstellung als „Bestpreis“/„Bester Preis“ gekennzeichnete Artikel, Blomus, Boxox, Depot, Elle Decoration, JAB, Joop!, Teppiche, Leifheit, Musterring, Paidi, Soehne, Tilo, Tom Tailor Teppiche, Team 7 Schöner Wohnen und Vorwerk, bereits reduzierte Ware, Saisonartikel, Badzubehör, Elektro-Kleingeräte, Gutscheinkauf und Bücher. Bei XXXLutz in Blankenburg keine Baby-Artikel platziert, aber bestellbar. Keine Barauszahlung.



Verlängerte Öffnungszeiten bei XXXLutz
in ganz Deutschland! Siehe xxxlutz.de

Mein Möbelhaus.
Mein xxxlutz.de

XXX Lutz

© XXXLutz Marken GmbH

www.rheinmainverlag.de
Ihre Onlinezeitung

Rhein Main Verlag

Deutscher Lungentag 2025 Bronchiektasen-Erkrankung – eine oft übersehene Lungenerkrankung

ANZEIGE

Am 24. September 2025 rückt der Deutsche Lungentag Atemwegs- und Lungenerkrankungen in den Fokus, darunter auch die Bronchiektasen-Erkrankung. Es ist die dritthäufigste chronische Lungenerkrankung, bei der die Bronchien krankhaft erweitert und abnormal verdickt sind. Es kann sich in der Lunge zäher Schleim bilden, der das Zusammenspiel von Infektionen, chronischer Entzündung und irreversiblen Schäden am Lungengewebe negativ beeinflusst. Typische Symptome sind Husten, schleimiger Auswurf, Kurzatmigkeit, Müdigkeit und gehäufte Infekte. Zudem kann es zu Verschlimmerungen der Symptome kommen (Exazerbationen), die über die normalen täglichen Schwankungen hinausgehen. Die Ursachen der Erkrankung sind unterschiedlich: Diese entstehen häufig nach Infekten oder in Verbindung mit Asthma und chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD).

In vielen Fällen bleibt die Ursache jedoch unbekannt. Es gibt in Deutschland wahrscheinlich mehr als 100.000 Betroffene – Tendenz steigend. Die Lebensqualität wird erheblich beeinträchtigt. Oft wird die Erkrankung als Asthma oder COPD fehldiagnostiziert. Eine korrekte und frühzeitige Diagnose sowie Behandlung sind wichtig, um die Folgen zu minimieren.

Mehr Informationen finden Sie unter www.atemwegsliga.de



Dieser Beitrag wurde von Insmед unterstützt.

Fine Dining daheim erleben

ANZEIGE

Genussvolle Stunden ganz ohne Reservierung, Dresscode oder Anfahrt? Das Geheimnis eines gelungenen Abends sind erlesene Zutaten. Wer kulinarisch das gewisse Extra sucht, setzt auf GRAND NOIR. Der preisgekrönte Blauschimmelkäse vereint intensive Aromen mit einer außergewöhnlich cremigen Textur und bildet die ideale Grundlage für genussvolle Gourmet-Momente in den eigenen vier Wänden.

Doch zu einem stimmungsvollen Fine-Dining-Erlebnis gehört mehr als exzellentes Essen. Auch das Umfeld sollte stimmen. Schon mit kleinen Details lässt sich eine stilvolle Atmosphäre zaubern: Stoffservietten, schlichtes Geschirr, Kerzenlicht, eine geschmackvolle Tischdekoration und leise Musik im Hintergrund – zum Beispiel sanfte Klavierklänge – verleihen dem Abend die besondere Note.

Ein mehrgängiges Menü lässt sich auch zu Hause mit wenig Aufwand realisieren – ideal ist eine stimmige

Abfolge aus einer leichten Vorspeise, einem aromatisch ausbalancierten Hauptgang und einem raffinierten Dessert. GRAND NOIR bietet sich dabei als vielseitige Zutat an. Ein echter Hingucker und stilvoller Abschluss ist die kunstvoll angerichtete Käseplatte mit GRAND NOIR, serviert auf einem umgedrehten Weinglas. Übrigens: Käse sollte mit etwas Vorlaufzeit angerichtet und rund 30 Minuten vor dem Servieren aus dem Kühlschrank genommen werden – so kann er sein volles Aroma entfalten.

Weitere Informationen und Rezeptideen auf www.lust-auf-kaese.de



Lebensmittelsicherheit im Haushalt

Wie halten es die Menschen in Deutschland mit Kühlkette und Speiseresten?

(DJD). Lebensmittel aus dem Supermarkt müssen sicher sein. Doch nach dem Kauf geht die Verantwortung auf den Verbraucher über. Wie die Menschen hierzulande es damit halten, erfragte die repräsentative forsa-Studie „Wie sicher essen wir Deutschen?“ im Auftrag von QS, der Herausgeberin des QS-Prüfzeichens. Danach sehen je rund zwei Drittel Sicherheitsrisiken bei Lagerung und Heimtransport, 54 Prozent nennen falsche Zubereitung. In der Praxis achten immerhin 60 Prozent darauf, bei Fleisch- und Wurstwaren die Kühl-

kette nicht zu unterbrechen. Hierfür empfiehlt sich, die Produkte in einer Kühltasche nach Hause zu bringen und danach bei maximal sieben Grad zu lagern. Weitere Ergebnisse der Studie finden Sie unter www.lebensmittelsicherheit.de.



Foto: DJD/QS Qualität und Sicherheit/ New Africa/Shutterstock

EGRO
Direktwerbung GmbH

GEBIETSBETREUER (m/w/d)

Dafür sorgen wir:

- Lohnenden Nebenverdienst (auf geringfügiger, selbständiger Basis oder auch Teilzeit möglich)
- Dauerhafte Beschäftigung bei weitestgehend freier Zeiteinteilung
- Sicherheit eines zuverlässigen Arbeitgebers
- Solide Einarbeitung

Das bringen Sie mit:

- Mobilität mit eigenem PKW und Erreichbarkeit
- per Handy und Internet
- Freude am Umgang mit Jugendlichen
- Durchsetzungsvermögen

Können Sie sich vorstellen, die Verteilung unserer Zeitungen und Prospekte vor Ort zu organisieren? Sie führen Ihr eigenes Team meist aus jugendlichen Austrägern. Sie stellen ein, planen Urlaubsvertretungen, sind Ansprechpartner für Ihr Team und sorgen für die gleichbleibende, hohe Verteilqualität. Klingt das interessant? Eine Tätigkeit als Gebietsbetreuer bei der EGRO ist ideal für Rentner, Hausfrauen oder alle anderen, die ein Auto haben und sich angesprochen fühlen.

Bewerbung einfach an: daniele.dauria@egro-direktwerbung.de oder anrufen unter Tel.: 0 61 04 / 49 70-61
EGRO Direktwerbung GmbH
Bieberer Str. 137 | 63179 Obertshausen
Weitere Informationen unter: www.egro-direktwerbung.de

Fünf Jahre Gefäßchirurgie in Langen!

Wohnortnahe Spitzenmedizin in Langen und Rhein-Main

RHEIN-MAIN (PM). Anlässlich des fünfjährigen Bestehens seiner Abteilung veranstaltete Prof. Dr. Dr. med. Donas, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie an der Asklepios Klinik Langen und Leiter des Asklepios Rhein-Main Gefäßzentrums ein Symposium für niedergelassenen Ärzte der Region. Dabei beschrieb Donas, der die Abteilung im Jahr 2020 zusammen mit seinem Leitenden Oberarzt Dr. med. Nizar Abu Bakr aufbaute, zunächst die rasante Entwicklung seiner Klinik. Mittlerweile umfasst das Team sieben erfahrene Fachärzte, Phlebologen, Wundmanager sowie Gefäß- und Studienassistenten.

Heute führt Donas mit seinem Team mehr als 900 Eingriffe pro Jahr durch. Dabei umfasst das Leistungsspektrum periphere Gefäßoperationen an Armen und Beinen über Eingriffe an der Halsschlagader bis hin zu Eingriffen an Aortenaneurysmen (Aussackungen



Prof. Dr. Dr. med. Donas

Foto: Asklepios

der Hauptschlagader) in minimal-invasiver wie auch klassisch offener Technik, je nach Disposition der Patientinnen und Patienten. Doch damit nicht genug, mit der Inbetriebnahme des hochmodernen Hybrid-OP's vor zwei Jahren eröffnete sich Möglichkeit zur Etablierung des Asklepios Rhein-Main Gefäßzentrums, das mittlerweile über drei Standorte in den Askle-

pios Kliniken Langen, Seligenstadt und Wiesbaden verfügt. „Mit unserem Konzept „Gefäßmedizin aus einer Hand“, das minimal invasive Techniken mit klassischen offenen Gefäßeingriffen an drei Asklepios-Standorten verbindet, schließen wir eine wichtige Lücke in der Versorgung. Darüber hinaus arbeiten wir eng mit den Kliniken der Region und den niedergelassenen Kollegin-

nen und Kollegen zusammen, denn wir sind davon überzeugt, dass wir nur so eine optimale Versorgung unserer Patientinnen und Patienten gewährleisten können“, so Donas. Zudem zeichnet sich das Team der Langener Gefäßchirurgie durch die Anwendung innovativer, minimal-invasiver OP-Techniken aus, wie z.B. zuletzt bei der Verwendung eines neuartigen Ballons zur Stoßwellentherapie in der thorakoabdominellen Aorta (Hauptschlagader im Bereich des Brustkorbs als auch im Bauchraum). Da verwundert es auch nicht, dass Prof. Donas und sein Team weiterhin großen Wert auf die wissenschaftliche Arbeit legen und immer wieder auch in diesem Bereich auf sich aufmerksam machen. Darüber hinaus findet 2026 -schon das vierte Jahr in Folge- die internationale „Advanced Vascular Conference Frankfurt“ unter der Leitung von Prof. Dr. Dr. med. Donas und seinem Team statt.

GOLD- UND SILBERANKAUF

Vergleichen lohnt sich!

**GOLDPREIS
AUF DEM
HÖCHSTSTAND**

Machen Sie Ihr Altgold zu Bargeld



Goldschmuck

Das Juwelier Rubin-Team steht Ihnen bei allen Fragen rund um Gold, Silber und allem, was mit Edelmetall zu tun hat gerne zur Verfügung. Auch bei Markenuhren-Ankauf von Rolex, Breitling und Cartier.



Erbschaften

!!! SOFORT BARGELD !!!

Juwelier Rubin

Seit über 30 Jahren
im Rhein-Main-Gebiet.

Im Isenburg-Zentrum • Hermesstraße 4 • Neu-Isenburg • Telefon: 06102 - 37 29 20
Leipziger Straße 31 • Frankfurt am Main • Telefon: 069 - 77 03 38 78

Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 10.00 - 18.00 Uhr

Anzeigen | Markt

KFZ BAR ANKAUF

Alle Fahrzeuge

PKW's, Busse, Geländewagen, Oldtimer, Wohnwagen/ -mobile, Traktoren, Bagger.

Alles anbieten! (Baujahr, km, Zustand egal)

Sofort Bargeld! Jederzeit erreichbar.

Telefon: **06158 / 60 86 988 • 0173 / 30 87 449**



Kaufe Motorräder alle Marken, alle Modelle, Quad, UTV, Chopper, Enduro, Beiwagen, E-Roller oder E-Bikes. Auch mit Mängel oder Unfall. Bitte alles anbieten. Zahle bar.

Tel.: **0173 / 30 87 449 • 06158 / 60 86 991**

SUCHE FAHRZEUGE

PKW's, Busse, Geländewagen, Wohnmobile etc. für Export, Zustand egal, zahle Höchstpreise – sofort Bargeld, bitte alles anbieten, jederzeit erreichbar.

Tel.: **06258 / 50 89 921 • 0151 / 718 723 06**

Kaufe alle Wohnwagen, Wohnmobile, Traktoren, Bagger, Anhänger, Baumaschinen, zahle bar und Höchstpreise!

Tel.: **0151 / 718 723 06 • 06258 / 50 89 921**

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

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

Frau Reichelt kauft Pelze, Nerze, Silberbesteck und Uhren aller Art. Schallplatten, Nähmaschinen, Schreibmaschinen, Briefmarken, Kleider, Bernstein, Münzen, Zinn, Perlen, Kupfer, Bleikristall, Ferngläser, Perücken, Teppiche, Bilder, Ölgemälde, Möbel, Porzellan, Leder- und Krokotaschen, Krüge, Modeschmuck, Gardinen, Puppen, Orden, Figuren, komplette Nachlässe auch Haushaltsauflösungen, Altgold, Bruchgold, Zahngold, Goldschmuck. 100% seriös und diskret. Kostenlose Beratung und Anfahrt sowie kostenlose Werteschätzung. Zahle Bar und vor Ort. Täglich von 7:30 - 20:30 Uhr. Gerne auch am Wochenende. ☎ 069/25718443

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

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 / 91 68 006
0177 / 31 05 303

Job

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

SIE sucht IHN

Helene, 73 J., verwitwet und kinderlos, zierlich, sehr gutaussehend, bin herzlich, ehrlich und liebevoll. Ich habe lange als Sprechstundenhilfe gearbeitet. Bitte rufen Sie an pv, Sie dürfen auch älter sein, habe ein Auto und würde am liebsten zusammenziehen Tel. 0160 - 97541357

Ich, Gerda 77 J., verwitwet und sehr einsam, ich habe eine schlanke Figur mit schöner Oberweite, beruflich habe ich über 40 Jahre im Seniorenheim gearbeitet. Mein Herz sehnt sich wieder nach einem lieben, ehrlichen Mann, ich würde für Sie sorgen, Ihnen Ihr Lieblingsessen kochen. Lassen Sie uns doch einfach mal telefonieren pv Tel. 0151 - 20593017

ANZEIGEN

Tel. 06104 66720-40

E-Mail: info@rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlags GmbH
Bieberer Straße 137
63179 Obertshausen

www.rheinmainverlag.de

Rhein Main Verlag

Beilagen-Hinweis

Als Beilage in Teilen dieser Ausgabe:

ALDI, Alldrink, Bären Apotheke, Douglas, Das Futterhaus, Edeka, Einhorn Apotheke, Expert Klein, Getränke Gotta, Globus Baumarkt, HIT, JYSK, Kölle Zoo, Lidl, Möbel Roller, Mobile, Nahkauf, Netto, Norma, Penny, POCO, Rats Apotheke, Rossmann, Thomas Philipps, toom Baumarkt, XXXLutz, Zimmermann

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**

KFZ-ANKAUF

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



ALLES ANBIETEN · SOFORT BARGELD

EINFACH & SICHER!

Jederzeit erreichbar (Montag - Sonntag)!

☎ **06157/8085654 o. 0176/11199111**

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

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: 671.214
Erscheint zum Wochenende mit den Regionalausgaben Odenwälder Journal, Münsterer Anzeigblatt, Eppertshausener Anzeigblatt, msh Mörfelden-Walldorf, msh Hattersheim/Kelsterbach, Rodgau Zeitung, Neues Heimatblatt Rödermark, Der Kurier Seligenstadt, msh Offenbach, msh Mühlheim, Neue Zeitung Obertshausen, Neue Zeitung Heusenstamm, msh Dietzenbach/Dietzenbach, msh Langen/Egelsbach, Der Iseborjer, Der Frankfurter sowie den Ausgaben des Combi Medien Verlages, des Verlagshaus Taunus Medien und des Hochtaunusverlages. Wir nutzen KI-Technologien zur Unterstützung bei der Bearbeitung von Routineaufgaben.

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. 42, gültig ab 27. September 2025. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

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

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

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

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

Tiere der Woche



Gratik: freepik



Holly

TSV SELIGENSTADT (PM).

Holly: niedlich aber oho!
 Holly, ein Britisch-Kurzhaar-Mix-Mädchen, wurde wegen Erkrankung ihres Frauchens abgegeben.
 Holly ist fast 2 Jahre alt und hat aufgrund der eingestreuten BKH-Gene ein „Kindergesicht“, von dem man sich nicht täuschen lassen sollte:
 Sie ist eine blitzgescheite, quirlige und aufmerksame Katze, der nichts entgeht. Streiten sich selbst große Kater in der Gruppe, geht sie sofort hin und faucht sie an – und die großen Kerle gehorchen! Auch wenn sie sich gut unter Artgenossen behauptet, sucht

sie doch ein Zuhause, in dem sie Einzelprinzessin sein kann und ihr ungeteilte Aufmerksamkeit geschenkt wird. Passend für sie wären ein Paar, eine Familie mit Kindern - jeglichen Alters - oder auch eine Einzelperson.
 Nach ihrer Eingewöhnungszeit wünscht sich Holly Freigang in einer entsprechend geeigneten Wohngegend.
 Mehr Informationen über diese Teddys 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

Fotos: TSV

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

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

Marla Lennard



Foto: pixabay



Pssst ...
 Hier gibt es die passenden

JOBS



Sandra

HTB (PM). Sandra ist eine liebe, unkomplizierte Hündin. Sie ist sehr verschmust und liebt es bei ihren Menschen zu sein.

Katzen mag Sandra nicht.

Sandra ist 4 Jahre alt, 38 cm groß und wiegt 14,5 kg.

Sie ist stubenrein, läuft gut an der Leine und fährt auch gerne im Auto mit.

Sie ist geimpft, gechippt und kastriert.

Foto: HTB

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

www.rheinmainverlag.de
 Ihre Onlinezeitung



30
Zeitungen

671T
Haushalte

RECHT REGIONAL LOKAL

DER KURIER

Odenwälder Journal
Hochtaunus Verlag

Verlagshaus Taunus MEDIEN GMBH

DER FRANKFURTER
HEIMATZEITUNG MIT HERZ

HEIMATBLATT RÖDERMARK

NEUE ZEITUNG OBERTSHAUSEN
Unsere Heimat

NEUE ZEITUNG HEUSENSTAMM

MÜNSTERER ANZEIGEBLATT

EPPERTSHAUSENER ANZEIGEBLATT

DER ISEBORJER

meinsüd hessen

Rodgau Zeitung

Südhessen in einem Verlag | www.rheinmainverlag.de Ein Unternehmen der EGRO Mediengruppe
Verlage · Zusto · Organisationen · Agenturen

Gesamtpreis
89,90

Für eine 6 Meter lange Bauschuttrutsche wird folgendes benötigt:

2x Stortslurf Schuttrutsche 32348235
Ø 50 x L 300 cm, leicht und faltbar, passt in jeden Kofferraum, ideal für spontane Einsätze, Mehrfach verwendbar je **29,-**

1x Stortslurf Trichter 32348244
Ø 50 cm, Höhe 35 cm, perfektes Handling auch für größere Materialien, Einfache Befestigung durch Musketenhaken **24,-**

2x Alpha Tools Zurrgerät 11159077
Länge 2,5 m, Belastbarkeit 125 kg, mit Klemmschloss je **3,95**

BAUHAUS
www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.

120,-
Garnica Siebdruckplatte 'Laudio Wire Xtra Plus'
Maße 2.500 x 1.250 x 18 mm, Kombi-Mittellage aus Monterey-Kiefer, Eukalyptus und Pappel, Holz aus europäischer Produktion, Sieb/Filmbeschichtung, wetterbeständige Verleimung
28517690

1,95
Wisent Arbeitshandschuhe 'Vechta'
Handschuhgröße 10, natur/rot, Nässe- und Schnittschutz vorhanden, gefütterte Innenhand, atmungsaktiv und doppelt genäht, gummierte Stulpe
27344017

10,-
BAUHAUS Holsteiner Schaufel
Blattmaß 450 x 360 mm, Langstiel, mit Alu-Profilkante
32207770

149,-
79,-
Krause Corda Leitergerüst
Arbeitshöhe 2,95 – 3,75 m, Bühnengröße 1,47 x 0,5 m, Belastbarkeit 150 kg/m², nässeversiegelte und rutschsichere Belagbühne, geprüft nach DIN EN 131
10091480

Alle Angebote nur gültig vom 27.9. – 11.10.2025 im Fachzentrum Bad Vilbel, solange der Vorrat reicht.